

**Конкурс педагогических достижений 2017-2018 г.  
Фрунзенский район Санкт – Петербург**

Номинация: «Мастерство»

**Тема: «Внедрение нормативов ГТО в рамках ГБОУ школы № 202»**

**(Развитие знания-умения-навыка для всестороннего развития учащегося и успешной сдачи норм ГТО)**



Описание педагогического опыта:  
**Осипов Александр Владимирович**  
Учитель первой категории  
предмета физическая культура  
ГБОУ школы № 202  
Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

Педагогический стаж: 9 лет



Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»

Санкт-Петербург  
2017 г.

Развитие физической культуры и спорта – важнейшая составляющая социальной политики государства, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, укрепления человеческого потенциала и повышения качества жизни россиян.

За последние годы наметилась положительная тенденция в развитии физической культуры и спорта в Российской Федерации. В первую очередь, это связано с улучшением материально-технической, нормативно-правовой, организационной, научно-образовательной и пропагандистской баз физкультурно-спортивного движения.

В стране функционируют около 262 тыс. спортивных сооружений. Развивают физическую культуру и спорт 331 тыс. штатных работников в 170 тыс. учреждений, предприятий и организаций. В настоящее время систематически занимаются физической культурой и спортом более 32 млн. человек, что составляет 22,5% общей численности населения страны, современная тенденция такова, что всего 33 % учащихся образовательных учреждений занимаются регулярно, ходят в спортивные школы или секции, 21 % - время от времени, а 18 % - не занимаются вообще. Положительные показатели у обучающихся в средних и высших учебных заведениях, где молодёжь охвачена физической культурой и спортом в 68 % от 18 до 24 лет.

Вместе с тем, исходя из задач по повышению вклада физической культуры и спорта в социально-экономическое развитие страны, необходимо существенно увеличить число российских граждан, ведущих активный и здоровый образ жизни, а именно охват детей занимающиеся физической культурой и спортом.

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%.

По данным Минздрава РФ две трети российских детей в 14 лет уже страдают от хронических болезней, половина школьников имеет отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата. 40% призывников в возрасте от 18 до 27 лет не могут выполнить физкультурный минимум, предусмотренный для военнослужащих.

Исправить ситуацию и достичь указанных целей, призван ряд мер, принимаемых на государственном уровне. Первой ключевым этапом из них стало введение в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), главной целью данной меры является охват всего населения страны общим спортивным движением. Вторым самым важным этапом стало

подписание закона о возвращении комплекса норм ГТО («Готов к труду и обороне») президентом РФ В.В. Путиным, а также изменения внесены в федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты в сфере образования.

Как сказал Президент РФ В.В. Путин «Чтобы массовый спорт развивался, стал еще более доступным для людей разного возраста и состояния здоровья, словом, как привлечь к регулярным занятиям физкультурой подавляющее большинство граждан. Одна из инициатив в этой сфере - возрождение ГТО, благодаря которому выросло не одно поколение активных здоровых людей».

Основным пунктом внедрения современного комплекса ГТО является внедрение в систему общего образования и среднего образования.

Внедрение ВФСК ГТО в образовательных организациях по России является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие физкультурно-спортивных мероприятиях. Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.

Физическое развитие ребенка – это, прежде всего двигательные навыки. Координацию движений определяют развитием мелкой и большой моторики. Именно в школьном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма до взрослого организма.

Реализуя данный проект в ГБОУ школе № 202 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, мы поставили следующие задачи и цель:

**Цель:** формирование разносторонней физически и духовно-нравственной развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к сдаче норм ВФСК «ГТО».

**Задачи:**

- Ознакомить школьников об осознанных потребностях в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании.
- Создать условия для сдачи норм ВФСК «ГТО» и развития мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом.
- Сформировать устойчивый интерес к «Моде на спорт» (выражающая через актуальное суждение – «Занимаешься спортом, ты в тренде! Нет спорта, нет тренда»).

- Охватить наибольшего количества обучающихся при внедрении ВФСК «ГТО» в ГБОУ школе 202
- Повысить уровень физической подготовленности учащихся.
- Проинформировать родителей о спортивных достижениях обучающихся.
- Обеспечить учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

**Участники**, с которыми осуществляется работа по проекту ГТО через урок физической культуры:

❖ Обучающиеся с 5 по 11 классы ГБОУ школы № 202 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Реализовывая данный проект в нашей школе, мы поставили *ожидаемые результаты* и критерии результативности:

1. Увеличение числа учащихся регулярно занимающихся физической культурой и спортом в каждом классе со средней цифры по школе 5 человек до 12 человек.
2. Положительная динамика выполнения нормативов ВФСК ГТО учащимися школы на районе и на городском уровне.
3. Укрепление здоровья и улучшение физической подготовки учащихся.

**Конечный продукт проекта:** карта здоровья школы, методические рекомендации «Внедрение нормативов ВФСК ГТО в условиях общеобразовательной школы».

Во время реализации проекта «ГТО в школе» нами были использованы **ключевые методики, технологии и инструментари**, такие как:

- *Личностно-ориентированные технологии* – формирование таких качеств личности как воля, дисциплинированность, ответственность, креативность, а также наличие позитивных изменений в опыте и самосознании школьника.
- *Физическая культура и спорт* – целесообразная и полезная деятельность, инструмент всеобщего развития личности, необходимый для успешной сдачи нормативов «ГТО».
- *Ориентация учащихся на здоровый образ жизни* – подготовка к самостоятельному и осознанному жизненному самоопределению и социальная технология развития личности обучающихся.
- *Социальное партнерство* - открытая система социально-творческих инициатив. Это совместная коллективно-распределенная деятельность различных социальных групп, которая приводит к позитивным и разделяемым всеми участниками данной деятельности эффектам.

Главный способ, с помощью которого осуществлялось проектируемое преобразование в школе – *создание условий, побуждающих учащихся к активной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, для подготовки и сдачи нормативов ВФСК «ГТО».*

Во время реализации проекта нами были разработаны **модули и этапы дорожной карты проекта.**

### **Модули проекта:**

- Анкетирование «Что ты знаешь о ГТО»;
- Информационное сопровождение (конкурс рисунков и плакатов, оформление стенда);
- Дополнительная внеурочная деятельность, направленная на улучшение и тренировку физических качеств, обучающихся (товарищеские встречи, посещение городской социальная акция «Я выбираю спорт», спортивные соревнования между ШСК Фрунзенского района и города);
- Встречи с известными спортсменами - профессионалами хоккеистами из клубной системы «СКА» и «Динамо» (беседа «ГТО помогло добиться профессиональной карьеры игрока хоккеиста»);
  - Формирование групп по возрастным ступеням для сдачи норм «ГТО»;
  - Мастер-классы «Делай как я!» для учащихся 5-7 классов по разным видам нормативов ГТО (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость);
  - Спортивный праздник для начальных классов «Веселые уроки физкультуры»;
  - Спортивные акции в школе «Сила - это я, покажи себя»;
  - Сдача силовых нормативов и нормативов на гибкость в рамках районных Президентских состязании
- Участие в легко атлетических забегах «Традиционный районный осенний кросс», «Кросс Нации», «Шиповка юных», «Петербургская миля»;
- Социологический опрос участников (школьников) проекта «Я и ГТО»;
- Итоговое награждение победителей и призёров.

### **Этапы проекта:**

- Просветительский – первый этап;
- Диагностический – второй этап;
- Мотивационный – третий этап;
- Апробационно – практический – четвертый этап;
- Научно – обоснованный – пятый этап;
- Интеграционный – шестой этап;
- Итоговый аналитический – шестой этап.

### **✓ Просветительский – первый этап:**

На данном этапе, был сделан анализ состояния школьников в нашей школе. Пришел к выводу, что здоровьем школьники сегодня «не блещут», ни старшеклассники, загруженные по 7 уроков, ни первоклашки, у которых все нагрузки еще впереди. При изучении медицинских карт и листков здоровья в конце журналов понимаешь, что много учащихся страдает хроническими заболеваниями: такими как заболевания опорно-двигательного аппарата, органов

дыхания, пищеварения, зрения, в каждом классе только единицы имеют основную группу здоровья. Анализирую журналы сдачи контрольных нормативов по всем видам раздела урока «Физическая культура» пришли к единому мнению с другими учителями физической культуры, что подростки (учащиеся) 2016-2017 учебного года в 10 и 11 классе стали менее сильными по сравнению, когда я пришел из Университета НГУ им. Лесгафта в 2011 г. Процент качества сдачи нормативов уменьшился на 12,8 % по сравнению с первым моим годом работы в школе. Лишь половина 16-17-летних мальчиков и девочек учеников способны выполнить возрастные нормативы физической подготовки. Так же была определена основная проблема, за последние 5 лет что учащихся, которые активно занимаются спортом – стало очень мало.

Разработка проекта ГТО во всех ступенях обучения в школе, на основании подходов методологических аспектов формирования физической культуры личности человека, на основании методик профессора, д.п.н. Ю.М. Николаева «История, методология науки и современные проблемы науки о физической культуре» является вынужденной мерой при решении данной проблемы. Считаем, что внедрение ГТО в нашей школе на всех ступенях образования, будет являться важным этапом в развитии системы физического воспитания, способствующим дальнейшему интересу у школьников посещения урока физической культуры, снижения количества пропусков урока по уважительной и не уважительной причинам, а также увеличение физической активности школьников, которая положительно сказывается на прилежании ученика на других уроках.

✓ **Диагностический – второй этап:**

На данном этапе реализации проекта в школе, была созданная интегративная управленческая модель реализации комплекса ГТО в нашей школе, в которой с разными функциями, но на равных правах участвуют педагоги, администрация, ученики и родители (законные представители). Каждый элемент этой управленческой структуры имеет свой функционал и отвечает за свой участок работы, были проработаны этапы и модули реализации проекта.

Кроме функциональной управленческой структуры, которая была разработана нами была осуществлена специальная процедура управления - мониторинг степени участия всех учеников школы с сдачи предварительных норм ГТО, нормативов по предмету «физическая культура». Произведен опрос учащихся, кто обучается в СДЮШОР, посещает регулярно спортивные секции. Произведен расчет отчётных данных процентного охвата обучающихся. Для отслеживания уровня физических способностей при реализации проекта ГТО, было предусмотрено регулярное проведение мониторинга эффективности реализуемых в рамках проекта мероприятий на основе перечня показателей, разработанных в ходе первого этапа реализации проекта. На основании данных мониторинга в течении реализации проекта, в

перечень и содержание мероприятий проекта, а также в их ресурсное обеспечение вносились своевременные корректировки, проводились уточнённые показатели мероприятий проекта.

Оценка диагностического физического развития строилась на сравнении индивидуальных показателей школьников нашей школы со средним значением принятых для данной группы по стране. Для дальнейшей реализации проекта по разработанным этапам и согласно модулям, в данном этапе была проведена социометрия определения «Что такое ГТО?» для самих школьников, так как без информационно составляющей картины самого понятия ГТО, дальнейшая реализация проекта могла ставиться под вопрос.

Нами были разработаны вопросы такие как:

- 1) Знаете ли вы что такое ВФСК «ГТО»?
- 2) Хотите ли вы сдать нормы ВФСК «ГТО»?
- 3) Занимаетесь ли вы спортом?
- 4) Хотите ли вы быть сильным, быстрым, ловким и здоровым?

На основании этих вопросов, нами была социометрическая картина знаний в области ГТО в школе:

Контингент:	Ответы:	Вопрос 1:	Вопрос 2:	Вопрос 3:	Вопрос 4:
2-4 классы	Да	22%	38%	61%	99%
	Нет	78%	62%	39%	1%
5-6 классы	Да	54%	47%	41%	100%
	Нет	46%	53%	59%	0 %
7-8 классы	Да	65%	37%	35%	100%
	Нет	45%	63%	65%	0 %
9-11 классы	Да	77%	68%	41%	98%
	Нет	33%	32%	59%	2%

✓ **Мотивационный – третий этап:**

Успех работы по комплексу ГТО во многом зависел от целенаправленности агитации и пропаганды его задач и содержания планов внеурочной деятельности в школе. Третий этап строился согласно модулям проекта ранее разработанный нами.

В ходе реализации проекта на этом этапе проходил входное исследование информированности участников о ВФСК «ГТО», проходила линейка-открытие проекта в торжественные обстановки в актовом зале школы, для придания данного мероприятия особого статуса и роли в школе.

Главная форма пропаганды в нашей школе была – устная. Устная работа проводилась по следующим направлениям - радио линейки на тему важности ГТО в стране, цели и задачи ГТО, история становления ГТО, занимательные уроки с использованием игровой формы, за правильные ответы давались медальоны.

Мною совместно с заместителем директор по воспитательной работе в школе, были организованы встречи с известными спортсменами хоккеистами.

Важное значение для реализации устной формы пропаганды стали как раз эти встречи – рассказы спортсменов-профессионалов хоккеистов из клубной системы «СКА» и «Динамо» (что им дало ГТО, как оно им помогло в профессиональной карьере спортсмена хоккеиста и как сможет помочь в будущем школьникам).

Основной акцент в пропаганде в школе был сделан на важность основных задач комплекса, понимали, как с помощью систематических тренировок и изучения теоретических требований комплекса решаются оздоровительные, спортивные, задачи перед самим школьником.

Одной и действенной формой стала агитационно-пропагандистская работа, так как конкурс рисунков «Я и ГТО», красочно оформленные плакаты. Для того, чтобы школьник всегда мог видеть свои нормативы по ГТО, школой был закуплен стенд ГТО с красочными таблицы.

Выступления инициативных групп учеников (помощников) перед обучающимися, с целью повышения информированности. Проходил конкурс рисунков, плакатов на тему «Нормы «ГТО – это - ВО!». Инициативная группа учащихся под руководством учителя физкультуры оформила стенд «Что такое «ГТО».

Опираясь на принцип добровольности, проходила запись желающих обучающихся по классам через классных руководителей на сдачу нормативов «ГТО» по возрастным ступеням.

✓ **Апробационно – практический – четвертый этап:**

В рамках неурочной деятельности праздники «А ну-ка мальчики» и праздник «А ну-ка девочки», были заменены на внешкольный праздник ГТО, где от каждого класса обязательно было представлена команда для сдачи норм. Перед этим праздником была информационная неделя для учащихся с показом различных современных видеороликов, современных социальных реклам в поддержку ГТО. В конце всего был торжественный спортивно – показательный концерт в спортивном зале школы «Я могу».

На I ступени сдачи норм «ГТО» (6-8 лет) проводился спортивный праздник с игровыми элементами для повышения мотивации у детей младшего школьного возраста.

Данные мероприятия помогли раскрыть задачи и содержание комплекса ГТО внедрения его в нашу школу. Так же прошлым учебном году, была проведена апробация сдачи норм ГТО детьми дошкольного отделения нашей школы. В течении прохождения предмета «физическая культура» выделялось время подготовки к сдаче норм ГТО, давались специальные подводящие упражнения, направленные на овладения навыка при сдаче того или иного норматива. Особое и тщательное внимание уделялось нормативам, которые входят и так в учебный календарный план при прохождении тем на уроке «физкультуры», для повышения показателя нормы ГТО.

Ставились задачи «экспериментального обмана», когда школьнику показывался и говорился норматив в подготовительных уроках заведомо увеличенный или соответствующий



следующей ступени знака ГТО. Учащиеся стремились достичь показателей этого норматива, при выполнении подводных упражнений. Когда наступало занятие сдачи норматива, ученики узнавали настоящий и с «легкостью» выполняли свой положенный установленный их категории возраста и класса норматив. В связи с этим показатели положительной динамики сдачи нормативов повышался.

Реализуя проект в нашей школе, мы пришли к промежуточным выводам, к таким как - чтобы физкультура снова не стала предметом ужаса, как было в СССР и ненависти для тех, кто объективно не может эти нормативы сдать, нормы должны быть очень дифференцированы с подходом к каждому школьнику. А главным должно стать индивидуальное усилие и развитие каждого учащегося школы. Дети рождаются разные и нужны очень гибкие подходы к сдаче норм ГТО. Это огромная работа, которую мы начали осуществлять в рамках этого проекта. Большое число детей с проблемами здоровья, избыточным весом находятся в уязвленном положении, необходим комплексный подход в разработки поднормативов норм ГТО для таких детей, чтоб у них появился стимул в сдачи их, пока данное явление отсутствует. Так мы навсегда отвратим их от физического развития. Учащиеся 10 и 11 больше готовы сдавать нормы ГТО в связи с изменением подзаконных актов в сфере поступления выпускников школ в ВУЗы, так как значок дает дополнительные от 10 до 15 баллов к общей сумме баллов ЕГЭ при зачислении в ВУЗ.

✓ **Научно – обоснованный – пятый этап:**

На этом этапе проходил выходное социально-психологическое исследование участников проекта на тему знания комплекса «ГТО» и желания сдавать нормативы и заниматься спортом, на итоговой линейке подводились итоги сдачи норм и награждение заслуженных победителей грамотами школы и значками ГТО установленного образца полученные от ЦФКСиЗ Фрунзенского района.

Сдача тестов ГТО в школе позволила более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс), понимать его причины, ориентировать физкультурно – спортивных успешных выпускников школы в ВУЗы с профильными спортивными дисциплинами в обучении, на примере НГУ им. П.Ф. Лесгафта с которым между школой подписан договор «О сотрудничестве».

Большую работу по подготовке и внедрению нового комплекса ГТО в России проводил Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. Его сотрудники входят в состав экспертного совета по вопросам внедрения ВФСК ГТО.

С 2011 года наша школа сотрудничает с ВУЗом, что помогает сфокусировать внимание на не достающие пункты в реализации проекта ГТО в нашей школе. Сотрудники кафедры ВУЗа

осуществляют научно-практическую работу по контролю нашего проекта и обоснованию норм, требований ГТО в нашей школе. Проект является практически значимым для формирования реализации «дорожной карты» выполнения пунктов поручения Президента РФ в области реализации норм ГТО в школах. Идея проекта состоит в получении адаптированной к веяниям времени системы внедрения комплекса ГТО, рекомендаций по ее реализации, а также возможности реализации данного проекта в любом образовательном учреждении, находящемся на территории Российской Федерации.

✓ **Интеграционный – шестой этап:**

В результате реализации проекта ГТО, была сформирована система стимулов для всех участников образовательного процесса к регулярным занятиям физической культурой, участию в общественной и спортивной жизни образовательного учреждения, успешному прохождению тестирования по комплексу ГТО: Методические рекомендации для преподавателей физкультуры по работе с ребятами, неспособными успешно выполнять нормативы комплекса ГТО. Методические рекомендации по эффективным способам и формам информационно-разъяснительной и PR-кампании по внедрению ГТО в школе. Повышение мотивации обучающихся к физической культуре и здоровому образу жизни, их приобщение к спорту.

✓ **Итоговый аналитический – седьмой этап:**

Апробируемый настоящее идущий проект «Внедрение и реализация Комплекса ГТО в ГБОУ школе № 202» содержит актуальность современного образования в области физической культуры и спорта, цели и задачи, анализ ситуации и желаемых результатов, проектное решение, оценку необходимых для реализации проекта ресурсов, описание ожидаемых результатов, возможных рисков и способов снижения.

Проект реально осуществить в любом образовательном учреждении. Он успешно интегрируется в любую воспитательную систему, т. к. отражает реалии и потребности образовательной политики современного общества. В каждом образовательном учреждении, возможно, подобрать собственные объекты для осуществления внедрения ВФСК «ГТО».

Здоровые, социально-активные, коммуникабельные дети, ориентированные на здоровый образ жизни, приученные к самостоятельной активной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности – вот то, на что направлена реализация данного проекта.

Закончить хочется высказыванием В.Л. Мутко – *«Только здоровое поколение подрастающих детей в будущем обеспечит стабильный рост экономики РФ. Это большой пласт, который в скором времени придет на смену нас с вами, и если у них не будет потребности к спорту и физической культуре, то это - код на уничтожение страны. За это, в ответе мы будем с вами».*