

## **ГТО, как система ЗОЖ и путь к патриотическому воспитанию молодежи.**

Патриотическое воспитание — одна из актуальных и сложнейших проблем, которая должна решаться сегодня всеми нами, кто имеет отношение к детям. Важность патриотического воспитания отмечена в Государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы».

Одним из наиболее эффективных средств решения задач патриотического воспитания подрастающего поколения, на мой взгляд, является физическое воспитание, занятия физической культурой и спортом.

Первыми шагами по реализации этой задачи стало возрождение физкультурно – спортивного комплекса ГТО, который был вновь введен по указу Президента РФ с 1 сентября 2014г.

**Целью введения комплекса ГТО** является 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.

Если говорить о конкретных методах, при помощи которых может быть реализовано военно-патриотическое воспитание, то их можно разделить на две основные группы: условно «теоретические» методы и условно «практические» методы.

В первую группу входят занятия и мероприятия, проводимые в рамках образовательных учреждений всех видов деятельности и всех уровней, в том числе и в ВДЦ Смена. Такие занятия и мероприятия могут быть частью учебного процесса учебных дисциплин, в первую очередь – гуманитарных, таких, как история, литература, обществознание, безопасность жизнедеятельности и т.д., а также могут быть реализованы во внеурочной работе, на различных внеклассных и факультативных занятиях, в кружках, курсах, секциях системы дополнительного образования и т.д.

Ко второй группе относится организация занятий военно-прикладного направления. Такие занятия носят практический характер – это могут быть соревнования, выполнение каких-либо работ, игры, подразумевающие знакомство с военным делом и воинским искусством, таким как стрельба. К таким формам работы относятся: организация военно-технических объединений,

тактические и тактико-строевые учения, военно-прикладные виды спорта и военно-спортивные игры.

Сдача нормативов комплекса ГТО может быть отнесена ко второму направлению в работе по военно-патриотическому воспитанию. Само наименование комплекса – «готов к труду и обороне» – говорит о том, что, принимая в нем участие, спортсмен делает это не только ради спортивных достижений, но и ради готовности нести воинскую службу, защищая свою Родину.

Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» определяет следующие цели комплекса. ГТО должен укреплять здоровье с помощью физической культуры и спорта, обеспечивать гармоничное развитие личности участников, формировать патриотизм и гражданственность и в целом улучшать качество жизни наших граждан.

Успешная сдача нормативов ГТО – путь к самоуважению и повышению самооценки.

Развитие командных и лидерских навыков – один из положительных эффектов комплекса ГТО. Любая успешная команда состоит из людей, которые могут работать с другими. Командная работа – жизненно важный навык в современном мире, и комплекс ГТО является эффективным способом знакомства с ней.

Комплекс ГТО является одним из средств, стимулирующих всестороннюю физическую подготовленность молодежи, благодаря которому учащиеся приобщаются к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Можно отметить, что это не просто набор норм и требований к физической подготовке, а часть продуманной системы, нацеленной на формирование личности готовой к выполнению гражданского долга. Идея добровольной сдачи спортивных нормативов и получение знака отличия в качестве награды за приложенные усилия имеет большое значение в формировании физического, духовно-нравственного и патриотического воспитания населения.

Нашим управлением «Спортивно туристских программ» разработана и внедрена программа по приему и сдаче норм ГТО под названием «Большой старт». Где ребята добровольно сдают нормы ГТО по таким видам, как подтягивание на перекладине, бег 60, 100м, отжимание из положения лежа, поднимание туловища из положения лежа, наклон туловища на гимнастической скамейки, прыжок в длину с места, плавание, стрельба из электронного оружия. Ребята активно принимают участие в сдаче нормативов, стараются показать наилучший результат. На спортивных площадках разворачивается настоящая спортивная борьба.

В теплое время года мы проводим в рамках «Большого старта» эстафету 4x100 м, и занятия на полосе препятствий. Это те виды, где и проявляется командная работа.

Хочу отметить. Что даже те ребята, которые освобождены по состоянию своего здоровья приобщаются к этому большому спортивному празднику находясь в эпицентре событий, болея за свои команды.

Физическая подготовка – это важная часть подготовки военнослужащего. Солдаты и офицеры Российской армии – это люди, имеющие высокий уровень спортивной подготовки и физического развития. В армии много внимания уделяется физической форме личного состава. Бег, подтягивание, отжимание, силовые упражнения, борьба, гимнастика, прыжки, стрельба, преодоление препятствий – все это повседневные занятия солдат, курсантов и офицеров. К последним требования особенно высокие. Для поступления в военные образовательные учреждения требуется сдача спортивных нормативов, по своему содержанию сходных с нормативами ГТО. Вообще, многие виды нормативов ГТО сходны с армейской спортивной и огневой подготовкой – например, кроссовый бег по пересеченной местности, туристский поход с проверкой походных навыков, стрельба из пневматического или электронного оружия и другие виды спорта. Все эти занятия не только помогают участникам достичь хорошей физической формы, но и оказывают полезное воздействие на психику детей, формируют устойчивое положительное отношение к военно-прикладным видам спорта, к военно-спортивным играм и к армии в целом.

Таким образом, комплекс ГТО в силу своей военно-спортивной направленности может служить эффективным методом военно-патриотического воспитания.

В военно-патриотическом воспитании ключевая роль принадлежит военно-спортивному направлению. Сдача нормативов ГТО – сложное и ответственное дело, вознаграждаемое получением соответствующих знаков отличия. При помощи ФСК ГТО происходит физическое, духовно нравственное и патриотическое воспитание подрастающего поколения.