**Взаимосвязь физической подготовленности учащихся начальных классов с результатами сдачи норм ВСФСК «ГТО»**

Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» имеет достаточно длительную и насыщенную историю. Новый виток спортивной жизни был дан Указом президента Российской Федерации от 24.03.2014 г. № 172 О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), в котором был представлен комплексный план по систематическому и качественному внедрению ГТО в общественно-спортивную жизнь населения.

Разработанная тем самым физкультурно-спортивная программа представляет собой сбалансированный комплекс, направленный на физическое воспитание и оздоровление населения. Подготовка к реализации требований программы ГТО осуществляется путем осуществления регулярных занятий, направленный на всесторонне физическое раззявите.

Большое значение имеет комплекс ГТО для школьников, так как он способствует их не только физическому, но и личностному воспитанию. И, целесообразно, что бы подготовка к испытаниям ГТО осуществлялась учителем физической культуры на внеурочных занятиях.

Все вышеуказанное, представляется важным фактором, как для спортивного развития школьников, так и для общественности в целом. Данный факт и определяет актуальность темы исследования.

Анализ результатов многочисленных исследований, проведенных в различных регионах нашей страны в различные временные периоды свидетельствует о том, что здоровье детей младшего школьного возраста с каждым годом ухудшается, а стимул к физической подготовке отсутствует. Не смотря на возрождение идеи внедрения ВФСК ГТО и закрепления её на государственном уровне, имеются проблемы, с которыми сталкиваются педагоги. Проблема внедрения ВФСК ГТО изучена многими учеными.

Одной из проблем является отсутствие конкретных методик подготовки учащихся к сдаче ВФСК ГТО. С подобной проблемой столкнулись и учителя в Краснодарском крае. Анализ литературных источников показал, что существующие исследования, изучающие эту проблему, носят фрагментарный характер и не имеют серьезного методического обоснования.

Недостаток работ, затрагивающий подготовку учеников начальных классов к сдаче норм ГТО, и определил актуальность моего исследования.

Задачи исследования:

1.Проанализировала литературные источники по данной проблеме.

2.Изучила состояние физической подготовленности учащихся начальной школы.

3.Разработала методику подготовки школьников младших классов к сдаче нормативов комплекса ВСФК ГТО.

4. Определила эффективность разработанной методики

5.Разработала практические рекомендации по подготовке младших школьников к сдаче нормативов ГТО

**Гипотеза исследования:** предполагалось, что разработанная мной методика подготовки младших школьников к сдаче нормативов ГТО, будет способствовать повышению уровня физической подготовленности детей.

Для решения поставленных целей, я использовала следующие методы исследования:

1.Анализ методической литературы

2.Метод опроса(анкетирование)

3.Педагогическое тестирование

4.Педагогический эксперимент

5.Метод математической статистики

В педагогическом эксперименте приняло участие 20 обучающихся первых классов МБОУ ООШ №32 Темрюкского района. В контрольную группу обследуемых вошли обучающиеся 1 класса в количестве 15 человек, а в экспериментальную группу были определены обучающиеся 2 класса в количестве 15 человек. До педагогического эксперимент провела анкетирование обучающихся для выяснения отношения детей к занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни, а также к комплексу ГТО.

Полученные данные

Исходя из результатов анкетирования, можно сделать вывод, что значительная часть детей начальных классов не имеют ярко выраженной потребности в физической активности, а также к соблюдению принципов здорового образа жизни.

Также выяснилось, что у большинства детей нет правильного представления о ЗОЖ. Результаты проведенного исследования стали дополнительным основанием для разработки методики по подготовки учащихся начальной школы к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Результаты показателей тестов физической подготовленности 1 и 2 классов в начале педагогического эксперимента :

1.Бег 30 м. (с)

Без наград-60 %

Бронза-10%

Серебро-10%

Золото -10%

2.Поднимание туловища из положения лёжа на спине(кол-во раз)

Без наград-80 %

Бронза-10%

Серебро-5%

Золото -5%

3.Прыжок в длину с места (см)

Без наград-70 %

Бронза-15%

Серебро-10%

Золото -5%

4.Метание теннисного мяча

Без наград-70 %

Бронза-15%

Серебро-10%

Золото -5%

Проведя испытания по нормативам ГТО выяснила, что ситуация с подготовкой к сдаче ГТО неудовлетворительная. По проведенным тестам большое количество 1 и 2 классов(70%) не справились с испытаниями. Выявлено незначительное количество детей получивших золотой знак отличия (15%). В основном преобладают дети, претендующие на получение бронзового знака (15%).

В сентябре 2023 года обучающимися были выполнены базовые тесты.

Анализируя полученные данные, сделала вывод, что группы до проведения эксперимента были однородные и не имели достоверных различий в показателях.

Таким образом, констатирующий этап эксперимента выявил «болевые точки», а именно: низкий уровень физкультурной грамотности детей, а также большое количество детей, не справившихся с нормативными требованиями комплекса ГТО 1 ступени.

Следовательно, возникает необходимость в разработке методики подготовки младших школьников к сдаче норм комплекса ГТО.

Актуальность разработки методики подготовки младших школьников к сдаче норм комплекса ГТО обусловлена сохраняющейся тенденции к ухудшению здоровья подрастающего поколения, особую тревогу вызывает здоровье детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Цели методики: направлена на успешную сдачу норм комплекса ГТО первой ступени, а на этой основе повышения уровня физической подготовленности и в целом укрепления здоровья первоклассников.

Основное содержание методики подготовки младших школьников к сдаче нормативов комплекса ГТО Методика предполагает три модуля

1. учитель физкультуры;

2. классный руководитель;

3. внеурочная деятельность: кружок «Здоровье».

1 модуль – Учитель физической культуры.

Учитель физкультуры проводит:

1. Теоретические пятиминутки по темам: что такое ГТО; зачем стремиться к хорошей сдаче нормативов; о хороших привычках; ты и телевизор; ты и компьютер; почему важно двигаться; твой режим дня и другие.

Также учитель физкультуры проводит соревнования на уроке 1 раз в 2 месяца и проводит тесты по сдаче комплекса ГТО. Кроме этого, в функции учителя, входит развитие тех физических качеств, которые развиты на недостаточном уровне и необходимые для сдачи нормативных требований. Учитывается индивидуальный подход к развитию, так как у детей физические качества развиты не одинаково, и в данном случае учитель выступает как тьютер по физической культуре.

2 модуль – Классный руководитель.

Проводит раз в четверть родительские собрания по следующим темам:

1.ВФСК ГТО;

2. Забота о сохранении и укреплении здоровья ребенка Семья и школа – партнёры в воспитании ребёнка;

3. Забота о сохранении и укреплении здоровья ребенка;

4. Что такое здоровый образ жизни и как он формируется?

Также раз в месяц классный руководитель даёт детям творческие задания и проводит классные мероприятия. В функциональные обязанности классного руководителя входит проведение тематических классных часов.

3 модуль – Внеурочная деятельность.

На рамках реализации разработанной нами методики для учащихся экспериментальной группы был создан кружок «Школа здоровья».

Программа кружка включает три основных раздела:

1. Секреты здоровья.

2. Попрыгать, поиграть.

3. Профилактика детского травматизма.

Программа по внеурочной деятельности кружка «Школа здоровья» социальной направленности рассчитана на 34 часа. Возможно проведение одного или двух часов в неделю. Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов или учитель физической культуры.

К выполнению нормативов Комплекса допускаются лица, относящиеся к различным группам здоровья, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов диспансеризации или медицинского осмотра.

Допуск к выполнению нормативов ВФСК ГТО проводится школьным врачом, с учетом результатов профилактических, предварительных и периодических медицинских осмотров.

Рассмотрев изменения в показателях физической подготовленности детей, входящих в состав контрольной и экспериментальной групп, полученные в конце педагогического эксперимента позволил заключить, что изучаемые показатели заметно улучшились по всем тестам у детей обеих групп. Но у детей ЭГ показатели развития физических качеств достоверно выше в отличие от школьников контрольной группы. Можно утверждать, что это произошло за счет продуктивного сотрудничества учителя физической культуры и классного руководителя, работавших по разработанной мной методике.

Еще одним доказательством положительного влияния разработанной методики послужили проведенные соревнования по сдаче норм комплекса ГТО учащимися контрольной и экспериментальной групп после эксперимента.

Так, в экспериментальной группе 85% учеников успешно справились с 82 испытаниями комплекса, 20% школьников получили золотой знак, 22% учащихся - серебряный знак и 33% - бронзовый знак. Отметим, что в контрольной группе также произошли положительные изменения количественных и качественных показателей. Но в сравнении со школьниками экспериментальной группы эти показатели оказались несколько ниже. В контрольной группе выявлено 62% учащихся, сдавших нормы ГТО, из них 16% получили золотой знак отличия, 18% учащихся отмечены серебряным знаком и 28% детей сдали нормативы на бронзовый знак.

Таким образом, проведенное педагогическое исследование позволяет заключить, что разработанная мной методика, действительно показала свою эффективность и выявила положительные результаты в изучаемых показателях физической подготовленности, что сказалось на увеличении количества детей, успешно справившихся с нормативными требованиями комплекса ГТО, а также в увеличении объема знаний в области физической культуры и спорта. Тем самым подтвердилась гипотеза моего исследования.