

УДК 796.015.15

## Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО как компонент системы мотивации тренировочного процесса

---

**Евгения Викторовна Бабушкина<sup>1</sup>, Владимир Лазаревич Назаров<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Уральский федеральный университет имени первого  
Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия

<sup>1</sup> zhenya.babushkina@inbox.ru

<sup>2</sup> v.l.nazarov@urfu.ru

**Аннотация.** Статья посвящена обзору одного из компонентов мотивации к занятиям спортом. Проведенное исследование позволяет утверждать, что внедрение ВФСК ГТО в структуру подготовки спортсменов может повысить уровень мотивации к тренировочному процессу.

**Ключевые слова:** Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО, мотивация, тренировочный процесс, спортсмен, тренер

**Для цитирования:** Бабушкина Е. В., Назаров В. Л. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «ГТО» как компонент системы мотивации тренировочного процесса // Инновационный потенциал молодежи: спорт, культура, образование. Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2022. С. 86–91.

## All-Russian Physical Culture and Sports Complex GTO as a Catalyst of the Motivation Component During the Training Process

---

**Evgeniya V. Babushkina<sup>1</sup>, Vladimir L. Nazarov<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Ural Federal University named after the first  
President of Russia B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

<sup>1</sup> zhenya.babushkina@inbox.ru

<sup>2</sup> v.l.nazarov@urfu.ru

**Abstract:** This paper focuses on highlighting the motivation component in sports applications. The research suggests that introducing VFSK GTO in line with training can induce an increase in the level of motivation to train.

**Keywords:** VFSK Civil Defense Squads, motivation, training process, athlete, coach

**For citation:** Babushkina, E. V., Nazarov, V. L. (2022). All-Russian Physical Culture and Sports Complex GTO as a Catalyst of the Motivation Component During the Training Process. In A. V. Ponomaryov (Eds.), *Innovative Potential of Youth: Sport, Culture, Education* (pp. 86–91). Ekaterinburg: Ural University Publishing House. [In Russian]

**Р**азвитие физической культуры и спорта отражается не только в положительном росте результатов спорта высших достижений, но и массового спорта. Совершенно очевидно, что система подготовки спортсменов должна включать в себя компоненты, способствующие повышению мотивации к занятиям спортом. В настоящее время специалисты в области физической культуры и спорта все настойчивее обращают внимание на то, что задачи модернизации систем спортивной подготовки выдвигают новые требования к структурным компонентам тренировочного процесса спортсменов.

В федеральных стандартах спортивной подготовки цели и результаты реализации программ включают в себя характеристики Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. В положении о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» указано, что целью ГТО является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечении преемственности в осуществлении физического воспитания населения. Данные компоненты также считаются частью результата реализации программ спортивной подготовки.

Несомненно, владение навыками, необходимыми для выполнения норм ГТО, является большим преимуществом не только для спортсменов, но и для тренеров, так как на основании их результатов можно сделать вывод об уровне развития тех или иных физических качеств занимающихся.

В целом внедрение ВФСК ГТО в систему тренировки может положительно сказаться на процессе подготовки спортсменов. Также сто-

ит учитывать еще один положительный аспект — свойства соревновательной деятельности, который является частью системы мотивации как спортсменов, так и тренеров, поскольку работа занимающегося и его наставника тесно взаимосвязаны. Выполнение спортсменами норм комплекса ГТО можно считать задачей, поиск решения которой побуждает тренеров к эффективной профессиональной деятельности.

Для того чтобы оценить возможность повышения эффективности тренировочного процесса и выявить наличие компонента системы мотивации спортсменов и тренеров нужно проанализировать уровень внедрения комплекса ГТО в систему подготовки спортсменов.

Для исследования были использованы показатели сдачи норм ГТО занимающимися МБУ СШ № 16 города Екатеринбурга за 2020 год. В результате проведения мониторинга были получены результаты, представленные в табл. По этим данным можно увидеть, сколько занимающихся приняли участие в тестировании в 2020 году.

Таблица

## Сдача норм ГТО за 2020 год

Степень	Золото (кол-во чел.)	Серебро (кол-во чел.)	Бронза (кол-во чел.)	Без знака (кол-во чел.)	Итого
1	67	77	37	30	211
2	77	143	76	18	314
3	50	72	46	40	208
4	48	88	39	16	191
5	19	18	12	10	59
6	0	1	0	0	1
Итого	261	399	210	114	984

На рис. 1 показано процентное соотношение спортсменов, сдавших нормы на золото, серебро и бронзу от общего количества спортсменов, принявших участие в тестировании в 2020 году. По этим данным видно, что большинство занимающихся МБУ СШ № 16 сдают нормы на серебряный знак отличия (41 %), а количество оставшихся без знака — всего 12 %. На основании этих данных можно сделать вывод, что уровень подготовленности спортсменов к сдаче норм ГТО достаточно высок.

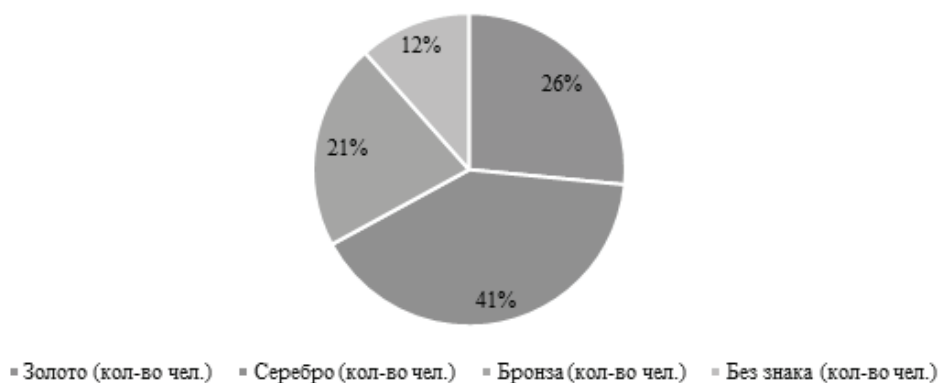


Рис. 1. Количество занимающихся, сдавших нормы за 2020 год

Вопрос мотивации занимающихся к выполнению норм ГТО и их стимулирования имеет важное практическое значение. Очевидно, что сдача норм «на знак» играет важную роль, поэтому большинство из участников комплекса продолжают принимать участие в тестировании на следующих ступенях, что является одним из компонентов мотивации к продолжению тренировочного процесса.

Для оценки уровня внедрения комплекса ГТО в систему подготовки занимающихся МБУ СШ № 16 были взяты данные об общем количестве спортсменов на 2020 год. На рис. 2 показано отношение занимающихся, принявших участие в тестировании к общему числу спортсменов.



Рис. 2. Результаты сдачи норм за 2020 год

Как видно, процентное соотношение спортсменов, принимавших участие в тестировании ВФСК ГТО в сравнении с теми, кто не участвовал в тестировании, достаточно велико. Это позволяет сделать вывод о том, что занимающиеся и тренеры спортивной школы заинтересованы в данном мероприятии.

Участие в тестировании — прямое воздействие на эмоционально познавательную и деятельностьную сферу, что лежит в основе формирования мотивации в процессе спортивной деятельности. В этом случае формируются убеждения, интересы и положительные эмоции, полученные от успешной сдачи норм. Специально организованные условия деятельности удовлетворяют следующие потребности:

- в престиже, самосовершенствовании;
- сохранении своего статуса, преодолении неудач;
- общении;
- участии в познавательном процессе.

В спортивной деятельности мотивация имеет свои особенности, выражающиеся в формировании привычки и положительного эмоционального отношения к физическим нагрузкам. ВФСК ГТО носит в себе соревновательный характер, выражающийся в следующем:

- получение опыта выполнения упражнений максимальной мощности;
- стремление к дальнейшему развитию и совершенствованию физических качеств;
- наличие наград для категорий участников, сдавших нормы на знаки отличия.

Рассматривая ВФСК ГТО как компонент системы мотивации тренеров, можно отталкиваться от свойства тестирования как метода текущего мониторинга подготовленности спортсменов. С помощью этого тренеры могут понимать уровень подготовленности занимающихся, их возможности. Данные показатели могут мотивировать тренеров на выстраивание продуктивного тренировочного процесса.

Таким образом, программы спортивной подготовки, включающие в себя подготовку спортсменов к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», формируют, с одной стороны, положительное отношение к тренировочному процессу спортсменов, а с другой — повышают эффективность мониторинга тренерами процесса развития физических качеств занимающихся.

Данные характеристики подтверждают, что внедрение данного комплекса в структуру тренировочного процесса служит одним из компонентов системы мотивации к занятиям спортом.

### **Информация об авторах**

**Евгения Викторовна Бабушкина** — студент, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина (Екатеринбург, Россия).

**Владимир Лазаревич Назаров** — доктор педагогических наук, профессор кафедры управления в сфере физической культуры и спорта, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина (Екатеринбург, Россия).

### **Information about the authors**

**Evgeniya V. Babushkina** — Student, Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin (Ekaterinburg, Russia).

**Vladimir L. Nazarov** — Doctor of Science, Associate Professor of the Department of Physical Culture and Sports Management, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin (Ekaterinburg, Russia).