



**РГСУ**

**РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
Дисциплина «Физическая культура»**

**Тема «Становление и развитие современной  
оздоровительной физической культуры»**

**Подготовил : Павлов Д.А.  
группа ЭКБ-С-1-Д-2014-1**

- 1. ПОНЯТИЕ, ЦЕЛЬ И ФУНКЦИИ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ**
- 2. КОМПЛЕКС ГТО 1970-1991 Г.Г.**
- 3.«СПАРТИАНСКАЯ» ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ**
- 4.СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ОЛИМП»**
- 5. ВОЗРОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА ГТО В  
СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ**

# 1. Понятие, цель и функции оздоровительной физической культуры

**Оздоровительная физическая культура** - это специфическая сфера использования средств физической культуры и спорта, направленная на оптимизацию физического состояния человека, восстановление сил, затраченных в процессе труда (учебы), организацию активного досуга и повышение устойчивости организма к действию неблагоприятных факторов производства и окружающей среды.

**Цель оздоровительной физической культуры** - обеспечение наиболее благоприятный функциональный фон для жизнедеятельности человека.





# 1. Понятие, цель и функции оздоровительной физической культуры

Оздоровительная физическая культура выполняет следующие функции, имеющие непосредственное отношение к проблеме формирования стабильного здоровья:

1. **Образовательная функция** - использование оздоровительной физической культуры в общей системе образования с целью формирования жизненно-важных двигательных умений и навыков, приобретение специальных знаний в области теории и методики физической культуры, необходимых для ведения здорового образа жизни.

2. **Оздоровительная функция** - использование средств оздоровительной физической культуры в системе мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья с учетом возраста, профессиональной деятельности, наличия заболеваний или расстройств здоровья и т.п.

3. **Воспитательная функция** - формирование качеств личности и черт характера, позволяющих сформировать оптимальный психологический климат в обществе, коллективе, семье, а также формирование потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

4. **Рекреативная функция** - использование средств оздоровительной физической культуры в обеспечении полноценного отдыха, восстановления физических и психических сил с учетом характера и специфики производственного утомления.

## 2. Комплекс ГТО в 1970-1991 г.г.

**Система ГТО** (11 марта 1931 года) являлась мощным стимулом для спорта. Подготовка к выполнению нормативов развивала все группы мышц, увеличивала выносливость, координацию, умение рассчитывать свои силы и потенциал.

**В 1973 году** при Спорткомитете СССР создан Всесоюзный совет по работе наиболее массового привлечения граждан к выполнению комплекса ГТО.

**С 1974 по 1981 год** проводились Всесоюзные первенства по многоборьям ГТО. За семь лет многоборий ГТО более 350 000 юношей и девушек стали чемпионами районов, городов, областей, республик, 77 человек завоевали почётный титул чемпиона СССР по многоборью ГТО, 100 человек стали первыми в истории советского физкультурного движения мастерами спорта СССР по многоборью ГТО.



## 2. Комплекс ГТО в 1970-1991 г.г.



До середины 80-х годов руководство работой по Комплексу и многоборьям ГТО, военно-спортивным многоборьям осуществлялось партийно-государственными и профсоюзными органами, Министерством обороны СССР и ЦК ДОСААФ.

С 1983 по 1988 годы Чемпионаты СССР не проводились по решению Госкомспорта СССР. В 1986 году в Ленинграде впервые в СССР была создана «Федерация Комплекса и многоборий ГТО», в июле 1989 году была создана Всесоюзная Ассоциация многоборий, а в сентябре 1989 года — Всероссийская федерация Комплекса и многоборий ГТО.

Распад Советского Союза повлек за собой более большую пропасть в работе над воспитанием физической активности граждан. Юридически Комплекс ГТО не был упразднен, однако фактически он прекратил свое существование в 1991 году.

### 3. «Спартианская» программа физической культуры

По инициативе ведущих ученых в области физической культуры и спорта нашей страны **в 90-е гг.** начинает разрабатываться и функционировать ряд новых оригинальных проектов, направленных на внедрение физической культуры в повседневную жизнь россиян.

**С 1991 г.** началась практическая реализация **«Спартианской» программы**, которая продолжается и в настоящее время. Автором и руководителем этого проекта является профессор РГАФК В.И. Столяров.

Принципиальная особенность «Спартианской» программы состоит и в том, что она рассматривает работу, основанную на использовании спорта, спортивных игр, соревнований, и социально-педагогическую деятельность, связанную с искусством, как два важных дополняющих друг друга компонента единой системы социально-педагогического воздействия на человека для решения широкого круга социально-культурных задач.



### 3. «Спартианская» программа физической культуры



**С 1991 г.** накоплен значительный опыт организации и проведения "Спартианских" игр, деятельности "спартианских" школ, клубов, игротек.

**В 1992 г.** в Москве были проведены Игры "СпАрт" в рамках I Международного фестиваля молодых инвалидов, в котором участвовали представители более чем 30 стран.

**В 1993 г.** в Набережных Челнах проводились Игры под названием "Спартианская семья". Участниками этой новой формы работы по спартианской программе стали дети-инвалиды вместе со своими родителями, а также дети-сироты из 8 городов России.

**В 1994 - 1997 гг.** проводились городские, региональные, межрегиональные и общероссийские Спартианские игры в различных городах и регионах Российской Федерации. Спартианские игры были проведены и в ряде вузов страны. С учетом положительного опыта проведения "Спартианских" игр со школьниками и студентами в 1994 г. началась экспериментальная проверка возможности организации подобных Игр для дошкольников.

**В 1994 г.** в Российской государственной академии физической культуры создан Гуманитарный центр "СпАрт".

## 4. Спортивно-оздоровительный образовательный проект "Олимп"

Одним из направлений в развитии массовой физической культуры в России является **спортивно-оздоровительный образовательный проект "Олимп"**. Он был **разработан в 1997 г.**, а его идеологические основы **в 1997/98 учебном году** апробировались в учебных заведениях Москвы в процессе подготовки к первым Всемирным юношеским играм, проводимым под патронажем МОК и мэра Москвы в рамках формирования движения "Олимпийская юность Москвы".



## 4. Спортивно-оздоровительный образовательный проект "Олимп"



**Массовое движение «Олимп»** призвано унифицировать структуру федеральных и территориальных спортивно-оздоровительных клубов - "Олимпийских клубов". Элементы нормативной базы заимствуются из практики комплекса ГТО и его зарубежных аналогов.

**Проект "Олимп"** - это современный инструментарий по эффективному внедрению Федеральной программы физического воспитания во взаимодействии с государственной научно-технической программой "Здоровье населения России", президентской программой "Дети России", а также программами в области образования, культуры, экологии, социальной политики, молодежного и профсоюзного движения.

## 5. Возрождение комплекса ГТО в современной России

**К 1999 г.** назрела необходимость в пересмотре принятого в 1993 г. законодательства - "**Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте**". Прежде всего, требовалась корректировка в установлении правовых, организационных, экономических основ деятельности физкультурно-спортивных организаций, определении принципов государственной политики в области физической культуры и спорта. Это послужило причиной того, что **в мае 1999 г.** был принят **Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"**.

Многолетний положительный опыт работы по **программе комплекса ГТО**, безусловно, убеждает в целесообразности существования в отечественной системе физического воспитания единой всероссийской нормативной основы. Поэтому закономерно, что в новом **Федеральном законе "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"** физкультурное движение нашей страны вернулось к идее возрождения подобного комплекса под названием "Физкультура и здоровье".



# 5. Возрождение комплекса ГТО в современной России



**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс** разработан во исполнение подпункта «а» пункта 1 перечня поручений Президента Российской Федерации от 4 апреля 2013 года № Пр-756, а также приказа Минспорта России от 6 мая 2013 года № 245 «О разработке проекта Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса», которым утвержден состав рабочей группы. В нее вошли ведущие специалисты и ученые, участвовавшие в 2004-2013 гг. в разработке и апробации внедрения комплекса в регионах Российской Федерации, представители вузов, научно-исследовательских центров, подведомственных Минспорту России и Минобрнауки России.

Определены 89 предприятий и ВУЗов страны, в которых был опробован «пилотный» проект массовых спортивных мероприятий по выполнению норм физкультурно-спортивного комплекса ДОСААФ России «Готов к труду и обороне».

**2007 год** можно смело назвать годом спорта, когда Россия получает право на Олимпиаду 2014 года в Сочи, наши футболисты пробившись на европейский чемпионат, баскетболисты стали лучшей командой Старого Света, теннисистки выиграли Кубок Федерации, гандболистки завоевали титул сильнейших в мире, и, наконец, президент Владимир Путин подписал новый закон о спорте.

# 5. Возрождение комплекса ГТО в современной России

Итогом кропотливой подготовки стало издание Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «О **Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе „Готов к труду и обороне“ (ГТО)**», постановляющего о вводе в действие комплекса **с 1 сентября 2014 года.**

**Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс** предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами (от 6 до 70 лет и старше) населения Российской Федерации (далее — возрастные группы) установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса



## ГТО - путь к здоровью

- 1. ВФСК ГТО, «История ГТО» [Электронный ресурс]  
URL:<http://www.gto.ru/history>, (дата обращения: 02.11.2017г.)
- 2. История физической культуры и спорта, Голощапов Б.Р. , Глава 9 ст. 126-134, 2001г. [Электронный ресурс] URL:  
<https://studfiles.net/preview/6340926/page:13/>, (дата обращения: 02.11.2017г.)
- 3. Оздоровительная физическая культура , Фурманов А.Г., ст. 6-9, 2003г., [Электронный ресурс]  
URL:<http://www.fizkult-ura.com/theory/40>, (дата обращения: 02.11.2017 г.)