**Об опыте муниципального образования город Апатиты по возрождению комплекса ГТО в 2015 году.**

*Доклад Михаэлиса С.А., председателя Комитета по ФКиС*

*Администрации г. Апатиты на заседании Коллегии Комитета*

*по ФКиС Мурманской области 23.12.2015 в г. Апатиты*

Тема содоклада звучит так: *«Об опыте муниципального образования город Апатиты по возрождению комплекса ГТО в 2015 году»*, и эта тема лишь косвенно затрагивает тему основного доклада Натальи Петровны по поводу Центров тестирования. Эта косвенная связь заключается в том, что мы не попали в число муниципальных образований, где центры тестирования создаются в первоочередном порядке в рамках реализации п. 12 Регионального Плана внедрения комплекса ГТО в котором говорится об экспериментальной апробации комплекса. Вопрос организации такого центра у нас пока не определен, и основная проблема – где взять деньги? Мы с большой надеждой смотрим на п. 24 Регионального Плана внедрения комплекса ГТО, где говорится о финансовой поддержке муниципальным образованиям. Хочется верить, что в 2017 году и до нас дойдет очередь. Проблема финансирования создания Центра тестирования остро встанет в 2017 году, а **2016-й год для нас будет переходным, подготовительным этапом**, продолжением и накоплением опыта, который появился у нас в 2015-м году. Именно об этом опыте, который мы приобрели в 2015-м году, и пойдет сейчас речь, и я буду очень рад, если наш опыт кому-то пригодится.

Сразу начну с основного вывода, к которому мы пришли в результате работы по внедрению комплекса ГТО в городе Апатиты в 2015 году. Звучит этот вывод так:

- **ВФСК «ГТО» – очень мощный инструмент привлечения граждан к регулярным занятиям ФКиС, который нам вручило наше государство** (как мне кажется, такое происходит нечасто).

Надо только научиться им пользоваться! Ведь практического опыта внедрения (точнее сказать – возрождения) не осталось ни у кого, а методичек, – с чего начать работу на местах, – как водится, никто разработать не догадался. Парадокс: у нас есть (и это опять же – неординарный случай) множество нормативно-правовых актов, а именно:

- Указ Президента РФ,

- Постановление и Распоряжение Правительства РФ,

- Приказы Минспорта РФ – целая серия (Нормативы, Порядки тестирования и создания центров, о знаки отличия ГТО и т.д.),

- Распоряжение Губернатора МО о создании Рабочей группы,

- Региональный план поэтапного введения комплекса ГТО, утвержденный Губернатором МО и Министром спорта РФ.

Кроме всего этого, есть очень красивый сайт «ГТО».

При таком обилии разного рода материалов мы никак не могли понять – нам-то конкретно с чего начать? Очень **не хотелось** организовать одномоментную, условно говоря, «рекламную», акцию и забыть про ГТО до следующего года. Очень **хотелось** применить **неформальный, но системный подход**, который позволил бы постепенно нарабатывать опыт. Наша задача на начальном этапе в общем-то понятна: **необходимо внедрить в сознание людей, что комплекс ГТО – весьма полезная для здоровья вещь**. Но сделать это необходимо было ненавязчиво, чтобы с первых шагов не вызвать у людей отторжения. Ведь работать нам предстояло со взрослым населением. С детьми, учащейся молодежью более или менее понятно: есть два приказа Минобра МО – о создании Рабочей группы и апробации комплекса ГТО в 2015 году, определен список пилотных площадок, в который вошли и 4 наших учреждения: СОШ № 6, 7, 10 и АПК.

По нашей просьбе **Управление образования Администрации г. Апатиты и АПК** представили нам информацию о проделанной работе, я коротко на ней остановлюсь.

**В СОШ № 6, 7 и 10** проведена апробация комплекса ГТО, в ходе которой организовано и проведено тестирование обучающихся, в том числе в тройном саамском (национальном) прыжке. Результаты тестирования направлены в Мурманскую областную ДЮСШ. Команда г. Апатиты приняла участие в областных соревнованиях по выполнению нормативов комплекса ГТО в г. Мончегорске, в результате: в 2014 году – 8 место (из 16 команд), 2015 году – 4 место (из 15 команд). В мае городская команда участвовала в областном фестивале ГТО, 2 участника вошли в состав сборной команды МО, один из них принял участие во Всероссийском фестивале в г. Белгороде (август). Проводятся классные часы, беседы, викторины, конкурсы. Охват – около 4 тыс. обучающихся. В декабре-январе желающие пройдут регистрацию в системе АИС ГТО с получением ID-номера. В 2016-17 годах Комплекс ГТО будет внедряться во всех общеобразовательных организациях.

**В Апатитском политехническом колледже** изготовлены специальные стенды ГТО, проведены тематических внеклассные часы, соревнования по видам испытаний комплекса ГТО. Сборная команда колледжа участвует в городской комплексной Спартакиаде по всем видам, в том числе и пятиборье ГТО, а также в конкурсе «Попробуй себя в ГТО».

Итак, со школьниками и учащейся молодежью все понятно. И в дальнейшем – тоже понятно: ждем следующих приказом Минобра.

Но как же нам быть с взрослым населением, с VIпоXI ступени, т.е. с теми, кому «за 18»,с чего здесь начать работу? И тут нам помогло *«волшебное слово»* Главы Администрации, который потребовал от нас принять нормативы ГТО у муниципальных служащих. Принять, и точка! Несмотря на полуобморочное состояние, в котором мы обычно выходим в апреле после наших «больших» лыжных гонок (ЧР, ПР, ВС), это «волшебное слово» простимулировало деятельность мозга и мы пришли **к идее Конкурса «Попробуй себя в ГТО»**, в котором предложить людям (не только муниципальным служащим, но и всем желающим – это принципиально!) **пробную сдачу нормативов ГТО**, соблюдая **принципы добровольности, доступности и безопасности для здоровья**. Никакого соревновательного элемента, – каждый «соревнуется» сам с собой, а для «подогрева» этого условного соревнования мы придумали «приманку»: узнай свой уровень физической подготовки, определив по таблице нормативов ГТО – какому возрасту соответствует твой результат выполнения каждого теста. Денег на проведение конкурса у нас предусмотрено не было, поднимать вопрос об этом было бессмысленно, пришлось «ужаться» по разным другим мероприятиям Календарного плана и «выдрать» 88 тыс. руб. (из общей суммы 3 388 тыс. руб.) на конкурс. Для придания процессу приема нормативов организованности в Положении о нем продекларировали, что заявки на участие в Конкурсе принимаются только коллективные – от организованных групп предприятий и организаций, численность группы не более 20 чел. Это оказалось очень важно для дальнейшей работы! Хотя на практике мы, конечно, принимали заявки и от частных лиц.

Еще перед нами стоял вопрос – **как преподнести** людям лаконично и доходчиво весь комплекс? Завесить доску информации таблицами по всем ступеням ГТО труда не представляет, только мало кто подойдет к этой доске. Пришлось поработать с нормативными документами, собрать весь комплекс в одну **Таблицу нормативов** формата А4, с двух сторон (скомпоновать ее было весьма муторно и долго!), придать **с помощью дизайнера** этой таблице яркий, привлекательный вид. В результате оказалось, что такой формат очень удобен представителям! И на доске он привлекает внимание. Дальше – больше. Решили, что каждый участник должен получить «**Карманный путеводитель по ГТО**». Разработали, сделали. В нем нормативы в привычной форме – по ступеням. Кстати, ступени ГТО имеют интервал 10 лет, а нормативы при этом предусмотрены разные для возрастных интервалов в 5 лет. Мы решили, чтобы не возникло путаницы, возрастные группы с интервалом в 5 лет пронумеровать – с М1 до М10 и от Ж1 до Ж10. Это еще одно наше«ноу-хау». Обложке путеводителя придали также привлекательный вид. Надо сказать, путеводитель произвел фурор среди участников, и был нарасхват. Далее разработали **Карточку участника**. На титульном листе карточки креативный текст (над этим пришлось поработать!), внутри – результат и «выполненная ступень»– та самая «приманка», о которой я говорил выше. Еще разработали **диплом каждому участнику** на каждый этап, **приглашение** к участию в конкурсе, **афиши** на каждый этап и, наконец, **значок** – награду самым активным участникам. Много думали над **слоганом**, в результате получилось неплохо: «**Ступени ГТО – твой путь к успеху!**», он сопровождает конкурс на всем его протяжении.

В работе над полиграфической продукцией нам удалось соединить несоединимое: **ностальгический внешний вид и креативное содержание!** Но именно это в большой степени и привело к желаемому результату – ностальгические мотивы и любопытство привлекли людей к участию в конкурсе.

Поскольку прием всех 20 нормативов невозможно уместить в короткий период, а также для того, чтобы **информационный фон о ГТО не затухал в течение года**, мы **разбили конкурс на 4 этапа**: апрель, июнь, август и ноябрь, а все нормативы сгруппировали по этим этапам, чтобы в конечном итоге охватить весь комплекс.

**1-й этап** провели в 2 дня, **25 и 26 апреля** во Дворце спорта и на Лыжном стадионе ФСК «Атлет». Он включил в себя следующие тесты: в 1-й день (в большом зале Дворца спорта) – **подтягивание на перекладине (высокой и низкой), рывок гири, отжимание, наклоны, прыжки в длину с места, упражнение на пресс**, на следующий день – **бег на лыжах 2, 3, 5 км**.

**2-й этап** мы провели на стадионе ДЮСШ «Универсал» **7 июня**. В его основную программу вошли **бег на 100 м, 2 и 3 км, прыжки в длину с разбега, метание гранаты**. Дополнительная программа состояла из тестов 1-го этапа (кроме бега на лыжах) – для тех, кто не смог участвовать в 1-м этапе. Для украшения и придания праздничной атмосферы перед началом тестирования была проведена коллективная разминка с пробежкой по стадиону. И, в этом нам особенно помогла Лариса Круглова, серебряный призер Олимпиады в Афинах, которая легко откликнулась на наше приглашение и приехала к нам в этот день. Конечно, ее присутствие «взбодрило» участников, что было очень важно, т.к. погода в этот день нам явно не хотела способствовать.

**3-й этап** предусматривал только один тест – однодневный **туристский поход** с **отработкой** туристских навыков. Мы провели его **22 августа**. Маршрут был проложен в Хибинских горах, его протяженность 10 км, участником предлагалось преодолеть различные виды горного рельефа (переправы, осыпи, простые скалы, подъемы и спуски по тропе), прослушать обзорную лекцию по географии района, отработать разные приемы туристской техники (ориентирование на местности, вязка узлов, транспортировка «пострадавшего» и др.)

**4-й этап** включил два оставшихся теста комплекса ГТО – **плавание на 25 и 50 м** (**21 ноября**, плавательный бассейн ФСК «Атлет») и **стрельбу из пневматической винтовки** (**22 ноября**, тир гимназии № 1).

В итоге проведения конкурса мы получили так необходимый нам опыт организации приема нормативов ГТО, разобрались с особенностями технического обеспечения, определились с судейским составом, основу которого составили тренеры всех наших четырех ДЮСШ. Реакция же и впечатления от конкурса его участников даже нас удивила, в нескольких словах это можно выразить так: огромное желание «попробовать себя», азарт, хорошее настроение, ощущение праздника, восторг.

**Всего в конкурсе приняли участие 71 чел. от 18 лет и старше, представлявших17 городских предприятий, организаций и учебных заведений**. Это не очень много, но нас это не печалит: ведь нам самим надо было всему научиться с нуля, и с большим количеством участников мы бы просто не справились.

Результаты конкурса мы подвели очень просто: по количеству пройденных тестов определили самых активных участников, и по такому же принципу – самые активные команды. Результаты огласили на торжественном построении, где активным участникам вручили тематические значки, активным командам – награды. Счастью участников не было предела. Наверно, вы уже догадались, что самой активной из всех активных команд была команда Администрации, а самым активным из всех активных участников была работник Администрации, начальник Управления финансов Любовь Савина. В чем тут секрет, и был или нет административный нажим со стороны Главы Администрации (те самые «волшебные слова», которые нам так помогли в апреле) – не знаю, я его не почувствовал. Мне кажется, важен даже не титул «самых активных», а счастливые лица участников – в этом я вижу главный результат конкурса. Это означает, что мы угадали формат первой попытки возрождения комплекса ГТО в городе Апатиты.

Так сложилось (точнее сказать – так было задумано), что через неделю после проведения 4-го, заключительного этапа конкурса «Попробуй себя в ГТО!», **29 ноября**, у нас состоялись **соревнования по пятиборью ГТО** в рамках программы городской комплексной Спартакиады коллективов предприятий, организаций и учебных заведений. Это был восьмой вид соревнований Спартакиады, который включен в ее программу впервые. И в программу пятиборья вошли те самые тесты, которые мы уже апробировали в апреле, в рамках 1-го этапа конкурса: **подтягивание на перекладине (высокой и низкой), рывок гири, отжимание, наклоны, прыжки в длину с места, упражнение на пресс**. Полученный в апреле опыт очень помог нам избежать ошибок, и провести соревнования динамично, на высоком организационном уровне. В отличие от конкурса, где соревновательный принцип мы намеренно свели на нет, пятиборье ГТО в рамках Спартакиады оказалось настоящим, интересным и очень зрелищным соревнованием! И тут уж азарту не было предела! И «болели» все тоже очень дружно: все за всех! В этих соревнованиях приняли участие 148 чел., представлявших 21 команду.

Здесь мы индивидуальные результаты определяли, прежде всего, в целом по пятиборью, по каждой из шести возрастных групп, отдельно среди мужчин и женщин. Кроме этого, без учета возраста определили лидеров по каждому виду испытаний, а также и абсолютных победителей в пятиборье (мужчину и женщину). Командный результат определялся по сумме пяти лучших результатов участников команд независимо от пола.

Можно сказать, что соревнования по пятиборью ГТО получились настоящим украшением Спартакиады и достойным венцом темы «ГТО» в нашем городе в 2015 году.

**Выводы и принципы продолжения работы по внедрению комплекса ГТО в 2016 году.**

**1.Формат** приема нормативов на подготовительном этапе должен быть **непринужденным и креативным**. Как я уже говорил, мы угадали с этим. В дальнейшем, когда у нас будет Центр тестирования, формат, конечно, поменяется, но и тогда по моему мнению нам к приему нормативов надо будет подходить неформально, и построить работу так, чтобы сохранить **ощущение праздника**. Кто-то, возможно, с этим поспорит, я же в этом убежден.

**2.** В 2016 году при организации мероприятий по комплексу ГТО необходимо сохранить принцип приема именно **коллективных заявок** на участие в тестировании, а именно – **от организованных групп предприятий и организаций**. (не «отфутболивая» при этом индивидуальных желающих). Этот принцип важен потому, что он позволяет нам работать с **представителями** этих групп, и через них доносить до всех участников всю информацию по комплексу. Качество и формат этой работы с представителями – наша забота в следующем году.

**3.**В 2016 году, втором году подготовительного этапа внедрения комплекса ГТО, **помимо пробного приема непосредственно нормативов** комплекса необходимо уделить внимание и другим необходимым и важным аспектам, составляющим суть комплекса ГТО. Помимо непосредственно тестирования этих аспектов еще два:

**- 1). «Ликвидации безграмотности»** населения в области физической культуры и спорта по следующим главным вопросам:

а) влияние ФК на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности,

б) гигиена занятий ФК,

в) методы самоконтроля физического состояния при занятиях ФК и спортом,

г) методики самостоятельных занятий,

д) история и традиции в ФК и спорте,

е) прикладные навыки в различных видах ФК и спорта.

Просвещение населения по всем этим вопросам позволит будущим участникам тестирования подходить к нему осмысленно, со знанием дела, а не спонтанно.

**- 2). Недельный двигательный режим.** Это крайне важный аспект. Каждый человек должен знать, и понимать, что для поддержания нормального физического состояния одних ежедневных «пробежек по магазинам» недостаточно, требуется уделять время и занятиям в спортзале в организованной группе, и самостоятельным занятиям как в выходные, так и в процессе труда. Люди в большинстве приходят «сдавать нормативы» без всякой предварительной подготовки, в результате чего получают не заряд бодрости и энергии, а наносят вред здоровью и после тестирования неделю «приходят в себя». Этот фактор в будущем необходимо исключить, пробудив у людей желание регулярно заниматься ФК и С задолго до тестирования.

Оба этих аспекта составляют неотъемлемую часть комплекса ГТО, и нам всем они понятны. Только через знания и регулярные занятия ФК можно подвести людей нормальным образом подготовленными к сдаче нормативов. Непонятно пока – как внедрить это в сознание людей, убедить их в этом. Имеющиеся нормативные документы по комплексу ГТО не дают на это ответа, по крайней мере я их не нашел. Здесь есть над чем нам поработать, что-нибудь обязательно придумаем.

**4.**В 2016 году пробный прием нормативов мы попытаемся организовать не только для взрослых участников, но и для «**взрослых с детьми**». Предположительно в Положение о конкурсе ГТО в 2016 году (а это опять будет именно конкурс) запишем, например, что не менее 30% численного состава команды (группы) должен быть представлен взрослыми с детьми или внуками (папа с дочкой, бабушка с внуком и т.д.). Это хлопотно, но очень интересно, даже с точки зрения «кто кого приведет»: папа сына или сын папу, еще интереснее – как они друг друга будут поддерживать во время приема нормативов. В этом принципе мы видим импульс дальнейшему развитию комплекса ГТО.

**5. В чем мы не преуспели.** Честно следует признаться, что мы немного отстали от других муниципальных образований, т.к. до сих пор не создали специальным постановлением Администрации города координационный орган – Рабочую группу, которая бы организовала межведомственное взаимодействие по внедрению комплекса ГТО в нашем муниципальном образовании. Это надо было сделать еще в начале года. Но, может быть, и хорошо, что мы не поторопились, т.к. сейчас, уже имея некоторый опыт и понимание как действовать в дальнейшем, состав и план работы Рабочей группы можно сформировать более осмысленно. Такую группу мы создадим в январе 2016 года, она же в дальнейшем станет рабочим органом по организации в Апатитах Центра тестирования.

**Впечатления и пожелания.**

Комплекс ГТО доступен любому здоровому человеку, нормативы достаточно легкие, видимо, ориентированы на средний (невысокий) уровень здоровья населения. Это очень правильно. Если бы нормативы были серьезнее, они бы отпугнули на начальном этапе массу людей. Так что бояться нормативов (при всей «не креативности» этого термина) не надо, а надо двигаться, пробовать себя, и использовать ступени ГТО на пути к здоровью. Я бы пожелал это всем и каждому, независимо от возраста и рода занятий.

**Спасибо за внимание!**