

# ДНЕВНИК ГТО КАК СРЕДСТВО САМОКОНТРОЛЯ И РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ТЕСТИРОВАНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТОВ

**GTO DIARY AS A MEANS OF SELF-CONTROL AND PARENTAL CONTROL IN PREPARATION FOR TESTING OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AND PRIMARY SCHOOL AGE**

**A. Portnov  
Z. Soboleva  
Z. Telegina**

*Summary:* The article analyzes the use of GTO diaries (self-control and parental control) in preparing children of senior preschool and primary school age to pass the standards of the All-Russian Sports Society «GTO». Variants of self-control and parental control diaries for the GTO by other authors were analyzed. It is presented in detail what functions the GTO diary should perform. Attention is focused on the need to take into account age-related developmental characteristics when developing the GTO diary. As a novelty, a TRP diary with stickers is presented, as most suitable for children of senior preschool and primary school age. In conclusion, it is noted that the GTO diary should become one of the components of the management and control system for the long-term training process of preparation for the GTO. This article presents a version of the GTO diary (self-control and parental control) for older preschoolers and junior schoolchildren, whose age corresponds to the first and second stages of the GTO. However, self-control diaries are also relevant for all other, older, participants of the All-Russian Sports Society «GTO», which require development taking into account their psychophysical characteristics of development.

*Keywords:* GTO, GTO diary, self-control, parental control, general physical training, children of senior preschool age, junior schoolchildren.

**Портнов Алексей Олегович**

Аспирант, Дальневосточная государственная академия физической культуры  
2015303857@pnu.edu.ru

**Соболева Зоя Юрьевна**

Кандидат биологических наук, доцент, Дальневосточная государственная академия физической культуры  
zoia.bilibina@gmail.com

**Телегина Зоя Григорьевна**

Старший преподаватель, Тихоокеанский государственный университет  
010118@pnu.edu.ru

*Аннотация:* В статье проанализировано использование дневников ГТО (самоконтроля и родительского контроля), при подготовке к сдаче нормативов ВФСК «ГТО» детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов. Проанализированы варианты дневников самоконтроля и родительского контроля для ГТО других авторов. Подробно представлено, какие функции должен выполнять дневник ГТО. Акцентируется внимание на необходимости учета возрастных особенностей развития при разработке дневника ГТО. В качестве новизны представлен дневник ГТО с наклейками, как наиболее подходящий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов.

В заключении отмечается, что дневник ГТО, должен стать одним из компонентов системы управления и контроля многолетним тренировочным процессом подготовки к ГТО. В данной статье представлен вариант дневника ГТО (самоконтроля и родительского контроля) для старших дошкольников и младших школьников, чей возраст соответствует первой и второй ступеней ГТО. Однако дневники самоконтроля актуальны и для всех остальных, более старших, участников ВФСК «ГТО», которые требуют разработки с учетом их психофизических особенностей развития.

*Ключевые слова:* ГТО, дневник ГТО, самоконтроль, родительский контроль, общая физическая подготовка, дети старшего дошкольного возраста, младшие школьники.

## Введение

В целях совершенствования государственной современной, социальной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, увеличения продолжительности жизни, в 2014 году, был введен в действие Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к

труду и обороне» (ГТО)» далее по тексту ВФСК «ГТО».

С момента появления современного комплекса ВФСК «ГТО» прошло уже десять лет, в 2023 году, комплекс был существенно доработан и изменен. Подготовка к нормативам ГТО, предусматривается на самостоятельной основе и в школах на базе секций ОФП. В обоих случаях, необходима система контроля, как за достижением результата, так и за состоянием здоровья детей. Одним из средств самоконтроля и родительского контроля при подготовке к тестированию детей может быть исполь-

зован дневник ГТО. Но не все версии дневников ГТО подойдут для детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов.

Над внедрением в процесс подготовки к сдаче нормативов ВФСК «ГТО» дневников самоконтроля уже работали: Швецова, М.Ю., Дерябина М.А., а также многие авторы в своих публикациях в скользь упоминают об использовании дневников самоконтроля при подготовке к нормативам ВФСК ГТО.

В методической разработке Швецова, М. Ю. представлено: – информация о нормативах тестов ВФСК «ГТО» (описание и картинка техники выполнения упражнений) для детей возрастной группы от 6 до 8 лет - I ступень (по версии нормативов 2014 года); таблица для ежемесячного контроля выполнения нормативов; в качестве поощрения (оценки) используется наклейка с изображением мультяшных героев за каждое занятие, для поддержания интереса к подготовке ГТО; методические рекомендации[6].

Модель Спортивного дневника Дерябиной М.А. состоит из; таблицы с информацией о ребенке и показателей его физического развития. Для осуществления контроля используются данные самостоятельных занятий ребенка. Программу разрабатывает себе сам ученик, выбирает упражнения, исходя из условий, которые есть дома. Добивается результатов путем постепенного увеличения количества упражнений [2].

Иорданская Ф. А. при использовании дневников самоконтроля для детей младшего школьного возраста, занимающихся спортивной подготовкой в избранном виде спорта, делает вывод: что он является важным оперативным показателем адекватно разработанного тренировочного процесса подготовки детей и своевременного выявления нарушений, принятия педагогических и медицинских мер [3].

Мы безоговорочно согласны с утверждением, что самоконтроль важен как для осмысления детьми младшего школьного возраста своих результатов, так и для обратной связи учителю и родителям в помощи разрешения трудностей, возникших у детей в тренировочном процессе. Однако методы самооценки должны соответствовать возрастным особенностям их психического развития. То есть, быть для детей понятными, интересными и выходить за пределы предметных результатов [5].

### Основная часть

При составлении дневника ГТО необходимо обратить внимание на следующие психические особенности младших школьников (от 6 - 7 до 10 лет):

- Ведущей деятельностью в этом возрасте является

учебная деятельность, однако еще очень большое место занимает игра [1].

- Младший школьник только начинает овладевать рефлексией - способностью рассматривать и оценивать собственные действия, умением анализировать содержание и процесс своей мыслительной деятельности [1].
- У младших школьников преобладает наглядно-образный тип мышления, они обращают внимание на все яркое [4];
- Они легко и прочно запоминают небольшой объем информации и хорошо ее воспроизводят [4];

В соответствии, с чем считаем, что не все дети младшего школьного, а тем более дошкольного возраста (1 и 2 ступень, по версии нормативов ВФСК ГТО 2023года), в силу возрастных особенностей развития, еще не способны к глубокому анализу показателей тестов, в виде числовых значений. Однако это не обстоятельство не означает, что самоконтроль неосуществим в этом возрасте.

Поскольку основным видом деятельности детей дошкольного возраста и большей частью младшего школьного возраста является игра, то самоконтроль должен проходить, в некой интересной (игровой) форме.

Чтобы детям было интересно, дневник ГТО должен быть выполнен с применением альтернативной системы оценивания, одним из вариантов фиксации достижений, которой, могут быть баллы, наклейки, бонусы, и т.д. [4].

В нашем случае, подходящем вариантом, будет дневник ГТО с наклейками:

В дневнике ГТО, должно быть отражено:

1. Целеполагание, в виде силуэтов изображающих упражнения тестов «ГТО», а также, количественное выражение нормативов ВФСК «ГТО», соответствующих знакам отличия (бронзовый, серебряный, золотой).
2. Маркеры достижения результатов, в контрольных упражнениях нормативов ВФСК «ГТО», представленные в виде наклеек с изображением силуэтов тестируемых упражнений. Наклейки должны быть разных цветов (бронзовый, серебряный, золотой), что будет свидетельствовать о том, на каком уровне развит тот или иной навык.
3. Фиксироваться антропометрические показатели (рост и вес). Поскольку в наше время большое количество детей имеет лишний вес, что требует корректировок в питании и тренировочном процессе.

Кроме того, в дневнике ГТО, для детей дошкольного и младшего школьного возраста, должна быть краткая информация о ВФСК «ГТО» и о проектах ГТО (Игры ГТО,

Фестиваль ГТО и т.д.). А также очень краткая текстовая информация по технике выполнения нормативов. А основной акцент должен быть на визуализацию информации, т.е. она должна быть изображена в картинках, в том числе и техника выполнения нормативов.

В силу чего дневник ГТО:

1. Будет образно (в виде картинок) отображать всю модель ВФСК «ГТО» (ступени и нормативы каждой ступени). Для этого:
  - На отдельном листе, в начале дневника, должна быть изображена лестница ГТО со ступенями и соответствующими им возрастными; так же отдельно лист каждой ступени, с изображением картинок нормативов.
  - При выполнении, на (этапном контроле), одного или нескольких нормативов ребенок получает наклейку, которую клеит в соответствующий силуэт дневника ГТО. Как было описано выше цвет наклейки зависит от того, на каком уровне сложности ребенок выполнил норматив (бронзовый фон – базовый уровень; серебристый фон – повышенный уровень; золотой фон – высокий уровень). Заполнение всех наклеек в течение

тренировочного процесса, свидетельствует о готовности ребенка сдать нормативы своей ступени и претендовать на обладание того или иного знака отличия ГТО.

2. Позволит вести учет динамики изменения роста и веса. Что наиболее актуально для детей, имеющих избыточный вес, так как не у каждого родителя есть возможность контролировать вес ребенка в домашних условиях.
3. Будет помогать родителям, отслеживать уровень подготовленности ребенка, и выявлять предрасположенности.

### Заключение

В заключении хотелось бы отметить, что дневник ГТО, должен стать одним из компонентов системы управления и контроля многолетним тренировочным процессом подготовки к ГТО. В данной статье представлен вариант дневника ГТО (самоконтроля и родительского контроля) для старших дошкольников и младших школьников, чей возраст соответствует первой и второй ступеням ГТО. Однако дневники самоконтроля актуальны и для всех остальных, более старших, участников ВФСК «ГТО», которые требуют разработки с учетом их психофизических особенностей развития.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Апетян, М.К. Психологические и возрастные особенности младшего школьника / М.К. Апетян. / Молодой ученый. – 2014. – № 14 (73). – С. 243–244.
2. Дерябина М.А. Технологии внедрения ВФСК ГТО в физическое воспитание школьников / Дерябина М.А. // Артемовские чтения «Продуктивное обучение: опыт и перспективы». материалы XI Международной научной конференции – 2019 – С. 154-158.
3. Иорданская Ф.А. Самоконтроль в режиме спортивной подготовки детей 6-10 лет // Вестник спортивной науки – 2020 – С. 47-51.
4. Люблинская, А.А. Детская психология / А.А. Люблинская: – М., 1971. – 385 с.
5. Сунцова А.С., Принципы конструирования инклюзивного урока в начальной школе / А.С. Сунцова, К.А. Ищенко // Гуманитарные науки – 2021/3 – С. 93-100.
6. Швецова, М.Ю. Методическая разработка «Дневник спортсмена» по подготовке ребенка 6–7 лет к сдаче норм ГТО / М.Ю. Швецова. — Текст: непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. — 2023. — № 1 (60). — С. 28-31. — URL: <https://moluch.ru/th/1/archive/240/7881/> (дата обращения: 24.01.2024).

© Портнов Алексей Олегович (2015303857@pnu.edu.ru), Соболева Зоя Юрьевна (zoia.bilibina@gmail.com), Телегина Зоя Григорьевна (010118@pnu.edu.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»