

СЕКЦИИ 3, 4
ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ
И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ.
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 372.857

ПРАФІЛАКТЫЧНАЯ РАБОТА НА ЁРОКАХ БІЯЛОГІІ
ЯК СРОДАК ФАРМІРАВАННЯ КУЛЬТУРЫ ЗДАРОВАГА
ЛАДУ ЖЫЦЦЯ Ё НАВУЧЭНЦАЎ

М.С. Белагаловая

*Дзяржаўная ўстанова адукацыі “Сярэдняя школа № 23 імя Ф.П. Гудзеля г. Гродна”,
Рэспубліка Беларусь*

Анотацыя. У артыкуле разглядаюцца спосабы арганізацыі прафілактычнай работы на ўроках біялогіі з мэтай фарміравання асноў здаровага ладу жыцця ё навучэнцаў.

Ключавыя словы: прафілактычная работа, здаровы лад жыцця, фізічнае выхаванне і зберажэнне здароўя.

PREVENTIVE WORK IN BIOLOGY LESSONS AS A MEANS OF FORMING THE
CULTURE OF A HEALTHY LIFESTYLE IN STUDENTS

M.S. Belogolovaya

*State Educational Institution "Secondary School № 23 after F.P. Gudeia Grodno",
Republic of Belarus*

Abstract. The article examines ways of organizing preventive work in biology lessons with the aim of forming the foundations of a healthy lifestyle in students.

Key words: preventive work, healthy lifestyle, physical care and health preservation.

У сучасным грамадстве ва ўстановах адукацыі вялікая ўвага надаецца сістэме мерапрыемстваў, накіраваных на ўзмацаванне і прафілактыку розных адхіленняў у стане здароўя навучэнцаў, падкрэсліваецца неабходнасць як мага больш увагі надаваць умацаванню іх здароўя не толькі на занятках фізічнай культуры, але і на іншых уроках. Урокі біялогіі спрыяюць рашэнню найважнейшай задачы агульнай школьнай адукацыі - фарміраванню культуры здаровага ладу жыцця. У працэсе навучання біялогіі пастаянна закранаюцца пытанні здароўезберажэння і, такім чынам, прафілактыкі ўжывання псіхаактыўных рэчываў, фарміравання адказных адносін да свайго здароўя. Спецыялісты адрозніваюць неспецыфічную, альтэрнатыўную і спецыфічную прафілактыку. Неспецыфічная прафілактыка накіравана на фарміраванне асобасных якасцяў і ажыццяўляецца пры вырашэнні выхаваўчых і развіваючых задач прадмета.

Альтэрнатывная прафілактыка на ўроках біялогіі звязана з зацікаўленасцю прадметам, развіццём пазнавальных інтарэсаў, фарміраваннем агульначалавечай культуры, вывучэннем біяграфій вучоных-біёлагаў.

Спецыфічная прафілактыка шкодных звычак датычыцца непасрэдна пытанняў, звязаных з псіхаактыўнымі рэчывамі. Ад майстэрства настаўніка, а таксама ад асобасных адносін педагога да праблемы залежыць выніковасць прафілактычнай накіраванасці ўрокаў біялогіі.

Мэта: выдзеліць прыемы, метады, формы прафілактычнай работы на ўроку біялогіі для фарміравання культуры здаровага ладу жыцця ў навучэнцаў.

Матэрыял і метады. Разгледзім прафілактычную работу як найважнейшую змястоўную лінію курса біялогіі. Весці гэтую лінію варта, пачынаючы з самых першых урокаў курса, працягваючы вывучэннем арганізма чалавека ў 9 класе і заканчваючы на старэйшай прыступцы навучання. Вылучым значныя для дадзенай тэмы канцэптualныя ідэі курса біялогіі:

- “ ідэя ўзаемасувязі ўсіх кампанентаў біялагічных сістэм (пад біялагічнымі сістэмамі маюцца на ўвазе клеткі, арганізмы, біягеаэнозы);

- “ захапленне гармоніяй будовы і функцыянавання чалавечага арганізма;

- “ неабходнасць пастаяннай працы чалавека, накіраванай на захаванне ўласнага здароўя (фізічнага, псіхічнага, эмацыйнага, маральнага, інтэлектуальнага), недапушчальнасць нядбайных адносін да здароўя.

Вынікі і іх абмеркаванне. На ўроках рэкамендуем выкарыстоўваць наступныя дапаможнікі: навучальныя табліцы па анатоміі і гігіене, відэафільмы (DVD) аб здароўі і яго захаванні; электронныя слайд-альбомы “Чалавек і яго здароўе”, “Цыталогія і генетыка”, “Экалогія”, камплект наглядна-метадычных матэрыялаў «Прафілактыка падлеткавай наркаманіі»; мікрапрэпараты «Храмасомы чалавека», муляжы органаў чалавечага цела; узоры рэкламы цыгарэт, спіртных напояў (з часопісаў, буклетаў), пакеты электронных слайдаў "Mind over matter" (<http://www.nida.nih.gov/GoestoSchool/nidag2s.html>) [1].

Пры вывучэнні раслін у адпаведнасці з выбраным аспектам захавання здароўя ўвага надаецца вывучэнню карысных раслін (лекавых, духмяных, якія змяшчаюць вітаміны, якія прыносяць эстэтычнае задавальненне), ахове здароўя пры выкананні сельскагаспадарчых работ, вывучаем матэрыял і аб небяспечных для здароўя раслінах. Для дасягнення выхаваўчага эфекту разглядаем прычыны ўтрымання ў раслінах атрутных рэчываў. Знаемім школьнікаў з мерамі бяспекі пры рабоце з раслінамі на агародзе, у полі, на дачным участку, правільным і бяспечным вырошчванні харчовых раслін. Здароўе і прыгажосць - непарыўныя спадарожнікі. Якім чынам расліны дапамагаюць захаваць жаночую прыгажосць? Якія пакаёвыя расліны спрыяюць здароўю насельнікаў дома? Гэтыя і іншыя пытанні разглядаем і заслухваем у выглядзе рэфератаў.

Эфектыўнымі і цікавымі для навучэнцаў з'яўляюцца кейс-заданні. Напрыклад. Доўга ішоў вандроўца ў пошуках ежы і вады. Дабраўшыся да бліжэйшай вёскі, знясілены, ён упаў, страціўшы прытомнасць. Мясцовыя знахары ўвялі ў яго кроў малако. Але вандроўнік не ажыў, а адразу сканаў. Чаму? Ці правільна паступілі мясцовыя знахары?

Кейс-заданне 2. У старэйшых класах Дзяніс захапіўся матэматыкай і паступіў на падрыхтоўчыя курсы. Заняткі запатрабавалі працы з дадатковай літаратурай, якую Дзяніс увесь час насіў з сабой (часцей у правай руцэ). "Як ты носіш такі цяжар?" - здзівілася мама, паспрабаваўшы неяк падняць яго партфель. Адночы на занятках фізкультурай Дзяніс пажаліўся на боль у спіне. Агледзеўшы вучня, выкладчык адзначыў, што правае плячо і лапатка ў яго значна ніжэйшыя за левыя і парэкамендаваў хлопчыку звярнуцца да ўрача. Чаму? Які дыягназ паставіў урач? Што стала прычынай такога захворвання?

Гульня “Біятыр” аказвае станоўчы ўплыў на развіццё ўвагі, памяці, абстрактнага мыслення школьнікаў, прывучае быць засяроджаным, сумленным. Правобразам гэтай гульні стаў спартыўны цір, дзе можна праверыць свае здольнасці ў трапнай стральбе. Гульня садзейнічае выхаванню беражлівых адносін да свайго здароўя і дазваляе праверыць веды біялагічных тэрмінаў. Гульня складаецца з 10 пытанняў, размешчаных па ступені ўзрастання праблемы. Самыя лёгкія паняцці і тэрміны стаяць пад лічбамі 1, 2, 3. Тыя, што засвойваюцца школьнікамі з вялікім намаганнем, размяшчаюцца пад вялікімі нумарамі, цяжкія і забытыя - завяршаюць мішэнь. Вучні, адказваючы на пытанні, зарабляюць ачкі (ад 1 да 10). Вучні, якія атрымалі большую колькасць ачкоў, атрымліваюць права называцца «Выдатныя стралкі», астатнія «Падметныя стралкі» і «Добрыя стралкі».

Пры вывучэнні будовы клеткі важным з’яўляецца разуменне, што клетка - адзінка будовы любога органа і арганізма ў цэлым. Адным з важных працэсаў клеткі з’яўляецца складаны працэс дзялення. Пад уздзеяннем шкодных рэчываў адбываюцца яго парушэнні, што ў меёзе цягне за сабой як смяротныя наступствы, так і з’яўленне розных уродстваў. Звяртаем увагу навучэнцаў на ўзаемасувязь працэсаў, якія адбываюцца ўнутры клеткі. Гэта разумее, што любое рэчыва, якое трапляе ў клетку, прама ці ўскосна ўплывае практычна на ўсе яе арганэлы і іх функцыі.

На ўроках, матэрыял якіх накіраваны на гігіену і прафілактыку захворванняў розных сістэм і органаў чалавека, вялікае значэнне маюць звесткі аб непасрэднай шкодзе, якую наносаць псіхаактыўныя рэчывы здароўю чалавека. Гэтае канстатаванне фактаў патрабуе вызначанага псіхалагічнага падмацавання з дапамогай гутарак аб фактарах з’яўлення шкодных звычак і іх прафілактыцы.

Пры вывучэнні стрававальнай сістэмы, апроч ведаў аб агульнай будове і функцыях, вялікую ўвагу надаем правільнаму, рацыянальнаму харчаванню. Абмяркоўваем шэраг практычных пытанняў, якія, як паказвае досвед, задаюць навучэнцы. Сярод іх гастронамічныя міфы і рэаліі: больш ясі - хутчэй вырасцеш, жуй кожны дзень моркву - падрасцеш, і іншыя. Праводзім інтэграваныя ўрокі біялогіі-тэхналогіі, на якіх разглядаем пытанні аб правільнасці прыгатавання ежы, смакавых прыхільнасцях.

Пры вывучэнні стрававання раскрываем уплыў алкаголю і нікатыну на органы стрававання: алкаголь - яд, які адымае ў клетак кісларод і ваду. Алкаголь абпальвае і атручвае слізистую абалонку страўніка, абцяжарвае пераварванне ежы ў страўніку, асабліва бялкоў. Часта пасля ўжывання алкаголю людзі адчуваюць млоснасць, і страўнік з прычыны атручвання рэагуе ванітавым рэфлексам. Працэс перапрацоўкі алкаголю ў арганізме звязаны з энергетычнымі выдаткамі, пры гэтым расходуюцца значная колькасць кіслароду (у чалавека, асабліва ў дзіцяці можа ўзнікнуць сімптом «недахопу паветра» - ён пачынае задыхацца), вылучаецца вялікая колькасць цяпла (што парушае тэрмарэгуляцыю). Асноўныя намаганні па абясшкоджванні алкаголю бяруць на сябе печань і ныркі, але нажаль пры гэтым руйнуюцца і пашкоджваюцца іх клеткі. Для ўсведамлення вучнямі шкоды, якую псіхаактыўныя рэчывы наносаць печані, неабходна веданне аб будове і функцыях гэтага самага вялікага органа чалавечага цела. Печань - гэта хімічная лабараторыя нашага арганізма, якая абараняе ад дзындраў (адходаў), якія ўтвараюцца ў выніку апрацоўкі прадуктаў харчавання. Акрамя гэтага, печань садзейнічае перапрацоўцы прадуктаў харчавання ў рэчывы, неабходныя арганізму. Печань рэгулюе ўтрыманне цукру ў крыві.

Алкаголь часта з’яўляецца прычынай самага страшнага яе захворвання - цырозу печані, калі печань амаль не функцыянуе, і адбываецца атручэнне арганізма, нярэдка канчаецца смерцю. У сучасным свеце патрабуецца ўвядзенне ў школьныя курсы біялогіі звестак аб такім небяспечным захворванні чалавека, як гепатыт. Неабходна праінфармаваць вучняў аб спосабах перадачы, сімптомах хваробы, наступствах і асаблівую ўвагу ўдзяліць прафілактыцы.

Курэнне тытуню таксама аказвае адмоўны ўплыў на органы стрававання. Псуецца і руйнуецца эмаль зубоў. Спазмы крывяносных сасудаў пад уплывам нікатыну пагаршаюць сакрэцыю ўсіх стрававальных залоз. Ежа дрэнна пераварваецца і застоіваецца ў страўніку. З рота, які паліць, зыходзіць непрыемны пах. Невыпадкова кажуць: «Пацалаваць таго, які паліць, - тое ж самае, што вылізаць попельніцу». Нават адна цыгарэта здольная выклікаць у пачаткоўца курца спазмы страўніка і болі ў вобласці жывота. Сімптомамі атручвання нікацінам служаць галаўны боль, млоснасць, ваніты, слінацёк, халодны пот, блядненне скураных пакроваў, слабасць, галавакружэнне, дрымотнасць. Сюды можна дадаць пачуццё страху, шум у вушах, пачашчэнне пульсу і іншыя засмучэнні дзейнасці арганізма. Найбольш сур'ёзныя парушэнні адбываюцца ў арганізме падлетка. Яркае апісанне сімптомаў вострага атручэння тытунём даў Л.М. Талсты ў трылогіі «Дзяцінства», «Маленства», «Юнацтва»: «Пах тытуню быў вельмі прыемны, але ў роце было горка і дыханне захоплівала. Аднак, змацуючы сэрца, я даволі доўга ўцягваў у сябе дым, спрабаваў пускаць кольцы і зацягвацца. Хутка пакой увесь запоўніўся блакітнаватымі аблокамі дыму, трубка пачала хрыпець [2].

На гэтым жа ўроку разбіраем пытанне: "Чаму небяспечна спрабаваць на смак незнаёмыя рэчывы?" Звяртаем увагу навучэнцаў на тое, што лекі, якія прапісаны іншаму чалавеку, могуць пашкодзіць. Небяспечна ўжываць невядомыя рэчывы, асабліва прапанаваныя незнаёмымі людзьмі ці людзьмі, якім нельга поўнасьцю давяраць.

Асобную ўвагу надаем пытанню аказання першай дапамогі пры атручэнні. Атручванне можа быць выклікана і такімі рэчывамі, як алкаголь, нікацін, пары бензіну. Пры любым атручванні неабходна прамыць страўнік. Гэтую працэдуру павінен зрабіць лекар, а да яго прыходу трэба паспрабаваць штучна выклікаць ваніты. Нягледзячы на тое, што атручванне нікатынам узнікае пры курэнні, тым не менш, прамыванне страўніка з'яўляецца абавязковым.

Вывучаючы апорна-рухальную сістэму і яе фарміраванне, спыняемся на карысці фізічных практыкаванняў, паказваем цесную сувязь паміж тэорыяй і практыкай. Бег, веласіпед, лыжы, плаванне. Навучэнцам, якія займаюцца спортам, прапануем расказаць аб сваім відзе спорту, прынесці фатаграфіі, падзяліцца сваімі дасягненнямі. Школьнікі праводзяць фізхвілінкі на ўроку, паказваючы разнастайныя практыкаванні, з мэтай прадухілення перанагрузкі, захавання нормаў здароўезберажэння, выхавання адказных адносін да свайго здароўя. У працэсе выканання практыкаванняў разам са школьнікамі трэніруем дыханне.

Пры вывучэнні новага матэрыялу аб прафілактыцы захворванняў нырак распавядаем, што да захворванняў нырак схіляюць: моцнае пераахладжэнне ніжняй паловы цела, асабліва паяснічнай вобласці; наяўнасць у арганізме ачагоў хранічнай інфекцыі (хворыя зубы, хранічнае запаленне міндалін і г.д.), спажыванне вострай, багатай рэзкімі затаўкамі ежы; асабліва шкодным для нырак з'яўляецца ўжыванне спіртных напояў і іншых псіхаактыўных рэчываў.

Але больш за ўсё пакутуюць ад нікацінавага яду наднырачнікі. Яны адказныя за мноства розных функцый. Яны вылучаюць у кроў адрэналін і норадрэналін.

Нікацін дзейнічае на наднырачнікі гэтак жа, як і на нервовыя гангліі: у малых дозах спрыяе ўзмацненню, у вялікіх - скарачэнню выкідку катэхамінаў. У выніку невялікія дозы нікатыну вядуць да павышэння крывянага артэрыяльнага ціску, а вялікія - да прыгнёту дзейнасці сардэчна-сасудзістай сістэмы. Менавіта гэтым і тлумачыцца рэзкае падзенне ціску ў сасудах пры вострым атручэнні нікацінам, што прыводзіць да галавакружэння, страты прытомнасці, смерці.

Працэсы вышэйшай нервовай дзейнасці, псіхічныя функцыі мозгу чалавека моцна пакутуюць ад шкодных рэчываў і шкодных звычак. Ужываючы псіхаактыўныя рэчывы, чалавек ідзе па шляху зваротнай эвалюцыі, дэградуе. Вывучэнне працэсаў

вышэйшай нервовай дзейнасці чалавека на ўроках біялогіі дазваляе разабраць пытанні, якія цікавяць многіх старэйшых падлеткаў аб жыцці і смерці, эмоцыях і розуме, тыпах вышэйшай нервовай дзейнасці і характарах, веры і душы, патагенным і санагенным мысленні, аўтатрэнінгу.

Практычна паказаць працэс курэння і прадэманстраваць колькасць асядаючай у лёгкіх смалы можна з дапамогай мадэлі «Куручая С'ю». Гэта лялька, якая мае ў роце адтуліну, злучаную трубкай з фільтрам і гумовай грушай. У адтуліну ўстаўляем запаленую цыгарэту, затым паветра прапампоўваецца праз фільтр. Па афарбоўцы фільтра можна прыблізна вызначыць колькасць смалы, якая асела ў "лёгкіх" С'ю. Такую мадэль знайсці можна на рынку навучальных дапаможнікаў. Мадэль можна вырабіць і самастойна. Для гэтага запатрабуецца 1,5-літровая празрыстая пластыкавая бутэлька, у вечку якой трэба прарабіць адтуліну, куды ўстаўляецца цыгарэта. Для ўзмацнення эфекту пажадана падабраць цыгарэту з тытуню нізкай якасці, а лепш і без фільтра. Калі цыгарэту падпаліць і затым націскаць на бутэльку, будзе стварацца эфект курэння, пры гэтым усе адпрацаваныя рэчывы, якія змяшчаюцца ў тытуні, будуць абсоўвацца на сценах бутэльні ў выглядзе чорнага налёту. У паветры пры гэтым з'явіцца непрыемны пах. Такім чынам мы як бы «зазіраем» у лёгкія чалавека, які паліць.

На ўроках аб узроставых этапах жыцця чалавека знаёмім навучэнцаў з крытэрыямі сталення. Асноўная рыса сталення - адказнасць за ўласныя ўчынкі, за сваё здароўе. Сапраўднае сталенне надыходзіць тады, калі чалавек умее сам прымаць рашэнні, не паддаючыся ціску, і можа ацаніць наступствы сваіх дзеянняў.

Наяўнасць крытычнага мыслення - таксама ступень працэсу сталення. На ўроках разглядаем са школьнікамі міфы аб курэнні. Прапануем абмеркаваць, ці ёсць штосьці станоўчае ў курэнні. Выказаныя думкі размяшчаем на слайдзе прэзентацыі. Ніжэй прыводзім найбольш папулярныя "міфы" і іх інтэрпрэтацыі.

1. "Курэнне не так шкодна, як кажучь". Насамрэч: эксперты лічаць, што курэнне - адна з вядучых прычын многіх захворванняў і смяротнасці сярод дарослага насельніцтва, у першую чаргу - захворванняў сэрца і лёгкіх.

2. «Курэнне спрыяе пахудзенню». Насамрэч: многія поўныя людзі паляць і не худнеюць. Калі не хочаш паўнець, то замест курэння лепш абраць іншыя метады стрымлівання вагі - абмежаванне ў ежы і павышэнне фізічнай актыўнасці.

3. «Курэнне дапамагае засяродзіцца і лепш працаваць». Насамрэч: курэнне звужае посуд галаўнога мозгу, з-за чаго ён горш забяспечваецца кіслародам і пажыўнымі рэчывамі. У выніку разумовая працаздольнасць змяншаецца.

4. «Курыць модна». Насамрэч: зараз паліць не модна. У ЗША частата курэння за апошнія 10 гадоў знізілася ў 2 разы. 80% мужчын аддаюць перавагу якія не паляць жанчын. Цяпер модна выглядаць спартовым, стройным і не паліць.

5. «Курэнне супакойвае нервы». Насамрэч: пачуццё раздражнення і напругі нярэдка злучана ў які паліць з самай звычайкай да курэння. Таму цыгарэта, як "соска", яго супакойвае.

6. «Курэнне дапамагае сагрэцца ў халодную пару года». Насамрэч: у вызначанай меры так, але чаргаванне ўздзеяння на эмаль зубоў халоднага паветра і гарачага тытунёвага дыму выклікае з'яўленне расколін, хуткае псаванне зубоў.

7. "У любы момант можна кінуць паліць". Насамрэч: толькі 5% з тых, хто паліць, думаюць, што паліць яны будуць праз 5 гадоў. 75% з тых, хто паліць праз 5 гадоў пераконваюцца, што не могуць кінуць паліць [3].

Асаблівую ўвагу надаем нарміраванню дамашніх заданняў, не дапускаем перагрузак, улічваем узровень складанасці і аб'ём заданняў. Асноўныя заданні і практыкаванні разбіраем і выконваем падчас урока, а ў якасці дамашняга задання прапануем заданні на замацаванне і паўтор.

Заключенне. Такім чынам, развіццё сучаснага грамадства суправаджаецца неабходнасцю пільна сачыць за праблемай здароўя дзяцей і моладзі. Таму правядзенне на ўроках прафілактычнай работы, прымяненне разнастайных метадаў і прыёмаў навучання, захаванне пазытыўнага псіхалагічнага камфорту садзейнічаюць не толькі засваенню вывучаемай тэмы, але фізічнаму выхаванню і фарміраванню асноў здоровага ладу жыцця ў школьнікаў.

Літаратура

1. Акулич, Н.В. Человек и его здоровье : учеб. пособие / Н.В. Акулич, Н.В. Машенко. – Могилев : Могилев. гос. ун-т им. А.А. Кулешова, 2000. – 160 с.
2. Бордовская, Н.В. Современные образовательные технологии / Н.В. Бордовская, Л.А. Даринская, С.Н. Костромина. – М. : Кнорус, 2011. – 269 с.
3. Третьякова, Н.В. Здоровьесберегающая деятельность в системе профессионального образования: основные направления и проблемы / Н.В. Третьякова // Здоровьесберегающее образование. – 2013. – №6. – С. 85.

УДК: 796.034

КОМПЛЕКС ГТО В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Е.Н. Бобкова* Э.А. Зюрин**, Е.Н. Петрук**

* *Смоленский государственный университет спорта, Российская Федерация*

** *Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта», Российская Федерация*

e-mail: zurin@vniifk.ru

e-mail: sgafkstnayka@mail.ru

Аннотация: В статье рассмотрены результаты реализации комплекса ГТО среди подрастающего поколения с 6 до 24 лет по результатам выполнения испытаний комплекса ГТО, внесенных в автоматизированную информационную систему ГТО и сведений федерального статистического наблюдения за реализацией Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» по форме 2-ГТО, что позволило определить уровень активности в реализации комплекса ГТО и физической подготовленности населения от 6 лет 24 лет в рамках выполнения государственных требований ВФСК ГТО.

Ключевые слова: физическая подготовленность, знаки отличия комплекса ГТО, ВФСК ГТО, АИС ГТО, 2-ГТО, виды испытаний.

GTO COMPLEX IN GENERAL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS – NEW APPROACHES TO IMPLEMENTATION

E.N. Bobkova* E.A. Zyurin**, E.N. Petruk**

**Smolensk State University of Sports, Smolensk, Russian Federation*

** *“Federal Scientific Center for Physical Culture and Sports”, Moscow, Russian Federation*

Abstract: The article discusses the results of the implementation of the GTO complex among the younger generation from 6 to 24 years old based on the results of tests of the GTO complex entered into the automated GTO information system and information from the federal statistical monitoring of the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” according to form 2-GTO, which made it possible to determine the level of activity in the implementation of the GTO complex and the physical fitness of the population from 6 to 24 years old in the framework of fulfilling the state requirements of the All-Russian Sports Society of GTO.

Keywords: physical fitness, insignia of the GTO complex, VFSK GTO, AIS GTO, 2-GTO, types of tests.