

**ВФСК ГТО КАК ОСНОВА ТРУДОВОГО И ОБОРОННОГО РЕСУРСА РОССИИ**

**А.С. Колодкин**, старший преподаватель, аспирант

**Г.Р. Торопов**, студент

**Вятский государственный университет**  
(Россия, г. Киров)

DOI:10.24412/2500-1000-2024-1-1-154-157

**Аннотация.** Статья рассказывает о программе «ГТО» (Готов к труду и обороне) как одном из компонентов трудового и оборонного потенциала страны. В тексте упоминается история создания программы и ее цели. Авторы делают акцент на важности поддержки физического здоровья и спортивного развития населения для обеспечения национальной безопасности и повышения производительности труда. В статье также говорится о возможных результатных показателях программы и о необходимости ее интеграции в систему образования и поддержки здорового образа жизни. Главная мысль заключается в том, что программа «ГТО» имеет значительное значение для страны, так как способствует формированию крепкого физического и морального облика нации, что необходимо и для ее трудового потенциала, и для ее оборонного потенциала.

**Ключевые слова:** ГТО, труд, оборона.

Готов к труду и обороне (ГТО) – это программа, которая играет ключевую роль в подготовке населения России к труду и обороне. Эта программа имеет значительное значение в формировании общества, обеспечении высокого уровня физической подготовки и развития граждан, а также в формировании национальной обороноспособности страны.

ГТО был создан в результате развития общественно-политической системы в Советском Союзе. Все началось в 1922 году, когда была утверждена первая программа физической культуры и спорта. Оттуда и пошла систематическая работа по формированию программы ВФСК, которая стала основной методикой физической подготовки населения и готовности к труду и обороне в Советском Союзе [3]. Зарожденная ВФСК ГТО в далеком 1923 году в Советском Союзе, когда начались массовые спортивные соревнования – «партизанские игры», которые и впоследствии и стали первым прототипом ГТО. Начиная с 1930 года ввели так называемые «скидки на зарядку» для работников, комплекс которого был направлен на повышение физической активности трудящихся и улучшение самочувствия. В 1956 году была официально создана система ГТО, с целью системати-

ческого контроля и улучшения физического состояния населения.

Существование и развитие программы ГТО было возможно благодаря поддержке государства и активной пропаганде физической культуры [5]. Граждане, проявляющие интерес к данной программе, активно распространяли информацию и вскоре получили поддержку широких масс населения. Активно велась агитация, которая была направлена на формирование позитивного отношения к физической активности и ее неотделимой роли для здоровья людей и их успешного развития в различных сферах деятельности, включая трудовую и оборонную.

В наше время программа ГТО изменяется в соответствии с новыми требованиями и стандартами, чтобы учитывать тенденции сегодняшнего дня и потребности общества. Сейчас в программе ГТО появилась возможность проходить испытания в разных возрастных группах, с учетом особенностей развития. Каждое испытание оценивается баллами, и сумма данных баллов определяет степень подготовленности человека по каждому виду испытаний. ВФСК ГТО стал более доступным и привлекательным для большого количества жителей нашей страны, побуждая людей заниматься спортом и вести активный

образ жизни. Более того, программа ГТО является частью государственной политики России по сохранению здоровья и повышению уровня физической подготовки населения. В этом контексте она имеет большое значение и содействует развитию физической культуры и всего спорта в России.

Участие в программе ГТО может принимать каждый желающий, вне зависимости от возраста и состояния здоровья. Цель программы – не только оценка физической подготовки граждан, но и стимулирование людей для занятий спортом и физическими упражнениями [4]. ГТО ставит перед собой цель развития массовой физической культуры и создания здорового общества. Регулярные занятия физическими упражнениями не только укрепляют организм, но и развивают физические и умственные способности, повышают сопротивляемость организма к возможным заболеваниям. Кроме того, грамотно построенная система занятий, направленных на успешное прохождение ВФСК ГТО положительно влияет на формирование правильной осанки и красивого внешнего вида человека.

ГТО также играет важную роль в развитии качеств, необходимых для успешного труда. Занятия физическими упражнениями развивают такие качества, как ответственность, дисциплина, смелость, выдержка и командный дух. Эти черты характера являются неотъемлемыми аспектами успешной трудовой деятельности и способствуют укреплению духа коллективизма в обществе. Человек, которому присущи данные черты, обычно проявляет лидерские качества и добивается высоких профессиональных успехов в своей сфере. ВФСК ГТО оказывает положительное влияние на выносливость и трудоспособность в целом, ведь для этого необходимо систематически выполнять специально разработанные физические упражнения. Только постоянные тренировки и желание достичь успеха в программе ГТО, способствуют росту мускулатуры и развитию всех физических качеств. Одним из таких качеств является выносливость, которая служит одним из важнейших элементов успеха во многих сферах жизни, а особен-

но в трудовой и оборонной деятельности. ВФСК ГТО способствует повышению выносливости и укреплению сердечно-сосудистой системы, что в свою очередь поможет человеку эффективнее справляться с тяжелой физической нагрузкой и усталостью. При подготовке в ВФСК человек становится более энергичным, улучшается его самочувствие и работоспособность. Систематические тренировки помогают снижать риск возникновения различных заболеваний, Укрепление мышц, общая физическая подготовка способствуют улучшению иммунной системы и повышению способности организма противостоять вредным факторам окружающей среды, стрессу и утомлению. Все это поможет человеку, профессия которого связана с работой в суровых погодных условиях, физически трудоемким трудом, справиться со всеми повседневными трудностями.

Эффективность мер по поддержанию необходимого уровня физической активности трудоспособного населения оценивается в основном по показателю, учитывающему долю граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом по месту работы [2]. А ВФСК ГТО и является стимулом для занятий спортом не на один день, а на постоянной основе.

ГТО также имеет прямое отношение к национальной обороне и национальной безопасности. Физическая подготовка, включенная в программу, развивает у граждан физическую силу, выносливость и навыки, необходимые для защиты от возможных угроз. Государство, обладающее качественно подготовленным и физически развитым населением с высоким уровнем обороноспособности, обеспечивает безопасность и независимость страны. Без этого основополагающего аспекта государство не сможет быть полностью суверенным. Ведь благодаря комплексу ГТО еще в годы СССР миллионы людей получили навыки маршевой, лыжной, стрелковой подготовки, плавания, метания гранат, преодоления водных преград и препятствий. Что помогло им в годы Великой Отечественной войны за короткий промежуток времени

овладеть военному делу, разведчиками, танкистами, снайперами. А сам знак отличия ГТО для многих был первой наградой, к которой добавились различные ордена и медали за подвиги в труде и бою [1]. Кроме того, ГТО способствует развитию таких важных качеств личности, как сила воли, целеустремленность, дисциплина и самодисциплина. Регулярные тренировки и выполнение заданий по программе ГТО требуют определенной настойчивости, самоорганизации и терпения. В процессе достижения поставленных целей по программе ГТО человек развивает эти качества, которые в дальнейшем могут быть использованы в различных сферах его жизни и деятельности.

Необходимо отметить, что привлечение населения к соревновательной деятельности является приоритетным направлением работы государства [5]. При сдаче нормативов ВФСК ГТО человек соревнуется в первую очередь с самим собой, а значит совершенствуется, что благоприятно сказывается на развитии общества в целом. Мотивацией являются награды в виде знаков отличия различного достоинства, а для абитуриентов дополнительные баллы при

поступлении в различные учебные заведения.

Таким образом, можно сделать вывод, что ГТО – это не только программа физической подготовки, но и основополагающий ресурс для формирования общества готового к труду и обороне. ВФСК ГТО – фундаментальное средство Российской Федерации в области трудовой подготовки и обороноспособности. При расшифровке аббревиатуры ГТО становится понятно, на что направлен данный комплекс, ведь прямо в его названии есть такие слова, как труд и оборона. Уже исходя из названия можно сделать вывод, что ВФСК ГТО ориентирован в первую очередь на подготовку человека к трудовой и оборонной деятельности. Программа ГТО способствует развитию здоровья граждан, формированию необходимых качеств для успешной работы и национальной безопасности. Важность ГТО в области трудовой подготовки и обороноспособности России трудно переоценить, и правильное внедрение этой программы является ключевым фактором в развитии и процветании нашего государства.

#### **Библиографический список**

1. Алексанянц Г.Д., Лызарь О.Г., Валл К.П. Готов к труду и обороне: история и современность: монография / Г.Д. Алексанянц, О.Г. Лызарь, К.П. Валл и др); под ред. Ю.Д. Овчинникова. – Самара: НИЦ «Поволжская Научная корпорация». – 2017. – 131 с.
2. Володина, А.А. Актуальность ГТО в России, проблемы проведения ГТО и их решение // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». – 2019. – № 11-2.
3. Енченко, И.В. Эволюция комплекса "Готов к труду и обороне" / И.В. Енченко // Наука и спорт: современные тенденции. – 2014. – Т. 5, № 4(5). – С. 45-51. – EDN TНVQTH.
4. Фазлеева, С.А. Оценка уровня физической подготовленности на основе норм ГТО // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2022. – №3-1. – С. 70-72.
5. Хорошева, Т.А. Проблемы внедрения ГТО в образовательной системе / Т.А. Хорошева // Аллея науки. – 2018. – Т. 2, № 2 (18). – С. 689-693.

**VFSK GTO AS THE BASIS OF RUSSIA'S LABOR AND DEFENSE RESOURCE**

**A.S. Kolodkin**, *Senior Lecturer, Postgraduate Student*

**G.R. Toropov**, *Student*

**Vyatka State University**  
**(Russia, Kirov)**

***Abstract.** The article tells about the «GWD» program (Ready for work and defense) as one of the components of the country's labor and defense potential. The text mentions the history of the creation of the program and its goals. The author emphasizes the importance of supporting the physical health and sports development of the population to ensure national security and increase labor productivity. The article also talks about the possible outcome indicators of the program and the need to integrate it into the education system and support a healthy lifestyle. The main idea is that the GWD program is of significant importance for the country, as it contributes to the formation of a strong physical and moral image of the nation, which is necessary for both its labor potential and its defense potential.*

***Keywords:** GWD, labor, defense.*