

тр. по материалам Международной науч.-практ. конф. – М. : ООО "АР-Консалт", 2015. – С. 106-109.

6. Панкратенко, Г. Особенности обучения плаванию детей с патологией зрения / Г. Панкратенко, Г. Махонькова // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 8. – С. 12-15.

7. Протченко, Т.А. Примерная программа и инструктивно-методические рекомендации по плаванию для детей от 2 до 7 лет / Т.А. Протченко, Ю.А. Семенов // Примерные программы по плаванию от 2 до 18 лет. – М. : Школьная книга, 2009. – 22 с.

8. Савельева, О.Ю. Игры – средство обучения плаванию / О.Ю. Савельева // Физическая культура в школе. – 1991. – № 6. – С. 36-41.

9. Савельева, О.Ю. Основы начального обучения плаванию : учебное пособие / О.Ю. Савельева. – М. : Изд-во Мос. гос. пед. ун-та, 2012. – 180 с.

10. Исследование индивидуальной предрасположенности школьников к освоению техники плавания на этапе освоения водой / О.Ю. Савельева, В.Ю. Карпов, А.В. Романова, Е.Д. Бакулина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4 (134). – С. 237-242.

## PREFERENCES

1. Anfilatova, O.V. (2005), *Method of continuous adaptive physical education of senior pre-school children with visual impairment*, dissertation, Kirov.

2. Vasiliev, V.S. and Savelieva O.Yu. (1988), "Preparatory exercises for teaching the swimming of younger schoolchildren", *Physical culture at school*, No.12, pp. 12-15

3. Ed. Paramonova, L.A. (2013), *Sources: An approximate basic general educational program for preschool education*, publishing house "Sphere", Moscow

4. Karpov, V.Yu., Davydov, V.Yu., Savelieva, O.Yu. and Lapina, M.N. (2012), *Games and recreation at water Tutorial*, Sochi State University, Sochi.

5. Karpov, V.Yu., Zvorykin, I.V. and Lyashenko, V.A. (2015), "The game method for teaching children to swim 8-9 years at the stage of initial training", *Scientific works materials of International science and practice conference "Science and education at 21th century"*, AR-consult LTD, Moscow, pp. 106-109.

6. Pankratenko, G. and Mahonkova, G. (2012), "Features of learning to swim children with vision pathology", *Preschool education*, No. 8, pp. 12-15.

7. Protchenko, T.A. and Semenov, Yu.A. (2009), *Sample program and instructional and methodological recommendations for swimming for children from 2 to 7 years (Simple swimming programs for 2-18 ages)*, Schoolbook, Moscow.

8. Savelieva, O.Yu. (1991), "Games as swimming education instruments", *Physical culture at school*, No. 6, pp. 36-41.

9. Savelieva, O.Yu. (2012), *Basics of elementary swimming training*, Tutorial, Publishing house of Moscow state pedagogical university, Moscow.

10. Savelieva, O.Yu., Karpov, V.Yu., Romanova, A.V. and Bakulina E.D. (2016), "The study of the individual predisposition of schoolchildren to the development of swimming techniques at the stage of water development", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 134, No.4, pp. 237-242.

**Контактная информация:** vu2014@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 30.09.2017*

**УДК 796.011**

## **ГОТОВНОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ ГОРОДА КРАСНОДАРА К ВЫПОЛНЕНИЮ «ОБНОВЛЕННЫХ» НОРМАТИВОВ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)**

**Сергей Павлович Аришинник**, кандидат педагогических наук, **Наталья Александровна Амбарцумян**, старший преподаватель, **Галина Николаевна Дудка**, старший преподаватель, **Константин Васильевич Малащенко**, кандидат педагогических наук, **Василий Иванович Тхорев**, доктор педагогических наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСиТ), г. Краснодар

### **Аннотация**

В рамках настоящего исследования изучались вопросы, касающиеся выявления степени готовности современных школьников города Краснодара к выполнению «обновленных» нормативов

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО), вступающих в действие с 1 января 2018 года. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости коррекции содержания физического воспитания в части акцентирования внимания на формировании таких физических качеств, как выносливость, сила и гибкость.

**Ключевые слова:** Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), мониторинг физической подготовленности, школьники, нормативы, физические качества, электронные таблицы Microsoft Excel.

## **READINESS OF SCHOOL STUDENTS OF CITY OF KRASNODAR FOR IMPLEMENTATION OF THE "UPDATED" STANDARDS OF THE ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX "READY FOR LABOUR AND DEFENSE"**

*Sergey Pavlovich Arshinnik, the candidate of pedagogical sciences, Natalya Aleksandrovna Ambartsumyan, the senior teacher, Galina Nikolaevna Dudka, the senior teacher, Konstantin Vasilyevich Malashenko, the candidate of pedagogical sciences, Vasily Ivanovich Tkherev, the doctor of pedagogical sciences, professor, Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism, Krasnodar*

### **Annotation**

In the current research the questions concerning the identification of degree of readiness of the modern school students of Krasnodar city for implementation of the "updated" standards of the All-Russian sports complex "Ready for Labour and Defense" which are coming into effect since January 1, 2018 were studied. The received results testify to need of correction of the content of physical training regarding emphasis of attention on formation of such physical qualities as endurance, force and flexibility.

**Keywords:** All-Russian sports complex "Ready for Labour and Defense" (GTO), monitoring of physical fitness, school students, standards, physical qualities, spreadsheets Microsoft Excel.

### **ВВЕДЕНИЕ**

В настоящее время становится популярным подход, в соответствие с которым качество работы по физическому воспитанию образовательной организации определяется путем выявления количества обучающихся, способных успешно выполнить нормативы современно комплекса ГТО, который становится государственным стандартом физической подготовленности граждан России [1]. Подобным образом может быть определено качество физкультурной работы муниципального образования, а также субъекта Российской Федерации.

В этой связи, целью данного исследования послужило определение эффективности процесса физического воспитания в общеобразовательных организациях г. Краснодара посредством изучения готовности школьников выполнить «новые» нормативы ГТО, которые в соответствии с приказом Министерства спорта России № 542 от 19.06.2017 года («Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» на 2018-2021 годы») вступают в действие с 1 января 2018 года.

### **МЕТОДИКА**

В рамках исследования осуществлялась проверка способности детей школьного возраста, постоянно проживающих в городе Краснодаре выполнить испытания «новых» нормативов начальных (I, II, III, IV и V) ступеней ВФСК ГТО.

В обновленном комплексе имеют место следующие нововведения:

- исключены испытания, оценивающие уровень физической подготовленности по принципу «зачет-незачет» (в смешанном передвижении, плавании, «наклоне вперед» и др.), т.е. применен принцип регистрации достижений на основе использования метрической системы [3, 8, 9];

- увеличено число альтернативных испытаний, оценивающих скоростные способности [9];

– расширены категории участников (II-я и последующие ступени), для которых проводится испытание «по выбору» на проявление координационных способностей – «челночный бег 3×10 м» [9];

– используется более корректная терминология: например, «кросс (бег по пересеченной местности)» вместо «кросс по пересеченной местности» [4, 3]; «наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» вместо «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу» [3, 9] и др.

Таким образом, подтверждается тезис, согласно которому Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» представляет собой постоянно совершенствующуюся систему [5].

В настоящем исследовании были задействованы учащиеся 6-ти общеобразовательных школ города Краснодара 2-х, 4-х, 6-х, 8-х и 10-х классов (дети 8-ми, 10-ти, 12-ти, 14-ти и 17-ти лет), относящихся, соответственно, к I, II, III, IV и V ступеням ВФСК ГТО. Общее количество испытуемых-школьников обоего пола составило 1994 человека (1001 мальчик и 993 девочки). Все учащиеся, задействованные в тестировании, не имели отклонений в состоянии здоровья и соответствовали основной медицинской группе.

Таблица 1 – Программа мониторинга физической подготовленности школьников г. Краснодара, соответствующая нормативам ВФСК ГТО

| Ступень ГТО (возраст учащихся, принявших участие в мониторинг)                                    |                                           |                                         |                                                                     |              | Диагностируемые физические качества |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------|
| I<br>(8лет)                                                                                       | II<br>(10лет)                             | III<br>(12лет)                          | IV<br>(14лет)                                                       | V<br>(17лет) |                                     |
| Испытания (тесты)                                                                                 |                                           |                                         |                                                                     |              |                                     |
| Подтягивание: мальчики – на высокой перекладине, девочки – на низкой перекладине (количество раз) |                                           |                                         |                                                                     |              | Сила                                |
| Бег на 30 м (с)                                                                                   |                                           | Бег на 60 м (с)                         |                                                                     |              | Быстрота                            |
| Челночный бег 3×10 м (с)                                                                          |                                           |                                         |                                                                     |              | Ловкость                            |
| Смешанное передвижение на 1 км (мин, с)                                                           | Смешанное передвижение на 1,5 км (мин, с) | Смешанное передвижение на 2 км (мин, с) | Смешанное передвижение: юноши – на 3 км, девушки – на 2 км (мин, с) |              | Выносливость                        |
| Наклон вперед из и. п. стоя на скамье (см)                                                        |                                           |                                         |                                                                     |              | Гибкость                            |
| Прыжок в длину с места (см)                                                                       |                                           |                                         |                                                                     |              | Скоростно-силовые                   |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)                          |                                           |                                         |                                                                     |              |                                     |

Проверка осуществлялась посредством учета результатов 7-ми контрольных двигательных заданий для каждого возраста (4-х обязательных и 3-х по выбору – «прыжок в длину с места», «поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин», «челночный бег 3×10 м»). При этом недостающие для конкретного знака отличия нормативы «по выбору» (для II-V ступеней) учитывались нами как выполненные на «золотой» знак. Тестирование проводилось в конце 2016/2017 учебного года, в процессе весеннего этапа мониторинга физической подготовленности школьников муниципального образования город Краснодар. Программа тестирования представлена в таблице 1.

Для реализации запланированного исследования была использована специальная электронная таблица, созданная на базе компьютерной программы Microsoft Excel, которая позволила рассчитать и оценить соответствие полученных в ходе испытаний показателей определенному знаку отличия «нового» комплекса ГТО [5].

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, прежде всего, о том, что в настоящее время количество школьников, способных выполнить весь комплекс «обновленных» нормативов ГТО, к сожалению, невелико, и составляет, в среднем от 15,3 до 49,7% (таблицы 2-3). Данный факт подтверждается результатами проведенных нами ранее исследований [6, 5]. При этом установлено, что по сравнению с началом учебного года – к его окончанию статистически значимого (при  $p < 0,05$ ) увеличения количества

школьников, способных выполнить нормативы ГТО как среди мальчиков, так и среди девочек не происходит. Это указывает на недостаточную эффективность процесса физического воспитания в современных общеобразовательных организациях. В этой связи представляется как минимум странным решение министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края о снижении в 2016/2017 учебном году в некоторых классах количества уроков физической культуры с 3-х до 2-х раз в неделю (см. письмо Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 12.07.2017 № 47-12839/17-11 «О формировании учебных планов образовательных организаций Краснодарского края на 2017-2018 учебный год»).

Анализ данных, представленных, в таблице 2, показывает, что у мальчиков от ступени к ступени происходит снижение количества способных выполнить нормативы ГТО. Исключение составляют лишь учащиеся 10-х классов, относящихся к V возрастной ступени, у которых по сравнению с представителями IV ступени существенно возрастает число способных выполнить нормативы (таблица 2). Этот позитивный момент по нашему мнению обусловлен осознанием старшеклассниками необходимости повышения уровня своей физической подготовленности, в том числе и целесообразности выполнения нормативов ВФСК ГТО.

Таблица 2 – Процентное соотношение мальчиков, способных выполнить «новые» нормативы начальных ступеней комплекса ГТО

| Знак ГТО                             | M±m (%)    | Выполнили нормативы ГТО |
|--------------------------------------|------------|-------------------------|
| I ступень (мальчики 8 лет, n=365)    |            |                         |
| Золотой                              | 1,7±0,66%  | 30,7±2,41%              |
| Серебряный                           | 9,3±1,52%  |                         |
| Бронзовый                            | 19,7±2,08% |                         |
| Не выполнили                         | 69,3±2,41% |                         |
| II ступень (мальчики 10 лет, n=154)  |            |                         |
| Золотой                              | 0,6±0,62%  | 21,4±3,30%              |
| Серебряный                           | 5,2 ±1,79% |                         |
| Бронзовый                            | 15,6±2,92% |                         |
| Не выполнили                         | 78,6±3,30% |                         |
| III ступень (мальчики 12 лет, n=210) |            |                         |
| Золотой                              | 1,4±0,81%  | 18,6±2,68%              |
| Серебряный                           | 3,3 ±1,23% |                         |
| Бронзовый                            | 13,8±2,38% |                         |
| Не выполнили                         | 81,4±2,68% |                         |
| IV ступень (мальчики 14 лет, n=216)  |            |                         |
| Золотой                              | 0,5±0,48%  | 15,3±2,45%              |
| Серебряный                           | 4,6 ±1,42% |                         |
| Бронзовый                            | 10,2±2,12% |                         |
| Не выполнили                         | 84,7±2,45% |                         |
| V ступень (юноши 17 лет, n=56)       |            |                         |
| Золотой                              | 1,8±1,78%  | 26,8±5,92%              |
| Серебряный                           | 7,1 ±3,43% |                         |
| Бронзовый                            | 17,9±5,12% |                         |
| Не выполнили                         | 73,2±5,92% |                         |
| Итого в среднем:                     |            | 22,6%                   |

Аналогичная тенденция наблюдается и у девочек, с той лишь разницей, что у старшеклассниц – представительниц V возрастной ступени по сравнению с девочками IV ступени не происходит существенного прироста числа способных выполнить нормативы (таблица 3).

В сравнении с мальчиками, у девочек количество выполняющих нормы ГТО несколько больше. Однако это наблюдается только на первых четырех ступенях. У представителей V возрастной ступени количество способных выполнить нормативы юношей больше, чем девушек.

Таблица 3 – Процентное соотношение девочек, способных выполнить «новые» нормативы начальных ступеней комплекса ГТО

| Знак ГТО                            |             | M±m (%)    | Выполнили нормативы ГТО |
|-------------------------------------|-------------|------------|-------------------------|
| I ступень (девочки 8 лет, n=389)    |             |            |                         |
| Золотой                             | 2,3±0,76%   | 49,7±0,82% |                         |
| Серебряный                          | 20,7±2,06%  |            |                         |
| Бронзовый                           | 26,7±2,25%  |            |                         |
| Не выполнили                        | 50,3±0,82%  |            |                         |
| II ступень (девочки 10 лет, n=130)  |             |            |                         |
| Золотой                             | 1,5±1,07%   | 30,8±4,05% |                         |
| Серебряный                          | 13,1 ±2,96% |            |                         |
| Бронзовый                           | 16,2±3,23%  |            |                         |
| Не выполнили                        | 69,2±4,05%  |            |                         |
| III ступень (девочки 12 лет, n=210) |             |            |                         |
| Золотой                             | 0,5±0,49%   | 22,9±2,90% |                         |
| Серебряный                          | 6,2 ±1,66%  |            |                         |
| Бронзовый                           | 16,2±2,54%  |            |                         |
| Не выполнили                        | 77,1±2,90%  |            |                         |
| IV ступень (девочки 14 лет, n=177)  |             |            |                         |
| Золотой                             | 0,6±0,58%   | 19,2±2,96% |                         |
| Серебряный                          | 4,5 ±1,56%  |            |                         |
| Бронзовый                           | 14,1±2,62%  |            |                         |
| Не выполнили                        | 80,8±2,96%  |            |                         |
| V ступень (девушки 17 лет, n=87)    |             |            |                         |
| Золотой                             | 1,1±1,12%   | 19,5±4,25% |                         |
| Серебряный                          | 4,6 ±2,24%  |            |                         |
| Бронзовый                           | 13,8±3,70%  |            |                         |
| Не выполнили                        | 80,5±4,25%  |            |                         |
| Итого в среднем:                    |             |            | 28.4%                   |

В ходе анализа данных установлено, что достаточно большое число школьников (как мальчиков, так и девочек) способны выполнить большинство тестов на необходимый уровень (в том числе на «золотой» знак), но, одновременно, не могут достойно выполнить всего один-два теста. Поскольку для получения знака отличия ГТО необходимо реализовать всю батарею тестов, то невыполнение лишь 1-го испытания не позволяет им в данный момент претендовать на искомый знак отличия ГТО. Это также подтверждается ранее проведенными исследованиями [6, 5].

С целью моделирования ситуации, предполагающей повышение числа выполняющих нормативы ГТО, нами были выполнены расчеты, которые позволили установить, как изменится количество «сдающих» нормативы при условии улучшения одного или двух нормативов от показателя «не сдано» до показателя бронзового знака. Полученные результаты, представленные в таблице 4, свидетельствуют о том, что для статистически значимого повышения количества школьников, способных выполнить нормативы ГТО, необходимо улучшить показатели всего лишь по одному невыполненному параметру.

Таблица 4 – Изменение количества способных выполнить нормативы комплекса ГТО III ступени при условии улучшения числа выполненных нормативов

| пол | Количество способных выполнить «новые» нормативы III ступени ГТО | Количество способных выполнить нормативы при условии улучшения одного норматива с показателя «не сдано» до показателя «бронза» | Количество способных выполнить нормативы при условии улучшения двух нормативов с показателя «не сдано» до показателя «бронза» |
|-----|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| м   | 18,6±2,68%                                                       | 32,4±3,23%                                                                                                                     | 61,9±3,35%                                                                                                                    |
| ж   | 22,9±2,90%                                                       | 48,6±3,45%                                                                                                                     | 78,6±2,83%                                                                                                                    |

Так, благодаря улучшению только одного показателя, количество способных выполнить нормативы ГТО III ступени повышается в полтора-два раза: у мальчиков с 18,6% до 32,4%, а у девочек – с 22,9% до 48,6%. На практике это может быть реализовано, например, за счет увеличения числа подтягиваний на перекладине всего на 1-2 раза или

немного более быстрого (всего на 10-20 секунд) преодоления дистанции «на выносливость». Все это реально осуществить в течение одного учебного года [2, 7], необходимо только установить такие «слабые звенья» физической подготовленности и разработать план коррекции физического состояния конкретного ребенка.

Расчеты показывают, что если улучшить показатели 2-х невыполненных тестов (с показателя «не выполнено» до уровня бронзового знака), то это позволит увеличить число выполняющих нормативы по сравнению с имеющимся более чем в 3 раза (таблица 2).

Полученные данные свидетельствуют, что для краснодарских школьников наиболее трудными являются испытания, направленные на оценку выносливости, силы и гибкости. По результатам этих испытаний электронный протокол чаще всего выдает оценку «не сдано». В меньшей степени это относится к испытаниям, направленным на оценку скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.

Таким образом, коррекцию физической подготовленности школьников необходимо начинать с повышения показателей выносливости, силы и гибкости.

### ВЫВОДЫ

1. «Обновленные» (вступающие в действие с 01.01. 2018 г.) нормативы ВФСК ГТО способны выполнить 22,6% мальчиков и 28,4% девочек. Данный факт обусловлен недостаточной физической подготовленностью учащихся и является следствием низкой эффективности процесса физического воспитания в образовательных организациях.

2. Планирование процесса подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО предполагает наличие объективной информации о степени физической подготовленности школьников, результаты которой служат исходными данными для проектирования процесса физического воспитания.

3. Для статистически значимого повышения количества школьников, способных выполнить «обновленные» нормативы ГТО, необходимо улучшить результаты выполнения всего одного-двух «проблемных» тестов.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Аршинник, С.П. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» как стандарт физической подготовленности населения России / С.П. Аршинник // Интегрированные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт. – Краснодар, 2016. – Т. 1. – С. 7-13.
2. Аршинник, С.П. К вопросу об оптимизации содержания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / С. П. Аршинник // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции. – Липецк : ООО «Веста», 2014. – С. 39-43.
3. Аршинник, С.П. Кроссовая подготовка в программах физического воспитания школьников Кубани / С.П. Аршинник, Ю.Г. Зайцев, В.И. Тхорев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 1-4. – С. 76-79.
4. К вопросу о разработке структуры и содержания урока физической культуры, направленного на подготовку к выполнению нормативов комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, В.И. Тхорев, Н.Г. Шубина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2017. – Т. 12. – № 2. – С. 73-81.
5. Перспективы использования нормативов проектного комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка, Малашенко К.В., Тхорев В.И. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 19-26.
6. Степень готовности детей школьного возраста к выполнению нормативов комплекса ГТО / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, К.В. Малашенко, М.Ю. Пушкарный, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 11 (129). – С. 19-27.
7. Аршинник, С.П. Структура и содержание современного здоровьесберегающего урока физической культуры / С.П. Аршинник, М.Ю. Пушкарный, В.И. Тхорев // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 9 (127). – С. 32-42.

8. Перова, Е.И. Совершенствование комплекса ГТО в современных условиях учебного процесса в общеобразовательных учреждениях РФ / Е.И. Перова, В.А. Кабачков, В.А. Куренцов // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2013. – № 5. – С. 42-55.

9. Уваров, В.А. Методология научного обоснования содержания видов испытаний и нормативных требований I-XI ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / В.А. Уваров // Вестник спортивной истории. – 2016. – № 1 (3). – С. 57-79.

## REFERENCES

1. Arshinnik, S.P. (2016), "The All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense" as the standard of physical fitness of the population of Russia", *Integrative communications in sport and tourism: education, tendencies, international experience*, Krasnodar, Vol. 1, pp. 7-13.

2. Arshinnik, S.P., Dudka, G.N., Tkhorrev, V.I and Shubina N.G. (2017), "To the question about the development of the structure and content of the lesson of physical culture, aimed at preparing for the implementation of the standards of the of "Ready for Labor and Defense" complex", *Pedagogiko-psyhologicheskie I medico-biologicheskie problemy fizicheskoy kultury i sporta*, Vol. 12, No. 2, pp. 73-81.

3. Arshinnik, S.P. (2014), "To a question about optimizing the content of All-Russian physical culture and sports Ready for Labor and Defense" complex", *Development of physical culture and sport in the context of personal fulfillment in contemporary socio-economic conditions: Proceeding of the 7 All-Russia scientific-practical conference*, LLC "Vesta", Lipetsk, pp. 39-43.

4. Arshinnik, S.P., Zaytsev, Yu.G. and Tkhorrev, V.I. (2007), "Cross preparation in programs of physical training of school students of Kuban", *Physical culture, sport – science and practice*, No. 1-4, pp.76-79.

5. Arshinnik, S.P., Ambartsumyan, N.A., Dudka, G.N., Malashenko, K.V. and Tkhorrev, V.I. (2017), "Prospects of use of standards of the design complex "Ready for Labor and Defense", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 145, No. 3, pp. 19-26.

6. Arshinnik, S.P., Dudka, G.N., Malashenko, K.V., Pushkarny, M.Yu. and Tkhorrev, V.I. (2015), "Degree of readiness of children of school age for implementation of standards of "Ready for Labor and Defense" complex", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 129, No. 11, pp. 19-27.

7. Arshinnik, S.P., Pushkarny, M.Yu. and Tkhorrev, V.I. (2015), "The structure and content of a modern health-saving physical education lesson", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 127, No. 9, pp. 32-42.

8. Perova, E. I., Kabachkov, V. A. and Kurentsov V. A. (2013), "Improvement of the GTO complex in the modern conditions of educational process in educational institutions of the Russian Federation", *Fizicheskoe vospitanie i detsko-junosheskij sport*, No. 5, pp. 19-26.

9. Uvarov, V.A. (2016), "Methodology of scientific justification of maintenance of types of tests and standard requirements of the I-XI steps of the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense", *Messenger of sports history*, No. 1 (3), pp. 57-79.

**Контактная информация:** arshinnik\_fk@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 19.09.2017*

**УДК 796.011**

## **О СООТНОШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ОБЩЕЙ РЕКРЕАЦИИ**

**Саид-Али Махмудович Аслаханов**, доктор педагогических наук, доцент,  
Чеченский государственный педагогический институт, Грозный,  
**Махмудгири Атуевич Эльмурзаев**, кандидат педагогических наук, доцент,  
Санкт-Петербургский горный университет, Санкт-Петербург

### **Аннотация**

Существует мнение, что физическая рекреация является разделом физической культуры и общей рекреации. Основным признаком такого мнения считается – наличие двигательной деятельности, основная цель и получаемые результаты которой заключаются в оптимизации здоровья человека в совокупности физического, психологического, душевного и социального его компонентов.