

# ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ В ФОКУСЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ВФСК ГТО

УДК/UDC 613.7

Поступила в редакцию 24.05.2023 г.



Информация для связи с автором:  
rudra54@yandex.ru

Кандидат педагогических наук **Э.А. Зюрин**<sup>1</sup>

Доктор педагогических наук, профессор **А.П. Матвеев**<sup>1</sup>

**Е.Н. Петрук**<sup>1</sup>

Кандидат педагогических наук, доцент **Е.Н. Бобкова**<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ВНИИФК), Москва

<sup>2</sup>Смоленский государственный университет спорта (СГУС), Смоленск

## TRENDS IN THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL FITNESS OF THE ADULT POPULATION IN THE FOCUS OF VFSK GTO INDICATORS

PhD **E.A. Zyurin**<sup>1</sup>

Dr. Hab., Professor **A.P. Matveev**<sup>1</sup>

**E.N. Petruk**<sup>1</sup>

PhD, Associate Professor **E.N. Bobkova**<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Federal Science Center of Physical Culture and Sport (VNIIFK), Moscow

<sup>2</sup>Smolensk State University of Sports, Smolensk

### Аннотация

**Цель исследования** – определить тенденции развития физической подготовленности взрослого населения в Российской Федерации.

**Методика и организация исследования.** Изучались: физическая активность населения РФ при реализации комплекса ГТО, включая количество приступивших и выполнивших испытания комплекса; уровень физической подготовленности населения РФ на основании тестирования физических качеств и прикладных навыков у населения от 25 до 70 лет и старше, а также анализа статистических показателей 1-ФК и 2-ГТО.

**Результаты исследования и выводы.** Результаты полученных статистических и эмпирических данных выявили ряд характерных тенденций развития комплекса, оказывающих влияние на взрослое население в ходе вовлечения и реализации ВФСК ГТО: в современном российском обществе не сформирована потребность в систематических занятиях физической активностью; фиксируется невысокий уровень физической подготовленности взрослого населения; отмечается дисбаланс в развитии физических качеств у населения от 25 лет и старше в соответствии с требованиями комплекса ГТО. На основании выявленных тенденций предлагается подход по совершенствованию комплекса ГТО, который расширяет возможности выбора тестов по популярности и востребованности у большинства граждан, повышает интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями через планирование индивидуальной траектории физического совершенствования.

**Ключевые слова:** тенденции, физическая подготовленность, взрослое население, приступившие, выполнившие, комплекс ГТО.

### Abstract

**Objective of the study** was to determine trends in the development of physical fitness of the adult population in the Russian Federation.

**Methods and structure of the study.** The following were studied: the physical activity of the population of the Russian Federation during the implementation of the GTO complex, including the number of those who started and completed tests of the complex; the level of physical fitness of the population of the Russian Federation based on testing physical qualities and applied skills among the population from 25 to 70 years and older, as well as analysis of statistical indicators 1-FC and 2-GTO.

**Results and conclusions.** The results of the obtained statistical and empirical data revealed a number of characteristic trends in the development of the complex that influence the adult population during the involvement and implementation of the All-Russian Physical Sports Complex GTO: in modern Russian society, the need for systematic physical activity has not been formed; a low level of physical fitness of the adult population is recorded; there is an imbalance in the development of physical qualities in the population aged 25 years and older in accordance with the requirements of the GTO complex.

Based on the identified trends, an approach is proposed to improve the GTO complex, which expands the possibilities of choosing tests based on popularity and demand among the majority of citizens, increases interest in regular physical exercise through planning an individual trajectory of physical improvement.

**Keywords:** trends, physical fitness, adult population, those who have started, those who have completed, the GTO complex.

**Введение.** В 2022 г. в Российской Федерации (далее – РФ) завершился четырехлетний период реализации комплекса ГТО. За прошедший период была накоплена огромная база данных по современному состоянию уровня физической под-

готовленности населения различного возраста и пола по физическим качествам и прикладным навыкам. В преддверии вступления в силу новых государственных требований ВФСК ГТО на период 2023–2026 гг. представляется важным опре-

делить тенденции развития физической подготовленности взрослого населения в РФ на основании четырехлетнего цикла ВФСК ГТО.

**Цель исследования** – определить тенденции развития физической подготовленности взрослого населения в Российской Федерации.

**Методика и организация исследования.** Анализ статистических показателей 1-ФК и 2-ГТО, тестирование, анкетирование, методы математической статистики. В ходе исследования изучались: физическая активность населения РФ при реализации комплекса ГТО, включая количество приступивших и выполнивших испытания комплекса; уровень физической подготовленности населения РФ на основании тестирования физических качеств и прикладных навыков у населения от 25 до 70 лет и старше.

Научно-исследовательская работа проводилась на базах ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» и научно-методического центра по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта», которые в рамках научно-методического обеспечения отрасли с 2017 года ежегодно проводят мониторинг реализации ВФСК ГТО в Российской Федерации.

При решении задач исследования использовались данные, полученные в ходе сбора ежегодной информации о реализации комплекса в субъектах РФ, осуществляемой в форме: анализа сайтов органов управления в области физической культуры и спорта субъектов; опросов и анкетирования населения, специалистов в области физической культуры и спорта; федеральной статистической отчетности; обработки результатов тестирования населения по данным АИС ГТО, что позволило обобщить весь комплекс материалов реализации ВФСК ГТО.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Результаты полученных статистических и эмпирических данных выявили ряд характерных тенденций развития комплекса, оказывающих влияние на взрослое население в ходе вовлечения и ре-

**Таблица 1.** Количество и доля населения, приступившего к испытаниям и выполнившего нормы комплекса ГТО с VI(2) по XI ступени, в динамике

Год реализации	Количество приступивших к испытаниям в VI(2)-XI ступени	Количество выполнивших тесты ГТО VI(2)-XI ступени	
		Всего	Доля выполнивших от количества приступивших (%)
2018	364247	175794	48,3
2019	454629	213450	47,0
2020	399669	182580	45,7
2021	468891	234490	50,0
2022	560736	281510	50,2

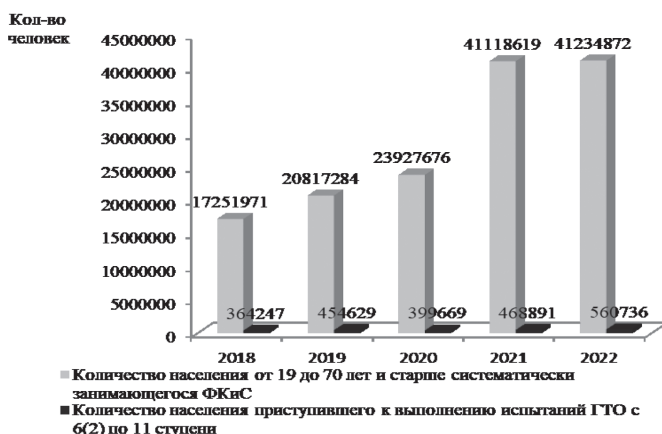
ализации ВФСК ГТО. Так, первая тенденция заключена в том, что в современном российском обществе не сформирована потребность в систематических занятиях физической активностью, соответственно, востребованность в определении текущего уровня физической подготовленности по нормативам комплекса ГТО среди взрослого населения ничтожно мала.

На текущий момент в демографической структуре общества взрослое население составляет подавляющее большинство 106 761 543, из них проявили интерес к комплексу и реализовали возможность оценки своего уровня физической подготовленности в центрах тестирования ГТО в период 2018–2022 гг., выполнив несколько испытаний 2248 172 человек (0,2%), что свидетельствует о низкой привлекательности тестирования, под которой можно понимать степень заинтересованности потенциальных участников ВФСК ГТО в регулярных занятиях физической культурой и спортом, результатом которых является вовлечение широких масс населения в физическую активность и выполнение испытаний комплекса ГТО [5].

Также данную тенденцию подтверждает соотношение количества систематически занимающихся физической культурой и спортом и населения, приступившего к выполнению испытаний комплекса ГТО [3, 4] (рис. 1).

Выявленная диспропорция между количеством населения систематически занимающихся ФКиС от 19 до 70 лет и старше и приступивших к испытаниям ВФСК ГТО с VI(2) по XI ступени свидетельствует о том, что незначительное количество взрослого населения интересуется комплексом ГТО, они не стремятся включать его компоненты в свою физкультурно-спортивную деятельность, отсутствует мотивация к подготовке и выполнению требований для получения знака отличия ГТО. Дальнейшее развитие ГТО зависит от реформ государственной политики в области ФКиС, обозначив приоритетным в целеполагании увеличение количества систематически занимающихся, приступивших или выполнивших тесты ГТО.

Вторая тенденция свидетельствует о невысоком уровне физической подготовленности взрослого населения. Показатели соотношения количества взрослого населения, получившего знаки отличия ГТО, к количеству приступившего к испытани-



**Рис. 1.** Соотношение количества населения от 19 до 70 лет и старше, систематически занимающегося ФКиС и приступившего к испытаниям ВФСК ГТО с VI(2) по XI ступени

**Таблица 2.** Доля населения, выполнившего испытания комплекса ГТО, от приступившего с VI(2) по XI ступени в динамике по ступеням

Год реализации	Доля выполнивших испытания от количества приступивших по ступеням (%)					
	VI (2)	VII	VIII	IX	X	XI
2018	7,0	17,6	13,0	7,4	2,8	0,5
2019	6,1	16,8	12,1	7,7	3,6	0,7
2020	6,2	16,4	12,1	7,3	3,1	0,5
2021	7,6	17,7	13,1	7,8	3,2	0,6
2022	7,6	16,9	13,0	8,1	3,8	0,7

ям подтверждают низкий уровень физической подготовленности взрослого населения. Среднее значение доли населения, выполнившего нормы комплекса ГТО с VI(2) по XI ступени, от приступившего к испытаниям за период 2018–2022 гг. составило 48,2%. По годам реализации мы наблюдаем, что доля выполнивших испытания от количества приступивших имеет разнонаправленную динамику и практически не изменилась за последние два года наблюдений (табл. 1).

Анализ изменения доли населения, выполнившего испытания комплекса ГТО, по ступеням от приступивших, свидетельствует о невысокой положительной динамике (табл. 2).

При росте числа выполнивших испытания во всех возрастных группах ГТО характерным является незначительное колебание доли населения, выполнившего испытания с четкой фиксацией предела значимости от 0,7% в XI ступени до 17,7% в VII ступени. Наибольшее количество взрослого населения, выполнившего испытания комплекса по уровням сложности, зафиксировано в VII ступени (30–39 лет) и VIII ступени (40–49 лет).

Таким образом, в ходе исследования была выявлена малая доля взрослого населения, выполнившего нормативы комплекса, от общего количества участников комплекса ГТО, что обусловлено низким уровнем физической подготовленности и может быть продиктовано рядом причин: предложенный инструментальный контроль уровня физического подготовленности взрослому населению неинтересен или неинформативен; предложенные тесты и нормативы создают психологический дискомфорт человеку, что не способствует проявлению интереса к комплексу, ведут к отказу от участия в нем.

Соответственно, в рамках повышения физической активности населения и, как следствие, уровня физической подготовленности, необходимо увеличить в регионах, по месту работы и жительства проведение массовых спортивных, физкультурно-спортивных мероприятий с ориентацией на социально востребованные виды спорта и формы двигательной активности, а также мероприятий, формирующих базовые навыки по военно-прикладным видам [1, 2].

Третья тенденция указывает на дисбаланс в развитии физических качеств у населения от 25 лет и старше в соответствии с требованиями комплекса ГТО. Полученные средние показатели выполнения тестов комплекса ГТО продемонстрировали различия в уровне развития физических качеств, определив наиболее низкими в проявлении выносливость и силу, оставшиеся физические качества и прикладные навыки находятся на уровне выше среднего, с наименее выраженным колебанием значимости (рис. 2).

Анализ уровня физической подготовленности взрослого населения по результатам тестирования комплекса ГТО показал, что не смогли выполнить тесты на выносливость в VI(2)

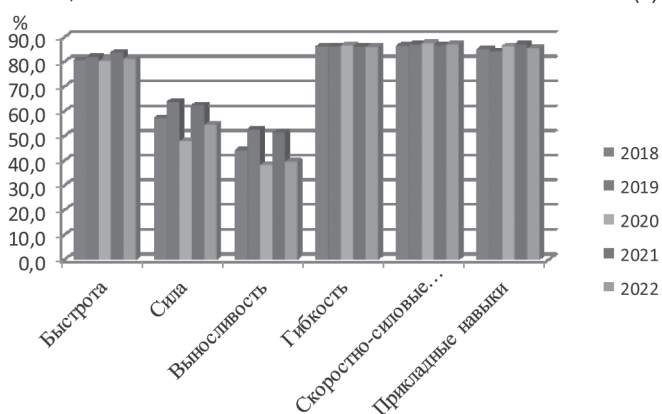


Рис. 2. Уровень развития физических качеств у населения от 25 до 70 лет и старше по результатам комплексного тестирования ВФСК ГТО

ступени 48,0% населения; в VII ступени – 13,4%; в VIII ступени – 16,5%; в IX ступени – 17,0%; в X ступени – 3,8%; в XI ступени – 6,4%.

**Выводы.** Таким образом, на основании реализации четырехлетнего цикла ВФСК ГТО в ходе многолетнего исследования были определены тенденции, лимитирующие развитие физической подготовленности взрослого населения от 25 лет и старше в Российской Федерации, свидетельствующие о незначительной заинтересованности в получении знака ГТО, уменьшении количества желающих выполнить тесты.

При разработке нового ВФСК ГТО, вступающего в действие на период 2023–2026 гг., были учтены полученные данные и внесены изменения: скорректирован шаг возрастных ступеней (пять лет), сокращено количество испытаний, необходимых для получения знака; тесты циклического характера перенесены из прикладных навыков в обязательные, что, на наш взгляд, позволит преумножить заинтересованность граждан в выполнении нормативов испытаний комплекса ГТО; повысить мотивацию к систематическим занятиям физической культурой и спортом и, как следствие, увеличить охват населения, принимающего участие в комплексе ГТО.

Предложенный подход по совершенствованию комплекса ГТО, на основании выявленных тенденций, расширяет возможности выбора тестов по популярности и востребованности у большинства граждан, повышает интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями через планирование индивидуальной траектории физического совершенствования.

Работа выполнена в рамках государственного задания ФГБУ ФНЦ ВНИИФК № 777-00036-23-01 (код темы № 001-21/4).

## Литература

- Бермус А.Г. Теоретическая педагогика: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. / А.Г. Бермус. – М.: Юрайт, 2023. – 159 с.
- Лубышева Л.И. Ведущие тренды продвижения ВФСК ГТО в парадигме вызовов новой реальности / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 4. – С. 109.
- Федеральное статистическое наблюдение по форме №2-ГТО «Сведения о реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)». – URL: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/27653/> (дата обращения: 06.03.2023).
- Федеральное статистическое наблюдение по форме №1-ФК «Сведения о физической культуре». – URL: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> (дата обращения: 06.03.2023).
- Численность и состав населения. – URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/12781> (дата обращения: 06.03.2023).

## References

- Bermus A.G. Teoreticheskaya pedagogika [Theoretical pedagogy]. Study guide for universities. 2nd ed. Moscow: Yurayt publ., 2023. 159 p.
- Lubysheva L.I. Vedushchiye trendy prodvizheniya VFSK GTO v paradigme vyzovov novoy realnosti [Leading trends in the promotion of the VFSK GTO in the paradigm of the challenges of the new reality]. Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. 2023. No. 4. p. 109.
- Federalnoye statisticheskoye nablyudeniye po forme №2-GTO «Svedeniya o realizatsii Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone (GTO)» [Federal statistical observation in form No. 2-GTO «Information on the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex «Ready for Labor and Defense (GTO)»]. Available at: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/27653/> (date of access: 03.06.2023).
- Federalnoye statisticheskoye nablyudeniye po forme №1-FK «Svedeniya o fizicheskoy kulture» [Federal statistical observation according to form No. 1-FK «Information on physical culture»]. Available at: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> (date of access: 03.06.2023).
- Chislennost i sostav naseleniya [Size and composition of the population]. Available at: <https://rosstat.gov.ru/folder/12781> (date of access: 03.06.2023).