МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры и спорта	**Кафедра «Теоретические основы физической культуры и спорта»**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки Физкультурное образование

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
на тему
ПОДГОТОВКА СУДЕЙ ДЛЯ ПРИНЯТИЯ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО

Студент _____ Аксенов Александр Александрович
подпись, дата

Руководитель _____ Беляева В.В.
подпись, дата

Нормоконтролер _____ Опарина О.Н.
подпись, дата

Работа допущена к защите

Протокол заседания кафедры от «___» _____ 2018 г. № _____

Заведующий кафедрой _____ Тома Ж.В.
подпись

Работа защищена с оценкой _____

Протокол заседания ГЭК от «____» _____ 2018г. № _____

Секретарь ГЭК _____ Кочеткова Е.Ф.
подпись

Пенза 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ …… 3

ГЛАВА 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СУДЕЙСТВА МЕРОПРИЯТИЙ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» …… 5

1.1 Общие положения ВФСК ГТО……. 5

1.2 Рекомендуемые требования к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО…….. 6

1.3 Составы и порядок формирования ГСК…….. 7

1.4 Вспомогательные службы ГСК……. 8

1.5 Составы и порядок формирования судейских бригад…….. 9

1.6 Рекомендуемые функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад…….. 18

ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.. 24

2.1 Задачи исследования…….. 24

2.2 Методы исследования …… 24

2.3 Организация исследования…… 25

ГЛАВА 3. ПОДГОТОВКА СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ…….. 27

3.1 Профессиональное образование спортивных судей как новое направление в системе высшего физкультурного образования……. 29

3.2 Практические рекомендации судьям и Правила проведения тестов в рамках ВФСК ГТО…… 33

3.3 Результаты исследования по подготовке судей для принятия норм ВФСК ГТО…… 46

ВЫВОДЫ……. 50

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ…….. 53

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В соответствии с планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р (Собрание законодательства Российской Федерации, 2014, № 27, ст. 3835; 2015, № 48, ст. 6880) возникла необходимость подготовки судейского персонала для принятия разработанных испытаний (тестов). В связи с этим, нами была предпринята попытка обобщить опыт подготовки судей в отдельных видах спорта и скорректировать методические рекомендации по обучению соответствующего контингента для организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». И так как, к сдаче норм ГТО привлекаются всё больше и больше слоёв населения - от дошкольного возраста до пенсионеров, необходимость подготовки квалифицированных судей для обслуживание подобных мероприятий в настоящее время становится актуальной задачей.

Данные разработки предусмотрены для следующих категорий слушателей: спортивные судьи III, II, I и всероссийской категорий, валантёры, спортсмены, руководители организаций, наделенных полномочиями регионального оператора по внедрению комплекса ГТО, организаторы физкультурно-спортивной работы, преподаватели высших и средних специальных учебных заведений, тренеры-преподаватели, педагоги дополнительного образования в области физической культуры и спорта, учителя общеобразовательных школ, инструкторы по спорту, что говорит о его практической направленности.

Цель исследования - изучить опыт и определить методику подготовки по формирование профессиональной компетентности специалистов, осуществляющих организацию и проведение судейства физкультурных и спортивных мероприятий комплекса ГТО, на основе овладения системой

знаний и умений, компетенций, необходимых для эффективной профессиональной деятельности в качестве судьи.

Объект исследования. Организация и судейство мероприятий ВФСК ГТО.

Предмет исследования. Подготовка судей комплекса ВФСК ГТО.

Рабочая гипотеза. Предполагалось, что подобранный материал и правильное планирование занятий по подготовке судейского корпуса для приёма норм ВФСК ГТО позволят повысить уровень проведения тестирований, организацию данных мероприятий, а также объективность и достоверность результатов.

ГЛАВА 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СУДЕЙСТВА МЕРОПРИЯТИЙ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

1.1 Общие положения ВФСК ГТО

Методические рекомендации по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), опубликованные на официальном сайте ГТО, разработаны в целях организации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), содержат рекомендуемый уровень квалификации спортивных судей, устанавливают рекомендуемые состав и порядок формирования главных судейских коллегий и судейских бригад ВФСК ГТО (далее - соответственно ГСК, судейские бригады), а также рекомендации по материально-техническому и финансовому обеспечению их деятельности [4]. В основном они рассчитаны на работу Центров ВФСК ГТО. Регламентируют требуемый для проведения тестирования инвентарь, подготовку необходимого числа судейского корпуса и распределения их по видам испытаний.

Данные методические рекомендации по организации проведения мероприятий ВФСК ГТО утверждаются решением Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации ВФСК ГТО, что является основополагающим документом для всех организаций, проводящих тестирования. Это позволяет уровнять требования приёма тестов и единообразие в оценке правильности выполнения.

С целью единообразия в понимании основных терминов, упоминаемых в методических рекомендациях, под понятием «мероприятия ВФСК ГТО» следует понимать физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, в рамках которых предусмотрено тестирование граждан по нормативам испытаний (тестов) ВФСК ГТО [7].

1.2 Рекомендуемые требования к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО

К судейству мероприятий ВФСК ГТО рекомендуется допускать спортивных судей по видам спорта, спортивные дисциплины или упражнения которых включены в перечень испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Это судьи таких видов спорта как гимнастика, лёгкая атлетика, плавание, лыжный гонки, спортивная стрельба, гиревой спорт, полиотлон, туризм, единоборства(самбо или боевое самбо, рукопашный бой, дзюдо и др.) [10].

Рекомендуется назначать на должности главного судьи, главного секретаря, заместителей главного судьи по видам спорта мероприятий ВФСК ГТО, проводимых субъектами Российской Федерации, лиц, имеющих квалификационную категорию не ниже «спортивный судья первой категории» [3]. Хочется отметить, что это очень высокий уровень судейской квалификации, позволяющий судить соревнования первого уровня в должности ГСК (главной судейской коллегии), и чтобы получить первую судейскую категорию, необходимо иметь опыт судейства не менее пяти лет или звание мастера спорта (МС), мастера спорта международного класса (МСМК), заслуженного мастера спорта (ЗМС) и выполнить необходимые квалификационные требования для получения судейской категории (количество судейства соревнований на разных должностях, участие в семинарах, сдача квалификационного зачёта и т.п.).

Рекомендуется назначать на должности главного судьи, главного секретаря, заместителей главного судьи по видам спорта мероприятий ВФСК ГТО, проводимых муниципальными образованиями и центрами тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО (далее - центры тестирования), лиц, имеющих квалификационную категорию не ниже «спортивный судья второй категории»(СС2К). То есть городские или районные соревнование могут обслуживать в качестве ГСК как судьи с квалификацией ССВК(спортивный судья всероссийской категории), СС1К(спортивный судья 1 категории), так и СС2К.

У каждого арбитра есть судейская карточка и судейская книжка, в которые заносятся все соревнования, которые они судили, с указанием должности и оценкой. Так вот в регламентирующих документах Комплекса рекомендуется сведения о судействе ВФСК ГТО заносить в судейскую книжку, заверять организацией, проводящей мероприятия ВФСК ГТО, и учитывать в практике судейства спортивного судьи. Этот пункт даёт преимущество в видах спорта, где мало соревнований, судьи могут добрать практику судейства принятием норм ВФСК ГТО.

Спортивным судьям, включенным в составы судейских бригад, рекомендуется до проведения мероприятия ВФСК ГТО пройти обучение, организуемое ГСК субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, центров тестирования. Такое обучение проводится в специализированных учебных заведениях, на базах училищ олимпийского резерва, институтов и факультетов физической культуры и спорта и т.п. Необходимости ежегодно проходить эти курсы нет, они идут в рамках повышения квалификации и достаточно их проходить с переодичностью раз в 2-4 года, в зависимости от судейской категории.

1.3 Составы и порядок формирования ГСК

Составы главной судейской коллегии мероприятий ВФСК ГТО субъекта Российской Федерации и главной судейской коллегии мероприятий ВФСК ГТО муниципального образования формируются по следующим нормам представительства:

- главный судья - 1;
- главный секретарь - руководитель секретариата - 1;
- заместитель главного судьи - диспетчер - 1;
- заместитель главного судьи по составу судейской коллегии - 1;
- заместители главного судьи по видам спорта - по количеству видов спорта на мероприятии ВФСК ГТО;

- руководитель службы судей при участниках (контрольной комиссии) - 1;

- заместитель главного секретаря - 1.

Количественный состав ГСК, служб и судейских бригад определяется уровнем мероприятия ВФСК ГТО, количеством участников мероприятия и проводимых одновременно видов испытаний (тестов) ВФСК ГТО[7, 9, 11].

Причём некоторые виды испытаний, такие как лыжный спорт, плавание, туризм, могут назначаться в отдельные дни тестирования, и судейская бригада будет состоять из судей только данного вида спорта.

1.4 Вспомогательные службы ГСК

Судьи секретариата мероприятий ВФСК ГТО участвуют в работе комиссии по допуску к мероприятию ВФСК ГТО, обеспечивают подготовку материалов и документов, необходимых для проведения мероприятий ВФСК ГТО, ведут обработку результатов участников мероприятий ВФСК ГТО, обеспечивают выпуск официальных материалов с результатами участников мероприятий ВФСК ГТО. Судьи секретариата мероприятий ВФСК ГТО должны иметь квалификационную категорию не ниже «спортивный судья третьей категории». Главное в работе секретариата своевременно и безошибочно заполнять протоколы и всю документацию, в связи с этим необходимо на такие должности назначать внимательных, педантичных судей.

Информационная служба организует информационное сопровождение мероприятий ВФСК ГТО и своевременно информирует участников, зрителей и представителей прессы о ходе и результатах мероприятия ВФСК ГТО.

Не всегда на соревнованиях присутствуют зрители или пресса, поэтому, на наш взгляд, основная информационная работа должна быть направлена на участников, которым необходимо сообщать о порядке, времени прохождении испытаний, а также своевременно знакомить их с результатами. В доступной близости, желательно на самой арене, должны быть вывешены и нормативы по

ступеням ВФСК ГТО, чтобы участник мог сопоставить свой результат с нормами выполнения испытания на тот или иной значок.

Служба судей при участниках организует идентификацию участников мероприятия ВФСК ГТО по предъявляемым документам, удостоверяющим личность, контролирует явку участников на старт согласно стартовым протоколам и проверяет экипировку участников в соответствии с Методическими рекомендациями по организации проведения мероприятий ВФСК ГТО [7], направляет участников к месту старта. При необходимости организует и контролирует специальную разминку участников в местах, отведенных для специализированной подготовки [3].

Служба награждения и торжественных церемониалов обеспечивает подготовку и проведение церемонии награждения победителей и призеров мероприятий ВФСК ГТО.

В основном подобные службы организуются на Фестивалях ВФСК ГТО, где участники выполняют нормативы на максимальный результат и за обсолютный лучший результат, как в отдельных видах испытаний, так и в сумме видов (многоборье), производится награждения. Также могут определяться и командные первенства по результатам определённого количества участников. В обычных тестированиях, если участник выполнил норматив на золотой значок, нет необходимости продолжать выполнение испытания.

1.5 Составы и порядок формирования судейских бригад

Для непосредственного проведения мероприятий ВСФК ГТО по дисциплинам или упражнениям видов испытаний ВФСК ГТО ГСК формируют судейские бригады. Каждая судейская бригада возглавляется старшим спортивным судьей. Численный состав судейских бригад зависит от требований проведения мероприятия по данному упражнению (дисциплине) ВФСК ГТО, пропускной способности на данном упражнении и квалификации судей.

Составы судейских бригад рекомендуется формировать по следующим нормам представительства для мероприятий муниципального и регионального уровней (расчет на одну бригаду) [7]:

Таблица 1 – Состав судейских бригад на виды испытаний

N п/п	Виды испытаний (тесты)	Количество участников одновременно тестируемых одной судейской бригадой	Судейские должности	Минимальная квалификация	Всего судей всего волонтеров
		Всего участников за день работы одной судейской бригады			
1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз)	2 - 4 ----- 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 - 7 судей ---------- 1 волонтер
			- судьи на снаряде (2 - 4)	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
2	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (раз)	2 - 4 ----- 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 - 7 судей ---------- 1 волонтер
			- судьи на снаряде (2 - 4)	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		

Продолжение таблицы 1

3	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула	2 - 3 ----- 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 - 6 судей ---------- 1 волонтер
			- судьи на снаряде (2 - 3)	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье или на полу	2 - 300 - 350	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	4 судьи ---------- 1 волонтер
			- судья на снаряде (1)	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	2 - 4 ----- 200 - 300	- Старший спортивный судья по виду испытаний	2 кат.	5 - 7 судей ---------- 1 волонтер
			- судьи на снаряде (2 - 4)	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
6	Рывок гири 16 кг (раз)	2 - 150	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	4 судьи --------- 1 волонтер
			- судья на втором снаряде	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		

Продолжение таблицы 1

7	Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м)	2 - 250 - 300	- Старший спортивный судья по виду испытаний	3 кат.	3 судьи --------- 1 волонтер
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
8	Челночный бег 3 х 10 м	2 - 300	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	4 судьи --------- 1 волонтер
			- судья-хронометрист	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	2 - 300	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	3 кат.	4 судьи --------- 2 волонтера
			- судья-измеритель	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
			- кандидат в спортивные судьи, ответственный по выравниванию ямы для приземления		
10	Прыжок в длину с разбега (см)	2 - 250	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	4 судьи --------- 2 волонтера
			- судья-измеритель	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
			- кандидат в спортивные судьи по выравниванию ямы для приземления		

Продолжение таблицы 1

11	Метание мяча (150 г), спортивных снарядов (500 г и/или 700 г)	2 - 150 - 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	6 судей --------- 1 волонтер
			- 3 судьи-измерителя	3 кат.	
			- секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
12	Бег на 30 м, 60 м, 100 м	3 - 4 ----- 300 - 400	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	6 судей --------- 1 волонтер
			- 2 судьи-хронометриста	3 кат.	
			- судья-секретарь	3 кат.	
			- судья-стартер	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
13	Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м	10 - 20 -------- 250	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	9 судей --------- 2 волонтера
			- старший судья на финише	2 кат.	
			- 2 судьи-хронометриста	3 кат.	
			- секретарь судьи на финише	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	
			- судья-стартер	3 кат.	
			- судья на дистанции	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи на дистанции - кандидат в спортивные судьи - помощник судьи при участниках - волонтер		
14	Смешанное передвижение на 1 км, 2 км, 3 км, 4 км	15 - 20 -------- 200 - 250	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 судей --------- 2 волонтера

Продолжение таблицы 1

			- 1 судья-хронометрист	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	
			- судья-контролер на дистанции	3 кат.	
			- судья при участниках - стартер	3 кат.	
			- помощник судьи на дистанции - волонтер		
			- помощник судьи при участниках - кандидат в спортивные судьи		
15	Скандинавская ходьба на 2 км, 3 км, 4 км	15 - 20 -------- 150 - 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 судей --------- 2 волонтера
			- 1 судья-хронометрист	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	
			- судья-контролер на дистанции	3 кат.	
			- судья при участниках - стартер	3 кат.	
			- помощник судьи на дистанции - кандидат в спортивные судьи - помощник судьи при участниках - волонтер		
16	Бег на лыжах и передвижение на лыжах 1 км, 2 км, 3 км, 4 км, 5 км	2 - 10 ------ 100 - 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	11 - 12 судей ---------- 3 - 4 волонтера
			- старший судья на финише	2 кат.	
			- 2 судьи-хронометриста	2 + 3 кат.	
			- судья на старте - стартер	3 кат.	
			- секретарь судьи на финише	3 кат.	
			- секретарь судьи на старте	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	

Продолжение таблицы 1

			- судьи-контролеры на дистанции (2 - 3)	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощники судей-контролеров - кандидаты в спортивные судьи (2 - 3)		
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
17	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км	15 - 20 -------- 100 - 200	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	7 - 8 судей ---------- 2 - 3 волонтера
			- судья-хронометрист	3 кат.	
			- судья на старте - стартер	3 кат.	
			- секретарь судьи на финише	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	
			- судьи-контролеры на дистанции (1 - 2)	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощники судей-контролеров - кандидаты в спортивные судьи (1 - 2)		
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
18	Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км, 5 км	15 - 25 -------- 150 - 250	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	8 - 9 судей ---------- 2 - 3 волонтера
			- старший судья на финише	2 кат.	
			- судья-хронометрист	3 кат.	
			- судья на старте - стартер	3 кат.	
			- секретарь судьи на финише	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	

Продолжение таблицы 1

			- судьи-контролеры на дистанции (1 - 2)	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощники судей-контролеров - волонтеры (1 - 2)		
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
19	Плавание 10 м, 15 м, 25 м, 50 м	4 - 6 ----- 300 - 400	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	6 судей --------- 2 волонтера
			- старший судья на финише	2 кат.	
			- старший хронометрист	2 кат.	
			- 2 судьи-хронометриста	3 кат.	
			- секретарь бригады	3 кат.	
			- судья-стартер	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- судья на повороте - волонтер		
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
20	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень N 8)	4 - 10 ------- 150	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	5 судей --------- 1 волонтер
			- судья комиссии определения результатов	2 кат.	
			(КОР)	3 кат.	
			- судья линии мишеней	3 кат.	
			- судья-секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках		
			- помощник судьи при участниках - волонтер		

Продолжение таблицы 1

21	Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (мишень N 8)	4 - 10 ------ 150	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	4 судьи --------- 1 волонтер
			- судья компьютерного определения результатов	3 кат.	
			- судья-секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		
22	Туристский поход на 5 км, 10 км, 15 км с проверкой туристских навыков	5 - 10 групп по 10 чел. ---------- 50 - 100	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	2 кат.	12 - 17 судей ------- 10 - 20 волонтеров
			- судья-секретарь	2 кат.	
			- судьи по видам проверки туристских навыков на полигоне (4)	3 кат.	
			- помощники судей по видам проверки туристских навыков на полигоне - волонтеры (4)	3 кат.	
			- судья-радиоинформатор на полигоне	3 кат.	
			- судьи при группах участников (5 - 10)	3 кат.	
			- помощники судей при группах участников - волонтеры (5 - 10)		
23	Самозащита без оружия	4 - 6 чел. в смене --------- 250 - 300	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	1 кат.	6 судей --------- 1 волонтер
			- судья-секретарь	3 кат.	
			- судьи-эксперты (3)	2 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	

Продолжение таблицы 1

			- помощник судьи при участниках - волонтер		
24	Требования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта	15 - 20 чел. в смене ------- 150 - 250	- Старший спортивный судья по виду испытаний ВФСК ГТО	3 кат.	4 судьи ---------- 1 волонтер
			- судья компьютерного определения результатов	3 кат.	
			- судья-секретарь	3 кат.	
			- судья при участниках	3 кат.	
			- помощник судьи при участниках - волонтер		

Примечание: При обеспечении одного вида испытаний ВФСК ГТО бригадой спортивных судей заместитель главного судьи по виду может выполнять также обязанности старшего спортивного судьи по виду испытаний ВФСК ГТО.

1.6 Рекомендуемые функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад

В обязанности главного судьи входит:

- проверка мест проведения мероприятия ВФСК ГТО на наличие оборудования и инвентаря, используемого для проведения мероприятия ВФСК ГТО, согласно Приложению к Методическим рекомендациям [3];

- утверждение актов сдачи-приемки спортивных объектов, оборудования, инвентаря, в том числе судейского оборудования;

- проведение семинаров для спортивных судей мероприятия ВФСК ГТО;

- руководство работой судейской коллегии;

- составление расписания мероприятия ВФСК ГТО;

- утверждение изменений регламента и расписания мероприятия ВФСК ГТО;

- рассмотрение и принятие решений по протестам;

- утверждение результатов мероприятия ВФСК ГТО;

- анализ спортивного судейства мероприятия ВФСК ГТО и оценка деятельности каждого спортивного судьи [7].

Исходя из этих требований главный судья должен на ряду с представитилем спортивной базы, представителями службы правопорядка, пожарной безопасности, самэпидемнадзора и др. должен подписать акт сдачи-приёмки спортивного объекта. Обычно это должно происходить за несколько дней или на кануне проведения тестирования. В акте отражаются все замечания и несоответствия, которые необходимо устранить. Если такой возможности не существует, мероприятия, как правило, переносится на другую спортивную базу. Здесь надо помнить, что ответственность, после момента подписания данного Акта ложится непосредственно на Главного судью соревнований, поэтому он должен тщачельно принимать спортивную базу, дабы исключить нарушения техники безопасности, которые могут за собой повлечь травмы спортсменов и другие негативные явления.

Набор судей для проведения тестирования должен тоже осуществлять главный судья или его заместитель. От этого будет зависить и руководство работой судей, и качество судейства. Поэтому необходимо набирать проверенных судей, тем кому доверяешь.

Расписания должно составляться исходя из количества участников и их квалификации, а также из состава судейских бригад. Должны учитываться последовательность выполнения тестов и время на восстановление между испытаниями. Нельзя затягивать соревнования и торопить участников тоже не рекомендуется.

В процессе соревнований могут вноситься незначительные изменения в регламент проведения тестирования. Они согласуются с проводящей организацией. Об этом должны быть информированы все службы соревнований, участники и представители команд.

На любых соревнованиях могут быть поданы протесты. Как правило они должны быть поданы не позднее 30 минут после официального объявления

результата. Для рассмотрения создаётся опеляционное жюри в составе опытных судей в нечётном количестве (обычно 3 или 5 человек). Если опеляционного жюри не было создано, протесты рассматривает и принимает решение главный судья.

По окончании тестирования главный судья заверяет протоколы и выставляет оценки всем судейским бригадам.

В обязанности главного секретаря - руководителя секретариата входит:

- организация работы секретариата ГСК, секретарей в комиссии по допуску участников, секретарей на видах испытаний;

- выдача нагрудных номеров;

- подготовка стартовых протоколов;

- проверка правильности оформления протоколов на видах испытаний;

- оформление технических протоколов мероприятия ВФСК ГТО;

- подписание протоколов по видам испытаний;

- направление материалов мероприятия ВФСК ГТО в информационную службу и службу награждения и торжественных церемониалов.

Исходя из изложенных обязанностей, секретарь должен заготовить необходимое количество нагрудных номеров, бланков протоколов на все виды тестирований. В процессе прохождения тестирований проверять правильность оформления всех документов, по окончании тестирования заверить все технические протоколы мероприятия ВФСК ГТО. При наличие награждения на соревнованиях, обеспечить информационную службу и службу награждения и торжественных церемониалов необходимыми протоколами.

В обязанности заместителя главного судьи - диспетчера входит:

- составление и корректировка расписания мероприятия ВФСК ГТО (по дням, сменам, часам и минутам);

- контроль за выполнением регламента и расписания мероприятия ВФСК ГТО.

При малом количестве участников данный замиститель не назначается, а всю эту работу проводит главный судья.

В обязанности заместителя главного судьи по составу судейской коллегии (по кадрам) входит:

- подбор спортивных судей мероприятия ВФСК ГТО, волонтеров и персонала вспомогательных служб ГСК;

- ведение табеля учета работы спортивных судей мероприятия ВФСК ГТО, волонтеров и персонала вспомогательных служб.

При отсутствии данной должности все эти обязанности выполняет главный судья тестирования.

По отдельным видам спорта могут назначаться заместители главного судьи, особенно это относится к отдельнопроводимым видам, таким как плавание, туризм, лыжные гонки и др. В обязанности заместителя главного судьи по виду спорта входит:

- подготовка, в рамках своей компетенции, к утверждению акта сдачи-приемки спортивных объектов, оборудования, инвентаря, в том числе судейского оборудования;

- координация работы судейских бригад по виду;

- согласование изменений регламента и расписания при проведении испытания (теста) ВФСК ГТО;

- рассмотрение протестов в рамках своей компетенции;

- направление протеста на решение ГСК;

- утверждение результатов участников испытания (теста) ВФСК ГТО.

То есть, практически он выполняет обязанности главного судьи на своём виде. Тоже самое можно сказать и об обязанностях заместителя главного секретаря.

В обязанности руководителя информационной службы входит:

- координация работы соответствующей службы;

- обеспечение работы системы автоматической и полуавтоматической регистрации результатов участников;

- передача данных в секретариат ГСК, размещение результатов на информационных табло.

На эти должности, как правило, назначаются судьи, хорошо владеющие копьютерной техникой и знающие работу оператора на табло.

В обязанности руководителя службы награждения и торжественных церемониалов входит:

- подготовка наградной атрибутики для победителей и призеров мероприятия ВФСК;

- подготовка церемониалов награждения;

- ведение документации по награждению победителей и призеров мероприятия ВФСК ГТО.

Чтобы не затягивать церемонию награждения бланки грамот готовятся заранее, рассчитывается количество победителей и призёров соревнований, в соответствии с этим готовится наградная атрибутика. Если в дипломы и грамоты есть необходимость вписывать фамилии и результаты вручную, желательно, чтобы у заполняющего их секретаря был коллеграфический подчерк.

В обязанности старших судей бригад входит:

- укомплектование бригад квалифицированными спортивными судьями;

- заблаговременное получение и проверка функционирования спортивного инвентаря и оборудования, измерительных приборов, необходимых для обеспечения судейства;

- проверка обеспечения мер безопасности перед началом проведения мероприятия и в процессе судейства;

- проведение инструктажа спортивных судей;

- во взаимодействии с судьей при участниках руководство выходом очередной смены к месту проведения состязания;

- подписание протоколов;

- подготовка письменной оценки работы судей бригады.

Старшие судьи бригад должны хорошо разбираться в виде тестирования и ознакомить остальных судей с методикой судейства и требованиями по данному виду тестирования. Они же несут ответственность за технику

безопасности при выполнения данного вида испытаний. Они же могут на своём виде тестирования заменять или отстранять судей, несправляющихся со своими обязанностями.

В обязанности судей-секретарей спортивных бригад входят:

- предупреждение участников об очередности выступления;
- вызов участников для выступления;
- ведение рабочих протоколов;
- оповещение участников о результатах выполнения видов испытаний;
- подписание рабочих протоколов [3, 7].

Должностные обязанности судей на снаряде, судей на финише, судей-хронометристов, судей-контролеров на дистанции, судей-стартеров, судей на дистанции, судей комиссии определения результатов (КОР), судей линии мишени, судей компьютерного определения результатов, судей по вопросам проверки туристских навыков на полигоне, судей-радиоинформаторов на полигоне, судей-экспертов, помощников судей (волонтеров) регламентированы правилами по видам спорта, спортивные дисциплины и упражнения которых включены в виды испытаний ВФСК ГТО.

ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Задачи исследования

Исходя из цели исследования, были определены следующие **задачи:**

1. Проанализировать и обобщить опыт специалистов и ведущих судей по видам спорта, включённым в ВФСК ГТО.
2. Раскрыть особенности использования методик подготовки судейского корпуса по дисциплинам ВФСК ГТО.
3. Составить практические рекомендации по организации занятий и обучению судейского персонала для приёма норм ВФСК ГТО.

2.2 Методы исследования

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы:

1. анализ научно - методической литературы;
2. наблюдение;
3. эксперимент.

Анализ научно - методической литературы проводился с целью определения наиболее эффективных средств и методик обучения и подготовки судейского корпуса для принятия тестов (испытаний) Комплекса ВФСК ГТО. Для выявления данных средств подготовки и методик, их значимости, проведен анализ научно-методической и спортивной литературы, а также документов Комплекса ВФСК ГТО и материалов судейских семинаров по различным видам спорта. В процессе работы изучались методики, применяемые судьями при проведении спортивных мероприятий, обосновывались их доступность и эффективность.

Наблюдение

Наблюдение проводилось за теоретической подготовкой судей в рамках курсов повышения квалификации и на занятиях по «Основам организации и судейства соревнований» в ИФКиС при ПГУ, а также за практическим приёмом нормативов Комплекса ВФСК ГТО Центром тестирования г. Пензы в 2016-2018 годах. Перед провидением наблюдения была поставлена цель - выявить доступные и эффективные средства и методики, используемые педагогами и судьями, для подготовки судейского персонала Комплекса ВФСК ГТО. Отсматривались методики, исключающие ошибки в судействе и трактовке правил, а также в оценивание испытаний.

Эксперимент

Эксперимент проводился с целью выявления положительных и отрицательных сторон подготовки судейского корпуса для разработки практических рекомендаций. Заключался в подготовке судейского корпуса из числа студентов ИФКиС для тестирования ВФСК ГТО по предложенной методике.

Исследование проводилось на базе ИФКиС, Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО г. Пензы.

Для проведения эксперимента была подобрана группа из студентов ИФКиС в составе 10 человек.

Все они зарегистрировались на сайте ВФСК ГТО и выступили в нескольких Фестивалях. Затем изучили теоретический материал предложенных методических рекомендаций по организации и судейству мероприятий ВФСК ГТО.

На следующем этапе принимали участие в практическом судействе соревнований в отдельных видах спорта и непосредственно ВФСК ГТО.

2.3 Организация исследования

На первом этапе (сентябрь 2017 г.) были изучены материалы Комплекса ВФСК ГТО и правила соревнований по видам спорта.

На втором этапе (октябрь 2017 – январь 2018 гг.) проводились занятия по сдаче норм ГТО и практическому тестированию на разных видах испытаний.

На третьем этапе (февраль – апрель 2018 г.) проводилось непосредственное тестирование групп населения на базе Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО г. Пензы.

На четвёртом этапе (май 2018 г.) обрабатывались результаты исследования и разрабатывались практические рекомендации.

ГЛАВА 3. ПОДГОТОВКА СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ

Работа спортивных судей – хлопотливая и ответственная. Судейский авторитет не приобретается в приказном порядке, а завоевывается объективностью, добросовестностью и хорошей трудоспособностью самих судей.

Судьи – первые помощники спортсменов на пути к достижению высот в спорте, помощники верные и справедливые. Улучшая качество судейства, судьи не только работают над повышением своего авторитета, но и содействуют основному делу – росту мастерства спортсменов, поднятию у молодежи интереса к спорту и его популяции [14].

Личностные качества судей, их смелость, объективность, глубокое знание правил соревнований и методик судейства, их тактичность, воспитанность становятся решающим фактором повышения зрелищности соревнований и имеют огромное воспитательное значение для всех участвующих в состязании сторон (как спортсменов, тренеров, официальных лиц, так и зрителей). Судьи – это в первую очередь педагоги, воспитатели. Спорту нужны судьи, не слепо выполняющие правила, а усвоившие их фундаментальные положения, думающие на спортивной арене, творческие и умеющие оперативно и глубоко анализировать самые сложные ситуации, создающиеся в ходе соревнований [1].

Каждое соревнование строго регламентируется рядом правил, за соблюдением которых следят спортивные судьи. Именно от их отбора, обученности и расстановки в немалой степени зависит эффективность соревнований – ведь в спорте ведется напряженная борьба, уровень сложности которой постоянно возрастает, поэтому хороший спортивный судья должен быть максимально подготовлен к этому.

При отборе арбитров всегда учитывается их физическая и психическая готовность к работе, а также личность потенциального судьи.

В России на протяжении многих лет выстраивалась система подготовки профессиональных спортсменов, которая классифировалась по ступеням

мастерства: учреждения, готовящие будущих звезд спорта, состояли из детских спортшкол для начинающих, спортинтернатов, школ олимпийского резерва, профессиональных команд мастеров и звездных сборных команд. Одновременно с данной системой выстраивалась и система подготовки арбитров. Ранее подготовку спортивных судей начинали уже с ДЮСШ, в программы для которых была вписана целенаправленная многолетняя подготовка юных спортсменов и арбитров [18]. Сегодня же существуют специальные высшие учреждения, в которых готовят спортивных судей.

Предложенная нами **методика подготовки судей комплекса ВФСК ГТО** включает в себя на первом этапе изучение материалов Комплекса и правил соревнований по видам спорта. Для студентов занятия проводились в рамках дисциплин «Основы организации и судейства соревнований», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», учебная практика. Для других групп слушателей необходимо организовывать специальные курсы по данным разделам.

На втором этапе должны проводиться занятия по сдаче норм ГТО и практическому тестированию на разных видах испытаний. Все слушатели, участвующие в подготовке должны были зарегистрироваться на сайте ВФСК ГТО и принять участие в сдаче норм в рамках Фестивалей ГТО.

На третьем этапе необходимо практическое судейство, как в отдельных видах спорта, так и непосредственное тестирование групп населения на базе Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО. Дополнительно необходимо изучить Положение о спортивных судьях и квалификационные требования для получения судейских категорий, овладеть заполнением необходимых документов(судейская карточка, представление и т.п.).

Подобие данной методики уже используется при подготовки судей в высших учебных заведениях.

3.1 Профессиональное образование спортивных судей как новое направление в системе высшего физкультурного образования

Высшие учебные заведения, готовящие специалистов для сферы физической культуры и спорта, не без успеха решают многие поставленные перед ними задачи, связанные с подготовкой квалифицированных специалистов для работы в условиях рынка. В первую очередь это достигается посредством открытости, гибкости и высокой эффективности учебно-воспитательного процесса в вузах. Вся система профессиональной подготовки должна соответствовать индивидуальным запросам, возможностям и способностям студентов, с одной стороны, и требованиям завтрашнего дня - с другой.

В нашей стране сложилась определенная система спортивных соревнований, соответствующая особенностям организационной структуры физкультурно-спортивного движения. Основой любого соревнования является соревнование в низовом коллективе. А вершиной всего стали соревнования в спорте высших достижений.

Известно, что любое соревнование регламентируется правилами, за соблюдение которых соревнующимися следят специальные лица, например спортивные судьи. От их отбора, расстановки, обученности во многом зависит эффективность соревновательной деятельности.

Современный соревновательный спорт характеризуется возрастанием сложности и напряженности борьбы. В ходе спортивного поединка все более значимой становится роль спортивного судьи (арбитра). В проблеме судейства можно выделить несколько аспектов, каждый из которых нуждается в специальном рассмотрении. Это и подготовленность судей, и личность спортивного арбитра, и уровень его физической и психической готовности.

В течение многих лет в нашей стране создавалась система подготовки спортсменов-профессионалов по ступеням мастерства: детские спортшколы - спортинтернаты - школы высшего спортивного мастерства (олимпийского

резерва) - команды мастеров - сборные команды. Одновременно с этим выстраивалась подобная система подготовки спортивных арбитров [19].

Ранее централизованная подготовка судей предусматривалась уже в ДЮСШ. В программах для них и для школ спортивного мастерства записано, что многолетняя целенаправленная подготовка предусматривает наряду с другими аспектами подготовку судей.

Проблему подготовки судейских кадров и привлечения к обслуживанию соревнований молодых судей можно решить в рамках учебного процесса институтов и факультетов физической культуры и спорта путём введения в учебный процесс курса «Основы организации и судейства соревнований», который дает студентам необходимые знания и умения, а также поднимает интерес к судейству соревнований и стимулирует их к получению судейских категорий.

Судейство соревнований является необходимым умением специалиста по физической культуре и спорту невзирая на то, занимается ли он тренерской работой или является преподавателем физической культуры. Как нами уже отмечено, – это «умение», и поэтому организации и проведению спортивных мероприятий, а также их правильному судейству необходимо учить[1]. Лучше всего это делать на последних годах обучения студентов института физической культуры и спорта, так как данный контингент имеет определённый опыт участия в соревнованиях различного уровня в качестве спортсменов, обслуживающего персонала, волонтёров, зрителей, а некоторые – и судей. При этом студенты могут знать и квалифицированно разбираться в правилах соревнований избранного ими вида спорта и поделиться своими знаниями с сокурсниками. Однако из опроса специалистов выяснилось, что знания правил недостаточно для того, чтобы организовать и провести любое соревнование на должном уровне, кроме этого нужно уметь правильно составить документацию, знать все требования, предъявляемые к спортивным сооружениям, к местам проведения соревнований, к соревновательной зоне, зоне разминки, к инвентарю и т. п.

В Пензенском государственном университете в институте физической культуры и спорта был разработан и введён в учебный план спецкурс «Основы организации и судейства соревнований», как на очном, так и на заочном отделении. Программа аудиторных занятий данного курса состоит из лекционных и семинарских занятий, а также из самостоятельной подготовки и практического судейства соревнований по различным видам спорта в соответствии со всероссийским, региональным и муниципальным календарями спортивных мероприятий, проводимых на территории Пензы и Пензенской области. Как правило, студенты привлекаются к их обслуживанию как волонтёры, а специализирующиеся в этом виде спорта и имеющие достаточный опыт и уровень знаний – как судьи.

Цель вышеназванного курса – сформировать у студентов полное представление о сущности спортивного судейства, о проведении церемониалов, об организации отдельных соревнований по конкретным видам спорта с составлением всей необходимой документации.

Задачи курса:

– изучить теоретико-методические основы организации и судейства соревнований;

– изучить требования, предъявляемые к присвоению судейских категорий;

– освоить методы организации и проведения спортивных состязаний;

– научить применять знания и навыки, полученные в процессе обучения дисциплине в профессиональной деятельности педагога по физической культуре, тренера-преподавателя.

В связи с поставленными задачами были выдвинуты требования к уровню освоения студентами программы.

В результате изучения данной дисциплины студент должен:

– знать требования, предъявляемые при присвоении судейских категорий и званий;

– знать правила соревнований избранных ими видов спорта;

– иметь представление о требованиях, предъявляемых к спортивным сооружениям, к местам проведения соревнований, к соревновательной зоне, зоне разминки, к инвентарю и т. п.;

– уметь организовать и провести любое соревнование на должном уровне, правильно составить документацию;

– владеть умениями организаторской работы по подготовке соревнований, проведению церемониалов и привлечению судейских кадров.

Предлагаемая учебная дисциплина даёт огромный стимул студентам-спортсменам, а также закончившим институт, активно заниматься спортом и для начала судейской карьеры.

Прошедшие соответствующую подготовку помогали в организации и проведение всероссийских спартакиад, универсиад, различных турниров на территории региона. Кроме этого они регулярно обслуживают официальные и массовые соревнования областного и муниципального масштаба, такие как городские и губернаторские эстафеты, приём норм ГТО, соревнования проводимые Министерством образования, спартакиады школьников и т. п.

Курс «Основы организации и судейства соревнований» должен преподаваться грамотными специалистами, хорошо разбирающимися в данной отрасли, имеющими большой опыт судейства и проведения соревнований различного уровня, вплоть до международного.

Курс «Основы организации и судейства соревнований» был введён в учебный процесс факультета физической культуры и спорта как курс по выбору студента. Большое количество выпускников получили судейские категории по избранным видам спорта и после завершения обучения продолжают принимать активное участие в организации и судействе соревнований различного масштаба. Уровень их подготовленности позволяет судить соревнования в должностях рефери, старшего судьи и члена главной судейской коллегии.

3.2 Практические рекомендации судьям и Правила проведения тестов в рамках ВФСК ГТО

Судьи должны точно знать и неуклонно соблюдать правила выполнения тестов, порядок выполнения испытаний и методику их судейства.

Тестирование населения в рамках ВФСК ГТО проводится в центрах тестирования (местах тестирования).

Тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков лиц, участвующих в испытаниях (тестах) (далее — участник), осуществляется в следующей последовательности по видам испытаний (тестов) [8]:

Гибкость

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения (далее – ИП): стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 — 15 см. Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях.

При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и удерживает касание в течение 2 с.

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже — знаком «+».

Ошибки (испытание (тест) не засчитывается):

1) сгибание ног в коленях;

2) удержание результата пальцами одной руки;

3) отсутствие удержания результата в течение 2 с.

Тест кратковременный, поэтому в случае ошибок, сдающему может быть дана вторая попытка.

Координационные способности

Метание теннисного мяча в цель

Для метания теннисного мяча в цель используется мяч весом 57 г.

Метание теннисного мяча в цель производится с расстояния 6 м в закрепленный на стене гимнастический обруч диаметром 90 см. Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола.

Участнику предоставляется право выполнить пять попыток. Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.

Ошибка (попытка не засчитывается):

- заступ за линию метания.

В протокол записывается количество попаданий. Если мяч попадает в дужку обруча, попытка засчитывается в том случае, когда мяч от дужки прошёл в центр обруча, и не защитывается если отскачил назад или в сторону.

Сила

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине выполняется из ИП: вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

Высота грифа перекладины для участников I — III ступеней комплекса — 90 см. Высота грифа перекладины для участников IV — IX ступеней комплекса — 110 см.

Для того чтобы занять ИП, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от грифа, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище

и ноги составляли прямую линию. Помощник спортивного судьи подставляет опору под ноги участника. После этого участник выпрямляет руки и занимает ИП. Из ИП участник подтягивается до подъема подбородка выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 с ИП, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных попыток, фиксируемых счетом спортивного судьи.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) подтягивание с рывками или с прогибанием туловища;
2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное сгибание рук.

Для опоры должен использоваться нескальзящий брусок, или его должен удерживать помощник, можно использовать перевёрнутый барьер и т.п.

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав ИП на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста). Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное сгибание рук;
5) смещение или смена хвата.

Во время подтягивания может происходить непреднамеренное раскачивание, в этом случае судья или помощник должны выставить руку

перед ногами тестируемого, чтобы предотвратить раскачивание, что не будет являться помощью. Также судьи должны предоставить магнезию и ветошь для протирания поверхности перекладины и рук.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Выполнение сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без нее.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытании (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
2) нарушение прямой линии «плечи — туловище — ноги»;
3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
4) поочередное разгибание рук;
5) отсутствие касания грудью пола (платформы);
6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.[6]

Мы не совсем согласны с пунктом «5». На наш взгляд правильнее оценивать глубину отжимания по положению плеча – оно должно быть на уровне корпуса или парралельно пола, или по углу в локтевом суставе (не выше 90°), тогда результат не будет зависеть от размера грудной клетки и груди. Поэтому данный способ мы рекомендуем к применению.

Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (сиденье стула)

Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (сиденье стула) выполняется из ИП: руки на ширине плеч, кисти рук опираются о передний край гимнастической скамьи (сиденья стула), плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Участник, сгибая руки, прикасается грудью к переднему краю гимнастической скамьи (сиденью стула), затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) касание пола коленями;

2) нарушение прямой линии «плечи — туловище — ноги»;

3) отсутствие фиксации ИП на 0,5 с;

4) поочередное разгибание рук;

5) отсутствие касания грудью края гимнастической скамьи (или сиденья стула).

Судья осуществляет счёт правильных отжиманий когда спортсмен приходит в верхнее И.П.

Рывок гири

Для испытания (теста) используются гири весом 16 кг. Контрольное время выполнения упражнения — 4 мин. Засчитывается суммарное количество правильно выполненных подъемов гири правой и левой рукой.

Испытание (тест) проводится на помосте или любой ровной площадке размером 2х2 м. Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление работающей руки и разгибание ног в тазобедренных и коленных суставах.

Рывок гири выполняется в один прием, сначала одной рукой, затем без перерыва другой. Участник непрерывным движением поднимает гирю вверх до полного выпрямления руки и ее фиксации. Работающая рука, ноги и туловище при этом выпрямлены. Переход к выполнению упражнения другой рукой

может быть сделан один раз. Для смены рук можно использовать дополнительные замахи.

Участник может начинать испытание (тест) с любой руки и переходить к выполнению испытания (теста) второй рукой в любое время, отдыхать, держа гирю в верхнем, либо нижнем положении, не более 5 с. Во время выполнения испытания (теста) спортивный судья засчитывает каждый правильно выполненный подъем после фиксации гири не менее чем на 0,5 с.

Испытание (тест) прекращается при:

1) использовании каких-либо приспособлений, облегчающих подъем гири, в том числе гимнастические накладки;

2) использование канифоли для подготовки ладоней;

3) оказании себе помощи, опираясь свободной рукой на бедро или туловище;

4) постановке гири на голову, плечо, грудь, ногу или помост;

5) выходе за пределы помоста.

Ошибки (движение не засчитывается):

1) дожим гири;

2) касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки.

Для тестирования в силовых упражнениях рекомендуется привлекать бригады судей: старший судья бригады (устанавливает единые требования к судейству на всех снарядах, подает общие команды, ведет хронометраж и протоколирует результаты) и по одному судье на каждом снаряде (контролируют технику выполнения упражнения, ведут подсчет правильно выполненных движений, указывают на ошибки).

Тестирование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу рекомендуется проводить с применением контактных платформ, что обеспечивает более высокую объективность измерения.

Скоростные возможности

Челночный бег 3х10 м.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются две параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Участники, не наступая на стартовую линию, принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участники бегут до линии «Финиш», касаются ее рукой, возвращаются к линии «Старт», касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии «Финиш» рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.

Бег 30, 60, 100 м.

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 30 м выполняется с высокого старта, бег на 60 и 100 м — с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 — 4 человека.

Во всех беговых тестах на быстроту должна быть после финиша предусмотрена зона безопасности (не менее 15м для маленьких участников, еще более длинная для взрослых и подготовленных спортсменов).

Скоростно-силовые возможности

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) заступ за линию отталкивания или касание ее;

2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;

3) отталкивание ногами поочередно;

4) выход назад в сторону планки.

Если прыжки производятся в яму с песком, необходимо следить за уровнем поверхности песка – он должен быть ровным по высоте с дорожкой разбега. Тестируемый должен выйти из ямы вперёд или в сторону.

Прыжок в длину с разбега

Прыжок в длину с разбега выполняется в соответствующем секторе для прыжков.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника, до линии отталкивания.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Если прыжки производятся в яму с песком, необходимо следить за уровнем поверхности песка – он должен быть ровным по высоте с дорожкой разбега. Тестируемый должен самостоятельно выйти из ямы вперёд или в сторону.

Метание мяча и спортивного снаряда

Для испытания (теста) используются мяч весом 150 г и спортивные снаряды весом 500 г и 700 г.

Метание мяча и спортивного снаряда проводится на стадионе или любой ровной площадке в коридор шириной 15 м. Длина коридора устанавливается в зависимости от подготовленности участников.

Метание выполняется с места или прямого разбега способом «из-за спины через плечо».

Участник выполняет три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления мяча, спортивного снаряда.

Участники II — IV ступеней комплекса выполняют метание мяча весом 150 г, участники V — VII ступеней комплекса выполняют метание спортивного снаряда весом 700 и 500 г.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) заступ за линию метания;

2) снаряд не попал в «коридор»;

3) попытка выполнена без команды спортивного судьи;

4) применения вращательного способа разбега и метания.

Поднимание туловища из положения лежа на спине

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения испытания (теста) создаются пары, один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1) отсутствие касания локтями бедер (коленей);

2) отсутствие касания лопатками мата;

3) пальцы разомкнуты «из замка»;

4) смещение таза.

Прикладные навыки

Бег на лыжах на 1, 2, 3, 5 км.

Бег на лыжах проводится свободным стилем на дистанциях, проложенных преимущественно на местности со слабо- и среднепересеченным рельефом в закрытых от ветра местах в соответствии с Приложением 7 к СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные

постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189.

Кросс по пересеченной местности на 1, 2, 3, 5 км.

Дистанция для кросса прокладывается по территории парка, леса или на любом открытом пространстве.

Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия

Стрельба производится из пневматической винтовки или электронного оружия. Выстрелов — 3 пробных, 5 зачетных. Время на стрельбу — 10 мин. Время на подготовку — 3 мин.

Стрельба из пневматической винтовки (ВП, типа ИЖ-38, ИЖ-60, МР-512, ИЖ-32, МР-532, MLG, DIANA) производится из положения сидя или стоя с опорой локтями о стол или стойку на дистанцию 10 м (5 м для участников III ступени комплекса) по мишени № 8. Оружием для выполнения испытания (теста) обеспечивает организатор.

Стрельба из электронного оружия производится из положения сидя или стоя с опорой локтями о стол или стойку на дистанцию 10 м (5 м для участников III ступени комплекса) по мишени № 8.

Результат не засчитывается:

1) произведен выстрел без команды спортивного судьи;

2) заряжено оружие без команды спортивного судьи.

Туристский поход с проверкой туристских навыков

Выполнение испытания (теста) проводится в пеших походах в соответствии с возрастными требованиями. Для участников III, VIII — IX ступеней комплекса длина пешего перехода составляет 5 км, IV — V, VII ступеней комплекса — 10 км, VI ступени комплекса — 15 км.

В туристском походе проверяются туристские знания и навыки: укладка рюкзака, ориентирование на местности по карте и компасу, установка палатки, разжигание костра, способы преодоления препятствий.

Подробно требования и условия проведения тестирование расписаны в соответствующих методических рекомендациях [4].

Плавание на 10, 15, 25, 50 м.

Плавание проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах. Допускается стартовать с тумбочки, бортика или из воды. Способ плавания – произвольный. Пловец касается стенки бассейна или края (границы) специально оборудованного места для плавания какой-либо частью тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише.

Испытание (тест) прекращается при:

1) ходьбе либо касании дна ногами;

2) использовании для продвижения или сохранения плавучести разделителей дорожек или подручных средств.

Не стандартные дистанции должны быть размечены дополнительно, чтобы тестируемый чётко понимал до какой отметки плыть. Запрещается проныривание более 15м со старта и после поворота. Температура, прозрачность и чистота воды бассейна или водоёма, а также температура воздуха должны соответствовать всем санэпидемическим требованиям.

Выносливость

Бег 1; 1,5; 2; 3 км.

Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Максимальное количество участников забега 20 человек.

Смешанное передвижение на 1; 1,5; 2; 3; 4 км.

Смешанное передвижение состоит из бега, переходящего в ходьбу в любой последовательности.

Проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Максимальное количество участников забега 20 человек.

Скандинавская ходьба 2, 3, 4 км.

Дистанции для участников скандинавской ходьбы прокладываются на дорожках парков (по возможности) по ровной или слабопересеченной местности. При необходимости, участникам предоставляются палки, высота которых подбирается с учетом роста и физической подготовленности

участников. Группы стартующих участников формируются с учетом возраста, пола и физической подготовленности.

Одежда и обувь участников спортивная, с учетом рекомендаций к выполнению отдельных видов испытаний (тестов).

Самозащита без оружия

В ВФСК ГТО нормативы по самозащите без оружия были включены в 2016 году. В нормах появились: основные приёмы самостраховки; освобождение от захватов; защита от ударов.

Данные нормы включены в Комплекс с четвёртой ступени.

Вчастности, определён список приёмов для каждой ступени и критерии по которым оценивается техника выполнения.

Организации тестирования техники «Самозащиты без оружия» в рамках мероприятий по сдаче норм ГТО осуществляется для IV, V и VI ступеней.

Выполняемые участниками действия оцениваются экспертной комиссией, состоящей из пяти человек: руководителя, осуществляющего управление процессом демонстрации технических действий; арбитра, двух боковых судей и технического секретаря. Руководитель экспертной комиссии располагается за столом и руководит работой экспертной комиссии. Вызывает на площадку и представляет участников, объявляет результат демонстрации техники самозащиты. Лично оценивает действия испытуемых и вносит данные в протокол (Приложение 1). При необходимости или существенном расхождении мнений экспертов останавливает демонстрацию для обсуждения спорной ситуации и вынесения окончательного решения. Боковые судьи располагаются слева и справа от стола руководителя тестирования и самостоятельно оценивают действия испытуемых, вносят данные в протокол (Приложение 1). Арбитр находится на площадке и, пользуясь средствами сигнализации (голосовыми командами, жестами), руководит ходом демонстрации техники самозащиты. Технический секретарь находится за столом руководителя и по ходу демонстрации записывает в соответствующие графы протокола хода тестирования (Приложение 2) оценки технических действий. По окончании

демонстрации технический секретарь обрабатывает протоколы регистрации, определяет среднюю оценку 3-х экспертов и передает протокол хода тестирования руководителю для объявления результатов демонстрации приемов самозащиты.

Порядок выполнения техники «Самозащиты без оружия»

Участники выполняют комплексы приемов, содержание которых доводит до участника и его партнера руководитель. Партнеры выбираются по жеребьевке и не оказывают сопротивления при выполнении технических действий. По вызову руководителя участник с партнером становится в исходное положение. После команды руководителя «Приготовиться!» участник принимает боевую стойку, а после команды "Прием!" – выполняет заданные ему действия совместно со своим партнером.

Перечень испытаний по «Самозащите без оружия»

Техника «Самозащиты без оружия» представлена следующими разделами:

А) приёмы самостраховки - 3 варианта (при падении назад, вперед, на бок);

Б) базовые приёмы самозащиты – 7 приёмов (для IV ступени);

В) приёмы самозащиты в 7 различных ситуациях (для V и VI ступеней).

Запрещенные действия и приемы при демонстрации, за которое участнику может быть сделано предупреждение и снятие с тестирования:

- влекущие за собой травмы;
- направленные на срыв выполнения приема;
- опоздание с выходом на площадку после объявления более чем на 2 мин;
- за некорректное поведение во время проведения тестирования.

При всех вышеперечисленных ситуациях соискатель отстраняется от сдачи нормативов. Предупреждения отмечаются в судейском протоколе.

Оценка технических действий

Каждое действие участника оценивается руководителем и боковыми судьями по 3-х-бальной шкале, определяется среднее значение. Максимальная средняя оценка за выполнение одного защитного действия без ошибок 3 балла, всех (10) – 30 баллов. При демонстрации приема участник может допустить неточность его выполнения, которая оценивается ниже идеального исполнения. Критерии оценки техники «Самозащиты без оружия»:

• 1 балл даётся, если приём выполнен, но с парой недочётов;

• 2 балла присуждаются при наличии одного недочёта;

• 3 балла – безошибочное исполнение.

Перед тем как сдавать самозащиту без оружия каждый участник получает право на разминку с другими сдающими в течении 15 минут или более.

Для более подробного изучения и оценивания действий в самбо ВФСК ГТО предлагаем изучить видеоуроки на сайте GTONorm.Ru [20].

3.3 Результаты исследования по подготовке судей для принятия норм ВФСК ГТО

В результате исследования, которое проводилось на базе ИФКиС и Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО г.Пензы, нами были определены наиболее эффективные средства и методики обучения и подготовки судейского корпуса для принятия тестов (испытаний) Комплекса ВФСК ГТО. Для выявления данных средств подготовки и методик, их значимости, проведен анализ научно-методической и спортивной литературы, а также документов Комплекса ВФСК ГТО и материалов судейских семинаров по различным видам спорта. В процессе работы изучались методики, применяемые судьями при проведении спортивных мероприятий, обосновывались их доступность и эффективность.

Собранный материал использовался для подготовки судей Комплекса ВФСК ГТО из числа студентов ИФКиС.

На первом этапе по предложенной методике, были изучены материалы Комплекса ВФСК ГТО и правила соревнований по видам спорта. Занятия по подготовке судей из числа студентов проводились в рамках дисциплин «Основы организации и судейства соревнований», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», учебная практика.

На втором этапе проводились занятия по сдаче норм ГТО и практическому тестированию на разных видах испытаний. Все студенты, участвующие в эксперименте зарегистрировались на сайте ВФСК ГТО и приняли участие в сдаче норм в рамках Фестивалей ГТО среди учебных заведений.

На третьем этапе, в рамках учебной практики, проводилось непосредственное тестирование групп населения на базе Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО г. Пензы.

В результате эксперимента, нами определены следующие положительные моменты:

- все студенты, участвовавшие в сдаче испытаний, успешно выполнили нормы ГТО, заняв 1 место в Фестивале среди вузов г.Пензы. Это позволило им лучше изучить технику выполнения отдельных испытаний, а также глубже ознакомиться с Правилами и требованиями к проведению тестов;

- изучив методические рекомендации по приёму испытаний Комплекса ВФСК ГТО, подобранные нами из различных источников, обучаемые повысили теоретические знания;

- осуществив практическое судейство на разных видах тестирования, а также в видах спорта, включённых в Комплекс ГТО, студенты получили возможность повысить свои практические умения и квалификацию. Все выполнили квалификационные требования, предъявляемые к спортивным судьям и оформили 3 судейскую категорию. Большенство из обучаемых, не остановилось на этом, и через год семеро из них повысили судейскую квалификацию до 2 категории, которая даёт право выполнять обязанности

старшего судьи на виде или главного на соревнованиях городского, районного масштаба или в КФК.

Из наблюдения, проводимого за теоретической подготовкой судей, а также за практическим приёмом нормативов Комплекса ВФСК ГТО было выявлено, что все студенты получили необходимые знания и освоили доступные и эффективные методики, используемые педагогами и судьями, для принятия Комплекса ВФСК ГТО. Это позволяет утверждать, что подобранный материал и методики подготовки, исключающие ошибки в судействе и трактовке правил, в оценивание испытаний являются действенными и рекомендуются к применению.

Цель эксперимента - выявление положительных и отрицательных сторон подготовки судейского корпуса для разработки практических рекомендаций, достигнута.

На основании проведённого исследования нами сделано следующее заключение: в первую очередь организацией подготовки судей должны заниматься заинтересованные в этом организации: Министерства, Комитеты, отделы физической культуры и спорта, а также Центры тестирования.

Для этого должны организовываться семинары и курсы повышения квалификации специалистов на базах высших и средне-специальных учебных заведений, спортивных школ и т.п., имеющих аудитории и соответствующую спортивную базу, оборудование и инвентарь.

Вести занятия должны квалифицированные организаторы и судьи, имеющие опыт проведения спортивных мероприятий различного масштаба (от школьных, клубных до Всероссийских и международных).

Теоретическую часть должны доводить грамотные лекторы, а в практическую часть должны быть включены тесты ВФСК ГТО, измерение и оценивание которых проводится под руководством компетентных судей.

Слушатели должны изучить правила приёма тестов (см. 3 главу нашего исследования), а также общие правила видов спорта, включённых в ВФСК ГТО.

Кроме того хочется отметить, что начинающим судьям и волонтёрам (кандидатам на получение судейских категорий), изначально лучше практиковаться на менее квалифицированных группах населения - на младших ступенях или ветеранах (пенсионерах). Чем выше квалификация сдающих испытания, тем компетентней должен быть и судья.

ВЫВОДЫ

1. Проанализировав опыт специалистов и ведущих судей по видам спорта, включённым в ВФСК ГТО, а также документы, регламентирующие проведение мероприятий тестирования, мы определили необходимый материал и методики для обучения и подготовки судейского корпуса.

На основании методических рекомендаций по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО), нами определены требования, предъявляемые конкретно для каждой судейской должности. В соответствии с этими требованиями подобран материал и составлены методические рекомендации подготовки судей для принятия испытаний комплекса ВФСК ГТО.

2. Методика подготовки судей для принятия норм комплекса ГТО включала следующие методы организации:

- На первом этапе - изучить материалы Комплекса ВФСК ГТО и правила соревнований по видам спорта.
- На втором этапе – пройти практическое тестирование по сдаче норм ГТО на разных видах испытаний.
- На третьем этапе - в рамках учебной практики, принять участие в тестирование групп населения на базе Центра тестирования Комплекса ВФСК ГТО в качестве спортивного судьи.

3. В работе приведены практические рекомендации по организации занятий и обучению судейского персонала для приёма норм ВФСК ГТО.

В частности, к судейству мероприятий ВФСК ГТО рекомендуется допускать спортивных судей по видам спорта, спортивные дисциплины или упражнения которых включены в перечень испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

Для непосредственного проведения мероприятий ВСФК ГТО формируют судейские бригады. Каждая бригада возглавляется старшим спортивным судьей, который как раз должен иметь соответствующую квалификацию по данному виду спорта. Остальных судей бригады можно использовать с

судейскими категориями из других видов спорта. Те, в свою очередь, освоив методику судейства и выполнив необходимые требования, могут получить категорию спортивного судьи по всем видам спорта, испытания по которым включены в комплекс ВФСК ГТО. Это, во-первых, позволит подготовить универсального судью, способного судить большенство или все виды Комплекса, во-вторых, задействовать в приёме испытаний (тестов) меньшее количество судей. Это не маловажно, так как мероприятия ВФСК ГТО проводятся и в будние дни, а освобождённых от работы судей или безработных, очень трудно найти.

Материал для обучения судей и Правила проведения тестов в рамках ВФСК ГТО подробно изложены в 1 и 3 главе нашей работы.

4. Кроме того, проанализировав мнение специалистов, мы считаем, что приём нормативов (тестов) по самообороне преждевременен. Так как, население не готово к сдаче подобных испытаний. Изначально в Программы общеобразовательных школ, средних-специальных учебных заведений и ВУЗов необходимо ввести обучение элементам борьбы и самообороны. Провести курсы поышение квалификации для учителей физической культуры и судей по принятию тестов по самбо специалистами и тренерами непосредственно на ковре с достаточным количеством часов.

Тоже самое, можно отнести к тестам по туристическому походу, хотя по их приёму уже разработаны методические рекомендации [3]. Но это всё теория, хотелось бы, чтобы люди, которые оценивают эти тесты, опробывали их на практике, чтобы правильно и объективно выносить свои решения. Кроме вышеизложенного, хочется отметить, что для согласования маршрута туристического похода нужны документы администрации населённого пункта, МЧС и других соответствующих организаций, что усложняет организацию тестирования по туризму. Для несовершеннолетних необходимо ещё и разрешение родителей или опекунов. Один из вариантов проведения тестирования для этого контингента по туризму – это проверка туристических навыков на пришкольных площадках.

5. В экспериментальной части нашего исследования, на примере обучения студентов ИФКиС, проверена методика подготовки судей для тестирования населения в рамках ВФСК ГТО. Все студенты имели практику сдачи норм ГТО, получили необходимые знания и освоили доступные и эффективные методики, используемые педагогами и судьями, для принятия Комплекса ВФСК ГТО. Это позволяет утверждать, что подобранный материал и методики подготовки, исключающие ошибки в судействе и трактовке правил, в оценивание испытаний являются действенными и рекомендуются к применению.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Беляев С.Н. Социальный статус судьи по легкой атлетике // Теория и практика физ. культуры. 2003. № 9. С.37-38.

2. Беляев С.Н. Основы организации и судейства соревнований: учебно-метод. пособие. Пенза: ПГПУ, 2009. 128 с.

3. Всероссийский спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». URL: https://www.gto.ru/norms. свободный. (дата обращения: 21.02.2018).

4. Гмырина О.Л. Методические рекомендации по организации и судейству вида испытания ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО): туристский поход с проверкой начальных туристских навыков». Пермь: Региональный оператор ВФСК "Готов к труду и обороне" (ГТО) в Пермском крае ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края», 2017. 24 с.

5. Захарова Н.А. Готов к труду и обороне (ГТО) // Социум: Центральный музей физической культуры и спорта 2014. № 8. С. 19 – 22.

6. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. СПб.: Лань, 2005. 377 с.

7. Методические рекомендации по организации судейства мероприятий всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (утв. приказом Министерства спорта РФ от 1 февраля 2016 г. № 70).

8. Нормативно – правовые акты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.mos.ru/moskomsport/documents/normativno-pravovyeakty/ (дата обращения 23.03.2018).

9. О Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне » (ГТО): указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172

10. Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации

на 2006-2015 годы»: постановление Правительства РФ от 11 января 2006 г. №302

11. Об утверждении методических рекомендаций по организации судейства мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): приказ министра спорта от 1 февраля 2016 г. № 70

12. План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года N 1165-р // Информационно-правовая система Законодательство России. URL: http://pravo.gov.ru/ips/ (дата обращения 22. 01.2018).

13. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом: проблемы, методы исследования. М.: Советский спорт, 2006. 280 с.

14. Сингина Н.Ф. Профессиональное образование спортивных судей как новое направление в системе высшего физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. 2004. № 9. С. 34 - 40.

15. Теория и методика физической культуры / под ред. профессора Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2007. 464 с.

16. Уроки самбо [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.GTOnorm.Ru/ (дата обращения 15.03.2018).

17. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/ (дата обращения 05.04.2018).

18. Холодов Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта. М: Академия, 2001. 144 с.

19. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2016. 480 с.

20. Якунин В.С Практические аспекты внедрения комплекс ГТО // Теория и практика физической культуры. 2015. № 10. С. 44 - 47.

Приложение 1

Протокол регистрации техники «Самозащиты без оружия»
в рамках мероприятий по сдаче норм ГТО
(судейская записка)
Ступень_____

№ пп	Фамилия, имя	Организация	Номер приёма и его оценка по 3х-бальной шкале										Сумма баллов
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1													
2													
3													

Судья _____ Технический секретарь _____

Приложение 2

Протокол хода тестирования техники «Самозащиты без оружия» в рамках мероприятий по сдаче норм ГТО (сводная ведомость)
Ступень_____

№ пп	Фамилия, имя	Организация	Оценки выступления			Сумма баллов	Средняя оценка	Примечания
			Руководитель тестирования	Боковой судья 1	Боковой судья 2			
1								
2								
3								

Руководитель ковра _____ Технический секретарь _____