



# Физическая культура: воспитание, образование, тренировка

Научно-методический журнал  
Российской Академии Образования  
Российского университета спорта  
«ГЦОЛИФК»

Вестник Проблемного совета  
по физической культуре  
Российской Академии Образования

Основан в 1996 году

Главный редактор

ЛУБЫШЕВА Л.И. (профессор)

Редакционный совет:

Ашкинази С.М. (д.п.н., профессор)  
Булгакова Н.Ж. (член-корр.РАО,  
д.п.н., профессор)  
Врублевский Е.П. (д.п.н., профессор)  
Горелов А.А. (д.п.н., профессор)  
Губа В.П. (д.п.н., профессор)  
Гундэгмаа Л. (д.б.н., профессор)  
Загревская А.И. (д.п.н., профессор)  
Загревский В.И. (д.п.н., профессор)  
Захарьева Н.Н. (д.м.н., профессор)  
Лубышева Л.И. (д.п.н., профессор)  
Манжелей И.В. (д.п.н., профессор)  
Манолоки В.Г. (доктор педагогики,  
профессор)  
Масягина Н.В. (д.п.н., доцент)  
Манолоки В.В. (доктор педагогики,  
профессор)  
Неверкович С.Д. (академик РАО,  
д.п.н., профессор)  
Пешкова Н.В. (д.п.н., доцент)  
Попов Г.И. (д.п.н., профессор)  
Румба О.Г. (д.п.н., профессор)  
Сивохин И.П. (д.п.н., профессор)  
Тамбовцева Р.В. (д.б.н., профессор)

Заведующая редакцией  
ОЗЕРОВА О.А.

Верстка

ТЕРЕШИНА О.В.

Издание предназначено  
для читателей старше 14 лет



## ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

В.П. Губа, А.В. Родин, Л.В. Булькина, А.В. Антипов – Стратегия подготовки спортивного резерва по игровым видам в современных вызовах российского спорта .....	2
А.С. Чуркина, С.А. Романченко, М.А. Рогожников – Совершенствование техники динамического элемента «рондат сальто назад прогнувшись в плечи к «нижнему» партнеру» в мужских акробатических парах на этапе высшего спортивного мастерства .....	7
В.В. Царев, Ю.С. Гончаров, И.В. Кулишенко – Современные тенденции соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации и массовых разрядов в универсальном бое .....	10
В.А. Грошев, В.В. Пономарев, А.А. Чернова, О.О. Кардашова – Особенности функциональных показателей спортсменов, занимающихся разными видами спорта, в аспекте аналитического анализа .....	13
А.М. Мишаткин, А.В. Антипов, В.П. Губа – Индивидуализация специальной двигательной подготовки футболистов 17-19 лет на основе интенсификации тренировочных заданий .....	15

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ

Т.В. Колтошова – Моделирование и прогнозирование факторов риска функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата студентов в физическом воспитании .....	18
А.А. Лозовой, В.В. Пономарев, М.А. Лозовая – Спортивная подготовка студенток-баскетболисток с применением экзометодики .....	21
Е.Д. Кондрашова, П.А. Малеев, А.С. Горбачев, Е.И. Малыгин – Популяризация лыжных гонок как массового вида спорта среди населения Красноярского края .....	23
Аллаг Хуссем Эддин – Программно-методические подходы к актуализации ценностей здорового образа жизни на занятиях по физической культуре .....	25
П.А. Малеев, Е.Д. Кондрашова, Д.С. Приходов, В.В. Зотин – Использование средств горного бега в программе физического воспитания студентов вуза лесных технологий .....	28
Ю.В. Лепихина – Применение оздоровительно-рекреативных технологий в физическом воспитании студентов-первокурсников для снижения негативного влияния стрессогенных факторов социальной и природной среды .....	30
О.В. Коротаева – Актуализация мониторинга физического здоровья студентов с использованием информационно-аналитического ресурса .....	33
Ю.Е. Ситников, М.Д. Кудрявцев, Д.А. Черменев, Н.Н. Нагорный, Н.В. Ивашко – Средства сложнокоординационной направленности в повышении адаптационных возможностей и работоспособности курсантов .....	35
Н.В. Минникаева – Оценка уровня тревожности студентов специальной медицинской группы и способы ее снижения в процессе физического воспитания .....	38
О.А. Романко, Л.Г. Пащенко, А.В. Беляев – Социально-психологические факторы активизации физкультурно-спортивной деятельности молодежи .....	41

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

А.А. Райзих – Модернизация образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста в условиях реализации комплекса ГТО .....	44
Е.Г. Сайкина, Ю.В. Смирнова, Г.В. Скорухатова – Факторы пролонгированного снижения интереса старшеклассников к занятиям по физической культуре .....	47

## «ДЕТСКИЙ ТРЕНЕР» – журнал в журнале

Н.Ю. Свириденко, А.В. Шашин – Методика обучения активным атакующим действиям в поединке тхэквондо ВТФ и их совершенствования .....	52
Алканфар Фаркад Фахем Сахит – Скорость движения и ее роль в оценке уровня технико-тактической подготовки боксера .....	55
Ван Сяной – Физическая подготовка юных теннисистов как основа профессионального мастерства .....	57
Н.Г. Печеневская, Ю.В. Коричко, Р.Е. Семенов, А.А. Коричко – Формирование пространственной точности угловых параметров при обучении сложно-техническим элементам в спортивной аэробике .....	60
А.С. Кариаули – Брик: специальные тренировки спортсменов-любителей в триатлоне .....	63
Н.Ф. Сингина – Формы аномального судейства в танцевальном спорте при новой судейской системе .....	66
Л.Г. Пащенко, О.С. Красникова, Ю.Н. Савельева – Параметры соревновательной нагрузки участников массовых соревнований по лыжным гонкам с различной досуговой двигательной активностью .....	69
Ю.В. Коричко, Д.Г. Берстенева, А.А. Коричко, Я.Н. Абаева – Применение различных средств музыкальной ритмики на занятиях с детьми младшего школьного возраста в технико-эстетических видах спорта .....	72
Е.Н. Скаржинская – Ценностный потенциал международного киберспортивного фестиваля «Битва за науку» .....	74

## ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

И.А. Родионова – Методика проведения занятия по плаванию для взрослых с высокой водобоязнью .....	77
---	----

## УЧЕНЫЕ – ПРАКТИКАМ

М.А. Лозовая, В.В. Пономарев – Обучение техническим действиям игры в баскетбол студентов с использованием кинезиологического тейпирования .....	20
В.В. Пономарев – Пожарно-спасательные академии как центры развития прикладного спорта .....	27
И.В. Манжелей, А. Матяш – Построение методологии педагогического исследования проблемы подготовки студентов в фиджитал-футболе .....	65
А.В. Поспелов – Формирование метапредметных универсальных учебных действий обучающихся пятых классов на основе интеграции предметов с дисциплиной «физическая культура» .....	68

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ .....	37
------------------------------	----

НОВЫЕ КНИГИ .....	12, 17, 22, 40, 43, 59, 79
-------------------	----------------------------



# Физическое воспитание ШКОЛЬНИКОВ



## МОДЕРНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ЮНОШЕЙ ДОПРИЗЫВНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСА ГТО

УДК/UDC 796.011

А.А. Райзих<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Удмуртский государственный университет, Ижевск

**Цель исследования** – модернизация образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста в условиях реализации комплекса ГТО.

**Методика и организация исследования.** В педагогическом исследовании участвовали 60 юношей допризывного возраста 16-17 лет, учащиеся общеобразовательных организаций (МБОУ ГЮЛ №86, МБОУ СЭЛ №45 и МБОУ СОШ №31) г. Ижевска. Для проведения педагогического эксперимента были сформированы две группы: контрольная группа (n=29) и экспериментальная группа (n=31).

**Результаты исследования и выводы.** После проведения педагогического эксперимента получены достоверные результаты, подтвержденные математико-статистической обработкой, указывающие на то, что у юношей экспериментальной группы произошли более существенные изменения показателей физической и теоретической подготовленности, по сравнению с юношами контрольной группы (при  $p < 0,05$ ), в таких тестах, как: бег на 100 м (с) на 4,1%; бег на 3000 м (с) – 10,8%; подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) – 52,2%; наклон вперед из положения стоя (от уровня скамьи, см) – 27,4%; прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – 7,4%; поднятие туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) – 28,0%. Значительно повысился уровень теоретических знаний по предметной области «Физическая культура» у юношей экспериментальной группы на 25,8%, тогда как в контрольной группе – 9,3%. Заключение – модернизация образовательного процесса по физическому воспитанию у юношей допризывного возраста – способствует увеличению количества юношей, выполнивших государственные требования комплекса (ГТО) на знаки отличия, также способствует усилению образовательного процесса по физическому воспитанию и позволяет решить ряд Указов Президента РФ и постановлений Правительства РФ, а также требования федеральных и национальных проектов РФ.

**Ключевые слова:** модернизация, комплекс ГТО, ФГОС, юноши допризывного возраста, физическое воспитание, знаки отличия.

### MODERNIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS IN PHYSICAL EDUCATION FOR YOUTHS OF PRE-CONSCRIPTION AGE IN THE CONDITIONS OF IMPLEMENTING THE COMPLEX (GTO)

A.A. Rayzikh<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Udmurt State University, Izhevsk

#### Аннотация

**Objective of the study** was to modernize the educational process in physical education of pre-conscription age youths in the context of the implementation of the GTO complex.

**Methods and structure of the study.** The pedagogical study involved 60 young men of pre-conscription age 16-17 years old, students of general education organizations (Municipal budgetary educational institutions "Humanitarian-Legal Lyceum No. 86", "Socio-Economic Lyceum No. 45" and Secondary School No. 31) in Izhevsk. To conduct the pedagogical experiment, two groups were formed: a control group (n=29) and an experimental group (n=31).

**Results and conclusions.** After conducting a pedagogical experiment, reliable results were obtained, confirmed by mathematical and statistical processing, indicating that the boys of the experimental group had more significant changes in indicators of physical and theoretical readiness compared to the boys of the control group (at  $p < 0.05$ ), in such tests, as: 100 m run (s) by 4.1%; 3000 m run (s) - 10.8%; pull-ups from hanging on a high bar (number of times) - 52.2%; forward bend from a standing position (from the level of the bench, cm) - 27.4%; standing long jump with a push with two legs (cm) - 7.4%; lifting the body from a supine position (number of times per 1 min) - 28.0%. The level of theoretical knowledge in the subject area "Physical Education" among boys in the experimental group increased significantly by 25.8%, while in the control group - 9.3%. Conclusion - the modernization of the educational process in physical education among young men of pre-conscription age helps to increase the number of young men who have fulfilled the state requirements of the complex (GTO) for insignia, also helps to strengthen the educational process in physical education and allows us to solve a number of Decrees of the President of the Russian Federation and decrees of the Government of the Russian Federation, and also the requirements of federal and national projects of the Russian Federation.

**Keywords:** modernization, GTO complex, Federal State Educational Standards, pre-conscription age youths, physical education, insignia.

**Введение.** С 1 сентября 2014 года Указом Президента РФ (от 24.03.2014 № 172) [9], в целях совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта и создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепления здоровья населения, был введен на территории РФ Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду

и обороне» (ГТО), который является нормативной и программной основой физического воспитания населения [7, 8]. Важное место в плане реализации комплекса (ГТО) отводится процессу интеграции комплекса в систему образования.

В этой связи важным является внесение изменений в ФГОС всех видов образования, а также соответствующие образовательные программы в соответствии с «По-

ложением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) [1, 5].

**Цель исследования** – обосновать эффективность модернизации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста в условиях реализации комплекса ГТО.

**Методика и организация исследования.** Педагогическое тестирование выполнялось в начале и конце педагогического эксперимента.

Оценка физической подготовленности осуществлялась по четырем обязательным тестам и двум испытаниям по выбору: обязательные испытания (тесты): бег на 100 м (с); бег на 3 км (мин, с); подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз); наклон вперед из положения стоя (см). Испытания (тесты) по выбору: прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин).

Оценка уровня знаний производилась при помощи разработанной компьютерной программы для учащихся 1–11-х классов общеобразовательных школ, включающая проверку знаний, отражающих требования ФГОС [2–4].

В исследовании приняли участие 60 юношей допризывного возраста 16–17 лет, учащиеся общеобразовательных школ. Для проведения эксперимента были сформированы две группы: контрольная группа (КГ – n=29), экспериментальная группа (ЭГ – n=31) [7].

**Результаты исследования и их обсуждение.** По результатам констатирующего этапа педагогического эксперимента в образовательную организацию экспериментальной группы была внедрена модель организации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста, включающая в себя экспериментальную программу подготовки [8], представленную на рис. 1.

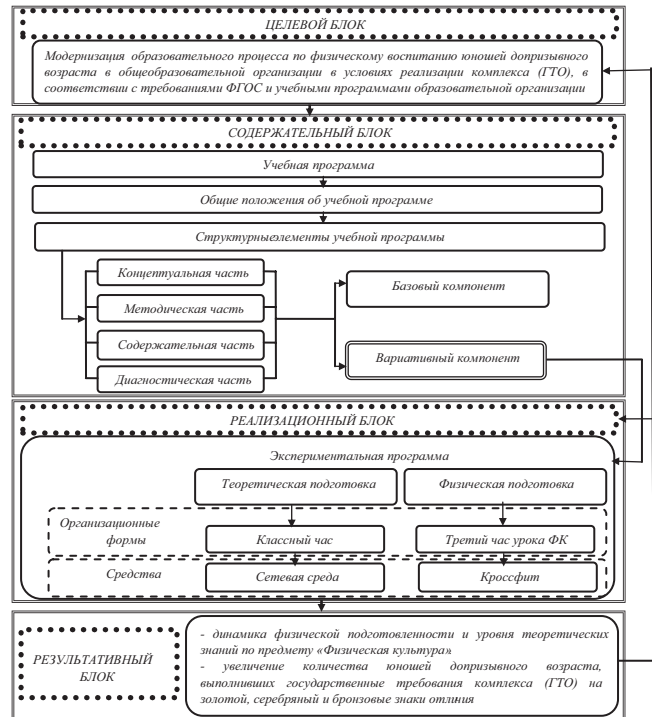
Учебные занятия у юношей допризывного возраста контрольной группы проводились по общепринятой традиционной форме.

Итоговое выполнение тестовых испытаний комплекса ГТО осуществлялось в конце учебного года. Результаты педагогического эксперимента представлены в табл. 1.

Анализ результатов педагогического тестирования показал, что произошло достоверное улучшение всех изучаемых показателей как в КГ, так и в ЭГ. Наиболее существенные изменения произошли в ЭГ (при  $p < 0,05$ ).

**Таблица 1.** Динамика физической подготовленности юношей допризывного возраста контрольной и экспериментальной групп в начале и конце педагогического эксперимента

№	Испытания (тесты)	Этапы	КГ (n=29)	ЭГ (n=31)	$t_{факт.}$	$t_{крит.}$	P
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1	Бег на 100 м	начало конец	14,2±0,15 14,1±0,15	14,3±0,14 13,7±0,11	0,58 2,3	2,04 2,04	>0,05 <0,05
2	Бег на 3000 м	начало конец	842,4±0,23 792,0±0,21	846,0±0,14 754,8±0,14	0,22 2,5	2,04 2,04	>0,05 <0,05
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	начало конец	8,2±0,88 9,1±0,94	7,8±0,65 11,9±0,78	0,4 2,3	2,04 2,04	>0,05 <0,05
4	Наклон вперед из положения стоя	начало конец	10,9±1,88 11,8±1,26	11,3±1,58 14,4±1,36	0,3 2,1	2,04 2,04	>0,05 <0,05
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	начало конец	224,5±2,46 228,3±2,01	219,2±2,56 235,5±1,89	1,5 2,6	2,04 2,04	>0,05 <0,05
6	Понимание туловища из положения лежа на спине	начало конец	49,1±1,40 55,9±1,30	47,7±1,09 60,8±1,27	0,82 2,8	2,04 2,04	>0,05 <0,05



**Рис. 1.** Модель организации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста

Динамика физической подготовленности юношей допризывного возраста способствовала увеличению количества юношей, выполнивших государственные комплексы (ГТО) на знаки отличия: в КГ на золотой знак выполнили 6,8%, в ЭГ – 16,1%; на серебряный знак отличия в КГ выполнили 24,1%, ЭГ – 38,7% юношей, на бронзовый знак отличия выполнили в КГ – 13,7%, в ЭГ – 16,1% юношей.

Количество не выполнивших государственные требования комплекса (ГТО) уменьшилось в КГ на 13,8% (с 68,9 до 55,1%) юношей, в ЭГ – на 54,8% (с 83,8 до 29,0%).

Динамика уровня теоретических знаний юношей допризывного возраста контрольной и экспериментальной групп представлена на рис. 2.

В начале педагогического эксперимента результаты обеих групп одинаковы, среднее значение правильных ответов составило в КГ 45,0%, в ЭГ – 46,4%. В конце педагогического эксперимента динамика теоретических знаний произошла в обеих группах. Среднее зна-



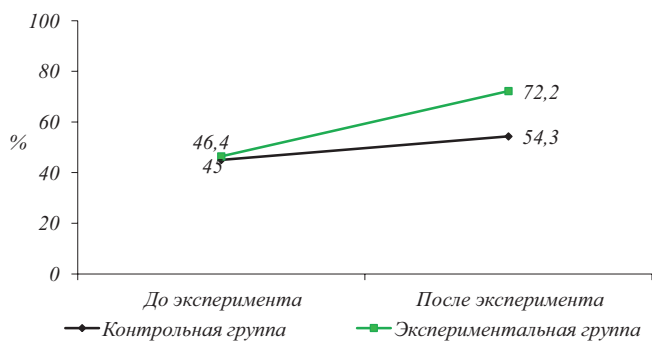


Рис. 2. Динамика уровня теоретических знаний юношей допризывного возраста

чение количества правильных ответов в ЭГ составило 72,2% – значительно выше, чем в КГ, – 54,3%.

**Выводы.** Результаты педагогического эксперимента показали эффективность модели организации образовательного процесса по физическим и экспериментальным программам подготовки юношей допризывного возраста, которая обеспечила существенное усиление содержания и организацию процесса по физическому воспитанию в общеобразовательной организации, позволив повысить уровень физической подготовленности юношей ЭГ, о чем свидетельствуют достоверная динамика результатов к исходному уровню и значимые их отличия, по сравнению с КГ (при  $p < 0,05$ ), и значительно увеличить уровень теоретических знаний по предметной области «Физическая культура» у юношей ЭГ – на 25,8%, тогда как в КГ – 9,3%.

#### Литература

- Ваганова И.Ю. Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в систему образования: к вопросу об изменении государственных образовательных стандартов / И.Ю. Ваганова, А.Е. Терентьев // Педагогическое образование в России. – 2015. – №1. – С. 62-66.
- Новокрещенов В.В. Программное обеспечение контроля знаний и возможности его использования для проверки знаний и умений в комплексе ГТО / В.В. Новокрещенов, П.К. Петров, Э.Р. Ахмедзянов // Вестник ИжГТУ им. М.Т. Калашникова. – 2015. – № 4 (68). – С. 112-115.
- Новокрещенов В.В. Тестирование знаний по физической культуре у студентов и школьников: учебно-методическое пособие по тестированию знаний у студентов и школьников по дисциплине «Физическая культура» / В.В. Новокрещенов. – Ижевск. – 2017. – 148 с.
- Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»: [отв. сост. Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012г. № 413]. – М. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/70188902/>.
- Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе Готов к труду и обороне (ГТО): [отв. сост. Министерство спорта Российской Федерации от 11.06. 2014 г. № 540]. – М. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>.
- Райзих А.А. Экспериментальная программа физической подготовки структурно-содержательной модели физического воспитания юношей допризывного возраста в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / А.А. Райзих // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры: Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Казань: Поволж. ГАФКСИТ, 2018. – С. 551-555.
- Райзих А.А. Физическое воспитание юношей допризывного возраста в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / А.А. Райзих // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – № 4 (21). – С. 102-109.

- Уваров В.А. Методология научного обоснования содержания видов испытаний и нормативных требований I-XI ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / В.А. Уваров // Вестник спортивной истории. – 2016. – 1 (3). – С. 57-79.
- Указ президента Российской Федерации от 24 марта 2014 №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». – Режим доступа: [http://gto.ru/files/uploads/documents/ukaz\\_gto.pdf](http://gto.ru/files/uploads/documents/ukaz_gto.pdf).

#### References

- Vaganova I.Yu., Terentyev A.E. Vnedreniye Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone» (GTO) v sistemu obrazovaniya: k voprosu ob izmenenii gosudarstvennykh obrazovatelnykh standartov [Introduction of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" (GTO) into the education system: on the issue of changing state educational standards]. Pedagogicheskoye obrazovaniye v Rossii. 2015. No. 1. pp. 62-66.
- Novokreshchenov V.V., Petrov P.K., Akhmedzyanov E.R. Programmnoye obespecheniye kontrolya znaniy i vozmozhnosti yego ispolzovaniya dlya proverki znaniy i umeniy v komplekse GTO [Knowledge control software and the possibility of its use for testing knowledge and skills in the GTO complex]. Vestnik IzhGTU imeni M.T. Kalashnikova. 2015. No. 4 (68). pp. 112-115.
- Novokreshchenov V.V. Testirovaniye znaniy po fizicheskoy kulture u studentov i shkolnikov [Testing knowledge of physical culture among students and schoolchildren]. Study methodological guide for testing knowledge of students and schoolchildren in the discipline "Physical Culture". Izhevsk. 2017. 148 p.
- Ob utverzhdenii i vvedenii v deystviye Federal'nogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta srednego obshchego obrazovaniya»: [otv. sost. Ministerstvo obrazovaniya i nauki Rossiyskoy Federatsii ot 17.05.2012g. № 413 [On the approval and implementation of the Federal State Educational Standard of Secondary General Education": [rep. comp. Ministry of Education and Science of the Russian Federation dated May 17, 2012. No. 413]. Moscow. Available at: <https://base.garant.ru/70188902/>.
- Ob utverzhdenii Polozheniya o Vserossiyskom fizkulturno-sportivnom komplekse Gotov k trudu i oborone (GTO): [otv. sost. Ministerstvo sporta Rossiyskoy Federatsii ot 11.06. 2014 g. № 540]. [On approval of the Regulations on the All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense" (GTO): [rep. comp. Ministry of Sports of the Russian Federation dated 11.06. 2014 No. 540]. Moscow. Available at: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>.
- Rayzikh A.A. Eksperimental'naya programma fizicheskoy podgotovki strukturno-soderzhatel'noy modeli fizicheskogo vospitaniya yunoshey dopriyv'nogo vozrasta v usloviyakh vnedreniya Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «GTO» [Experimental physical training program for the structural and content model of physical education of pre-conscription age youths in the context of the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex "GTO"]. Problemy i perspektivy fizicheskogo vospitaniya, sportivnoy trenirovki i adaptivnoy fizicheskoy kultury [Problems and prospects of physical education, sports training and adaptive physical culture]. Proceedings national scientific-practical conference with international participation. Kazan: Povolzh. GAFKSIT publ., 2018. pp. 551-555.
- Rayzikh A.A. Fizicheskoye vospitaniye yunoshey dopriyv'nogo vozrasta v usloviyakh realizatsii Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone» [Physical education of young men of pre-conscription age in the context of the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex "GTO"]. Nauka i sport: sovremennyye tendentsii. 2018. No. 4 (21). pp. 102-109.
- Uvarov V.A. Metodologiya nauchnogo obosnovaniya soderzhaniya vidov ispytaniy i normativnykh trebovaniy I-XI stupeney Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone» [Methodology of scientific substantiation of the content of types of tests and regulatory requirements of stages I-XI of the All-Russian physical culture and sports complex "GTO"]. Vestnik sportivnoy istorii. 2016. 1 (3). pp. 57-79.
- Ukaz prezidenta Rossiyskoy Federatsii ot 24 marta 2014 №172 «O Vserossiyskom fizkulturno-sportivnom komplekse «Gotov k trudu i oborone» [Decree of the President of the Russian Federation of March 24, 2014 No. 172 "On the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for labor and defense"]. Available at: [http://gto.ru/files/uploads/documents/ukaz\\_gto.pdf](http://gto.ru/files/uploads/documents/ukaz_gto.pdf).

Информация для связи с автором: rayzikh@gmail.com

Поступила в редакцию 10.07.2023 г.