

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ФГБУ «Федеральный центр
организационно-методического
обеспечения физического воспитания»

_____ Н.С. Федченко
« 01 » _____ 2022 г.



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**для специалистов субъектов Российской Федерации
в сфере образования, руководителей класс - команд,
педагогов по вопросам подготовки к теоретическому конкурсу
всероссийского этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников
«Президентские состязания» 2021/2022 учебного года**

Москва 2022 г.

Методические рекомендации для специалистов субъектов Российской Федерации в сфере образования, руководителей класс-команд, педагогов по вопросам подготовки к теоретическому конкурсу всероссийского этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2021/2022 учебного года разработаны членами жюри теоретического конкурса по согласованию с Рабочей группой Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

Рекомендованы экспертным советом ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» и разработаны с целью содействия качественной подготовке обучающихся к участию в теоретическом конкурсе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания».

Настоящие методические рекомендации разработаны во исполнение пункта 5 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта от 9 ноября 2016 г. № Пр-2179 в целях дальнейшего развития Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников «Президентские состязания».

Методические рекомендации предназначены для специалистов субъектов Российской Федерации в сфере образования, руководителей класс-команд и учителей физической культуры.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения	4
2. Характеристика теоретического конкурса	6
3. Отборочный этап теоретического конкурса	7
4. Финальный этап теоретического конкурса	11
5. Список рекомендованной литературы и электронных ресурсов	12

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания (далее – Президентские состязания) проводятся во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 30 июля 2010 г. № 948 «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» и в соответствии с п.1 ж–1 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта при Президенте Российской Федерации 10 октября 2019 г. от 22 ноября 2019 г. № Пр -2397.

Президентские состязания являются важной составляющей национальной системы физкультурно-спортивного воспитания подрастающего поколения, направленной на совершенствование физической подготовки, повышение уровня теоретических знаний обучающихся, массовое привлечение к занятиям физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни у детей и подростков.

Президентские состязания относятся к приоритетному направлению деятельности каждой общеобразовательной организации по вопросам физической культуры и массового школьного спорта.

Целью проведения Президентских состязаний является:

- укрепление здоровья, вовлечение детей в систематические занятия физической культурой и спортом;
- воспитание всесторонне гармонично развитой личности;
- выявление талантливых детей;
- взаимодействие между государствами-участниками СНГ, ЛНР, ДНР в сфере развития школьного спорта.

Задачи Президентских состязаний:

- пропаганда физической культуры и спорта как средства физического, нравственного и духовного воспитания подрастающего поколения;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся;
- определение лучших команд городских и сельских общеобразовательных организаций, сформированных из обучающихся одного класса (класс-команды), добившихся наилучших результатов в физкультурно-спортивной деятельности, показавших высокий уровень творческих способностей и знаний в области физической культуры и спорта;
- становление гражданской и патриотической позиции подрастающего поколения, формирование позитивных жизненных установок;
- укрепление международных спортивных и гуманитарных связей, обмен опытом с государствами-участниками СНГ, ЛНР, ДНР в части развития школьного

спорта;

– пропаганда и продвижение русского языка и культуры народов России в государствах-участниках СНГ, ЛНР, ДНР, знакомство с культурой и традициями этих стран.

Президентские состязания проводятся в четыре этапа:

I этап (школьный) – проводится в общеобразовательных организациях в период с 15 января по 1 апреля 2022 года;

II этап (муниципальный) – проводится в муниципальных образованиях в срок до 15 мая 2022 года;

III этап (региональный) – проводится в субъектах Российской Федерации в срок до 15 июня 2022 года;

IV этап (всероссийский) – проводится на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения «Всероссийский детский центр «Орлёнок» (Краснодарский край, Туапсинский район) (далее – ВДЦ «Орлёнок»), в период с 7 сентября по 27 сентября 2022 года (21 день), в том числе, 7 сентября 2022 г. – день приезда, 27 сентября 2022 г. – день отъезда команд.

К участию в Президентских состязаниях на всех этапах допускаются обучающиеся, отнесённые к основной медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, в соответствии с рекомендациями по оказанию медицинской помощи обучающимся «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях», утверждёнными протоколом заседания Профильной комиссии Минздрава России по гигиене детей и подростков от 6 мая 2014 г. № 4.

В IV этапе Президентских состязаний принимают участие класс-команды общеобразовательных организаций субъектов Российской Федерации - победители III этапа Президентских состязаний и класс-команды школьников государств-участников СНГ, ЛНР, ДНР – победители отборочных мероприятий.

Возраст участников класс-команды, которая будет принимать участие в Президентских состязаниях 2021/2022 учебного года, определяется Рабочей группой путем проведения жеребьевки. Срок проведения жеребьевки – январь-февраль 2022 года.

В IV этапе Президентских состязаний участвуют:

– городские класс-команды (команды городских поселений, в том числе поселков городского типа) в составе 12 участников (6 юношей, 6 девушек) и 2 руководителя. Один из руководителей должен являться учителем физической культуры общеобразовательной организации;

– сельские класс-команды (команды общеобразовательных организаций,

расположенных в сельской местности) в составе 6 участников (3 юноши, 3 девушки) и 1 руководитель, являющийся учителем физической культуры общеобразовательной организации. Принадлежность к группе городских или сельских поселений определяется в соответствии с данными Росстата, в государствах-участниках СНГ, ЛНР, ДНР – в соответствии с территориальным делением каждой страны-участницы соревнований на сельские и городские поселения.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КОНКУРСА

Теоретический конкурс направлен на решение следующих задач:

- интеллектуальное развитие обучающихся;
- патриотическое воспитание, становление гражданской позиции подрастающего поколения, развитие культуры личности обучающихся;
- определение уровня знаний, обучающихся в предметной области «Физическая культура»;
- повышение интереса обучающихся к изучению учебного предмета «Физическая культура»;
- пропаганда научных знаний в области физической культуры и спорта.

Теоретический конкурс проводится в два этапа: отборочный и финальный.

Состав команд: городские класс-команды – 12 человек (6 юношей и 6 девушек), сельские класс-команды – 6 человек (3 юноши и 3 девушки).

В теоретическом конкурсе принимают участие все участники городских и сельских класс - команд.

Все участники класс-команды для проведения отборочного и финального этапов теоретического конкурса должны иметь парадную форму с названием (логотипом) общеобразовательной организации, субъекта Российской Федерации (для команд школьников государств-участников СНГ, ЛНР, ДНР – название (логотип) общеобразовательной организации и название страны).

Задания теоретического конкурса разрабатываются в соответствии с утверждённым Положением о Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» по следующим темам:

- Олимпийские игры и олимпийское движение;
- развитие спорта в дореволюционной России, СССР, государствах-участниках СНГ;
- достижения советских, российских спортсменов и спортсменов государств-участников СНГ на Олимпийских играх и международной арене;
- физкультурно–спортивная деятельность обучающихся;

- физическая (двигательная) активность обучающихся.

3. ОТБОРОЧНЫЙ ЭТАП ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КОНКУРСА

Отборочный этап теоретического конкурса проводится в виде компьютерного тестирования, которое проходит каждый участник класс-команды.

Тестирование каждого участника класс-команды включает 15 вопросов (тестовых заданий) по указанным темам для каждого участника по отдельному варианту, который формируется компьютерной программой автоматически произвольным способом. Время прохождения тестирования – 10 минут. За каждый правильный ответ участнику начисляется 1 балл. Каждый участник получает общий балл (максимальное количество баллов-15) по результатам тестирования.

Итоговый результат команды на отборочном этапе определяется по общей сумме 10-ти лучших участников для городских класс-команд и 4-х участников – для сельских класс-команд.

В финалы, которые проводятся раздельно, выходят 6 городских и 6 сельских класс-команд субъектов Российской Федерации и все принимающие участие класс-команды государств-участников СНГ, ЛНР, ДНР.

В случае если в отборочном этапе несколько класс-команд наберут одинаковое количество баллов, для определения участников финала теоретического конкурса проводится дополнительное тестирование этих класс - команд.

Определение мест по результатам финального этапа производится по сумме баллов, полученных класс-командами.

Рекомендации по подготовке к отборочному этапу

В соответствии с указанными темами отборочного этапа подготовку обучающихся необходимо проводить по следующим направлениям:

Тема 1. Олимпийские игры и олимпийское движение:

- символы Олимпийских и Паралимпийских игр;
- Олимпийская хартия;
- Античные Олимпийские игры;
- Олимпийские игры современности;
- история зарождения олимпийского движения в России;
- олимпийское движение в современной России и государствах-участниках СНГ;
- международное Олимпийское движение;
- краткая характеристика видов спорта, входящих в программу зимних и летних Олимпийских и Паралимпийских игр.

Примерные вопросы:

1. Укажите самый популярный вид состязаний на Олимпийских играх Древней Греции?
2. В каком географическом месте зажигается факел олимпийского огня современных Игр?
3. Паралимпийские игры проводятся через... после окончания Олимпийских игр.
4. С какого цвета начинается эмблема колец Международного олимпийского комитета (МОК)?
5. Страна - хозяйка Олимпийских игр разрабатывает и утверждает два символа Игр. Назовите их.
6. Какая эстафета олимпийского огня считается самой протяженной за всю историю соревнований?

Тема 2. Развитие спорта в дореволюционной России, СССР, государствах-участниках СНГ:

– развитие спорта (видов спорта) в дореволюционной России, период СССР (1917-1991 гг.), с 1992 г. по настоящее время в Российской Федерации и государствах-участниках СНГ;

– проведение спортивных соревнований международного и национального значения (Олимпийские игры, Всесоюзные соревнования, Универсиады, Всемирные юношеские игры и др.);

– развитие программно-нормативных основ функционирования физической культуры и спорта (Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК), Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»));

- физическая культура и спорт в эпоху Петра I.

Примерные вопросы:

1. Всемирные юношеские игры впервые проводились в... году.
2. Какие виды обязательных испытаний (тестов) входят в IV ступень ВФСК ГТО?
3. Кто являлся первым представителем России в Международном олимпийском комитете?
4. Что изображено на эмблеме олимпийского комитета России?
5. В каких городах СССР проходила Олимпиада-80?

Тема 3. Достижения советских, российских и спортсменов государств - участников СНГ на Олимпийских играх и международной арене:

- достижения спортсменов (участие в соревнованиях, занятые места, количество медалей) в период СССР (1917-1991 гг.);

- достижения спортсменов Российской Федерации и государств-участников СНГ, ЛНР, ДНР (участие в соревнованиях, занятые места, количество медалей) в период с 1992 г. по настоящее время).

Примерные вопросы:

1. Кому первой из спортсменок, пятикратной победительнице Олимпийских зимних игр по лыжным гонкам, за спортивные достижения присвоено звание «Герой Российской Федерации»?



2. Какого советского хоккеиста называют «Легендой номер 17»?
3. Участница четырех Олимпиад и обладательница семи золотых олимпийских медалей. Самая титулованная спортсменка в синхронном плавании?



4. В каком виде спорта великий советский спортсмен Александр Медведь является трехкратным олимпийским чемпионом?
5. Какое место в общемедальном зачете заняла сборная олимпийского комитета России на летних Играх в Токио?

Тема 4. Физкультурно-спортивная деятельность обучающихся:

- понятия «физическая культура», «физическое воспитание», «физическая подготовка», «спорт», «спортивная подготовка», «физическое упражнение»;
- урок физической культуры – основная форма физического воспитания;
- обучение двигательным действиям (физическим упражнениям);
- техника выполнения физических упражнений;
- правила техники безопасности при проведении занятий по видам спорта (баскетбол, волейбол, футбол, единоборства, легкая атлетика, гимнастика, плавание, лыжный спорт и другие);
- гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;
- основные правила организации самостоятельных занятий физической культурой;
- оценка эффективности занятий физическими упражнениями;
- физкультурно-оздоровительная деятельность (утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки и физкультпаузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для профилактики нарушений осанки, зрения и т.п.);

Примерные вопросы:

1. *Процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта называется....*
2. *В какую часть урока физической культуры целесообразнее включать упражнения для воспитания общей выносливости?*
3. *Какие основные задачи проведения физкультминуток?*
4. *Что понимается под термином «гигиена»?*
5. *Назовите основные показатели утомления во время занятий физическими упражнениями.*

Тема 5. Физическая (двигательная) активность обучающихся:

- понятие «физическая (двигательная) активность», «физическое развитие», «физические качества»;
- влияние занятий физической культурой и спортом на организм обучающихся (сердечно-сосудистую, дыхательную, центрально-нервную, мышечную системы и опорно-двигательный аппарат);
- влияние занятий физической культурой и спортом на физическое развитие обучающихся (осанка, телосложение, развитие физических качеств (средства и методы, тестирование));
- здоровье и здоровый образ жизни: объем двигательной активности, питание, закаливание организма, режим дня школьника, профилактика вредных привычек;
- нагрузка и отдых при выполнении физических упражнений;

– всестороннее гармоничное развитие обучающихся.

Примерные вопросы:

1. *Какие показатели относятся к интенсивности нагрузки?*
2. *Какие физические способности позволяет оценить тест сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)*
3. *Регулярные наблюдения за состоянием своего здоровья, физическим развитием, физической подготовкой и их изменениями под влиянием занятий физическими упражнениями осуществляются в ходе....*
4. *Комплекс функциональных свойств организма, составляющих основу способности противостоять утомлению в различных видах деятельности, принято называть...*
5. *С помощью какого прибора определяется жизненная емкость легких?*

4. ФИНАЛЬНЫЙ ЭТАП ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КОНКУРСА

При выполнении заданий финального этапа теоретического конкурса основой успеха является способность участников логически мыслить, умение решать за короткий срок поставленные задачи. В процессе выполнения заданий выявляются интеллектуальные способности обучающихся, их умение нестандартно применять полученные знания и умения.

Подготовка участников к финальному этапу теоретического конкурса осуществляется по темам и вопросам отборочного этапа, и дополнительно изучаются вопросы метапредметного характера. Метапредметный раздел включает вопросы по истории физической культуры и спорта, в том числе эпохи правления Петра I, естественно-научным основам физической культуры и спорта, отражение вопросов физической культуры и спорта в народном, изобразительном, музыкальном и литературном творчестве,

Финалы проводятся отдельно для городских и сельских класс-команд в соответствии с графиком проведения.

Финальный этап проводится в форме интеллектуально-творческой игры «О спорт, ты-мир!». Финальный этап проводится в форме интеллектуально-творческой игры «О спорт, ты-мир!». Победитель определяется по наибольшему количеству набранных баллов. В случае одинакового наибольшего количества набранных баллов класс-командами проводится дополнительный раунд среди капитанов.

В финале проводится 7 раундов.

Перед началом финала проводится жеребьевка, в соответствии с которой команде присуждается порядковый номер вопросов.

За каждое правильно и своевременно выполненное задание в раунде команда получает букву-подсказку для составления ключевого слова.

Раунд 1. Каждая команда представляет свою «визитку», в которой выражает смысл своего названия, связанного с общей темой финала. Время «визитки» - не более 1 минуты. Максимальное количество баллов - 3.

Раунд 2. Каждая команда отвечает на вопрос по темам отборочного этапа. На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

Раунд 3. Каждая команда выполняет задание по работе с текстом - необходимо вставить недостающие цифры, даты, факты по теме «Олимпийские игры и олимпийское движение». На выполнение задания отводится 6 минут. Максимальное количество баллов - 10.

Раунд 4. Каждая команда отвечает на вопрос по темам отборочного этапа. На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

Раунд 5. Каждая команда выполняет задание по разгадыванию кроссворда с комбинацией вопросов по темам отборочного этапа. На выполнение задания отводится 6 минут. Максимальное количество баллов - 10.

Раунд 6. Каждая команда отвечает на метапредметный вопрос. На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 7.

Раунд 7. С помощью букв-подсказок собрать ключевое слово. На данное задание отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

Общее время проведения интеллектуально-творческой игры «О спорт, ты – мир!» - 60 - 90 минут.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ

1. Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации <https://base.garant.ru/12157560/>
2. Дивинская Е.В. Физическая культура и спорт нашей страны с древнейших времен до начала XX века: учебное пособие. – Волгоград: ФГОУВ- ПО «ВГАФК», 2010 ([iknigi.net](http://iknigi.net...divinskaya...vremen-do-nachala-xx-veka...)...divinskaya...vremen-do-nachala-xx-veka...)
3. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы/ В.И. Лях. – М. Просвещение, 2009.
4. Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/ В.И. Лях. – 7 –е изд. – М.: Просвещение, 2019.
5. Никифоров А.А. Предметные олимпиады 7-11 классы. Физическая культура. /А.А. Никифоров, Н.С. Середя. - Вол-д: «Учитель», 2020.
6. Павленко Н.И. Петр I /Н.И. Павленко – 8-е изд. – М.: Молодая гвардия, 2010.
7. Погадаев Г.И. Физическая культура 7-9 классы: учебник/ Г.И. Погадаев. - М.: Дрофа, 2019.

8. Положение о Всероссийских спортивных соревнованиях (играх) школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры» 2021-2022 учебного года - <http://фццофов.рф>.
9. Родиченко В. С. Твой олимпийский учебник : учеб. пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др. - 27-е изд. , перераб. и дополн. - Москва : Спорт, 2019.
10. Физическая культура. 6-7 классы: учебник для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. — 9-е изд. — М.: Просвещение, 2019.
11. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. — 8-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2020.
12. <https://www.gto.ru/>
13. <https://wikipedia.ru>
14. <https://olympic.ru>