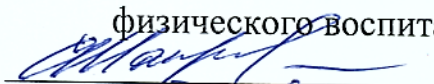


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. директора ФГБУ «Федеральный центр
организационно-методического обеспечения
физического воспитания»


С.А.Таиров
« 28 » апреля 2023 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» в 2022/2023 учебном году**

Москва 2023 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» в 2022/2023 учебном году (далее – Методические рекомендации) разработаны членами жюри теоретического конкурса по согласованию с ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» 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. Условия проведения Конкурса	4
3. Организация и проведение отборочного этапа Конкурса	5
4. Организация и проведение финального этапа Конкурса	8
5. Список рекомендованной литературы и электронных ресурсов	9

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».

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 являются социально-значимым мероприятием, обязательным к реализации в условиях развития содержания деятельности школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций и массового школьного спорта.

Важным блоком проведения Президентских состязаний является теоретический конкурс (далее – Конкурс).

Целью Конкурса: формирование условий для самореализации личности обучающегося на основе ценностей и традиций в сфере физической культуры и спорта.

Задачи Конкурса:

- формировать гражданскую позицию подрастающего поколения на основе ценностей физической культуры и спорта;

- определять уровень знаний, обучающихся в предметной области «Физическая культура»;

- повышать интерес обучающихся к изучению учебного предмета «Физическая культура»;

- развивать личностные качества обучающихся такие как ответственность, любознательность, коммуникабельность, трудолюбие, настойчивость, инициативность, интеллектуальность, нравственность;

- формировать потребность в ведении здорового образа жизни;

- формировать мотивацию к занятиям физической культурой и спортом на постоянной основе.

- формировать стремление к физическому совершенствованию, достижению успешности в спорте;

- создавать условия для личностного саморазвития.

2. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

Непосредственное проведение Конкурса возлагается на Жюри Конкурса. Система проведения Конкурса, а также содержание заданий разрабатывается Жюри по согласованию с ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания».

Теоретический конкурс проводится отдельно среди сельских класс-команд и городских класс-команд в два этапа: отборочный и финальный, согласно графику проведения всероссийского этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2022/2023 учебного года.

Класс-команды участвуют в теоретическом конкурсе в полном составе.

Все участники класс-команды должны иметь парадную форму с названием (логотипом) общеобразовательной организации, субъекта Российской Федерации (для команд школьников государств-участников СНГ – 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.
- физкультурно–спортивная деятельность обучающихся;
- физическая (двигательная) активность обучающихся.

2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ОТБОРОЧНОГО ЭТАПА 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.

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.

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

Финалы проводятся в соответствии с графиком проведения, утвержденного ГСК.

Подведение итогов

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.

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;
- Античные Олимпийские игры;
- Олимпийские игры современности;
- история зарождения олимпийского движения в России;
- олимпийское движение в современной России и государствах–участниках СНГ;

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. *С какого цвета начинается эмблема колец Международного олимпийского комитета (МОК)?*
4. *Страна - хозяйка Олимпийских игр разрабатывает и утверждает два символа Игр. Назовите их.*
5. *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.);

– физическая культура и спорт в истории России.

Примерные вопросы:

1. *Назовите кто из российских спортсменов стал первым олимпийским чемпионом?*
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.), в том числе

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 Медведев является трехкратным олимпийским чемпионом?

Тема 4. Физкультурно-спортивная деятельность обучающихся:

– понятия «физическая культура», «физическое воспитание», «осанка», «здоровый образ жизни», «режим дня», «физическое упражнение»;

– урок физической культуры – основная форма физического воспитания;

– физические упражнения как основное средство в воспитании физических качеств

– способ оценивания осанки;

– 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;

– способы самостоятельной деятельности;

– знание терминологии;

– физкультурно-оздоровительная деятельность (утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки и физкультпаузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для профилактики нарушений осанки, зрения и т.п.);

Примерные вопросы:

1. В какую часть урока физической культуры целесообразнее включать упражнения для воспитания общей выносливости?

2. Какие основные задачи проведения физкультминуток?

3. Что понимается под термином «гигиена»?

4. 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.

Примерные вопросы:

- 1. Какое доступное средство контроля за работой сердечно-сосудистой системой вы знаете?*
- 2. Какие физические способности позволяет оценить тест сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).*
- 3. Назовите внешние признаки утомления.*
- 4. Назовите основные формы организации занятий физической культурой.*

4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИНАЛЬНОГО ЭТАПА 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 выявляется умение обучающихся 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, естественно-научным основам физической культуры и спорта, отражение вопросов физической культуры и спорта в народном, изобразительном, музыкальном и литературном творчестве.

Финальный этап проводится в форме интеллектуально-творческой игры «Физическая культура - билет в будущее!».

В финале проводится 6 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. Творческо-практическая работа на основе знаний терминологии. На выполнение задания отводится 6 минут. Максимальное количество баллов - 10.

Раунд 2. Мой билет в будущее.

На обсуждение вопроса отводится 3 минуты. 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 2 минут. Максимальное количество баллов - 10.

Раунд 4. Мини-игра: определить достоверность высказывания - не более 1 минуты. Максимальное количество баллов - 3.

Раунд 5. Каждая команда готовит образовательный мини-проект «Хочу быть здоровым» для блога. На выполнение задания отводится 6 минут. Максимальное количество баллов - 10.

Раунд 6. С помощью букв-подсказок собрать ключевое слово. На данное задание отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

Общее время проведения интеллектуально-творческой игры «Билет в будущее» - 60 - 90 минут.

Победитель определяется по наибольшему количеству набранных баллов. В случае одинакового наибольшего количества набранных баллов класс-командами проводится дополнительный раунд среди капитанов.

5. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ

1. 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...divinskaya...vremen-do-nachala-xx-veka...)

2. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы/ В.И. Лях. – М. Просвещение, 2009.

3. Лях В.И. Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/ В.И. Лях. – 7 –е изд. – М.: Просвещение, 2019.

4. Лях В.И. Методические рекомендации, 1-4 классы/В.И.Лях – М.: Просвещение, 2021.

5. Матвеев А.П. Физическая культура, 5 класс, учебник для общеобразовательных организаций/ А.П.Матвеев – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2013.

6. Матвеев А.П. Физическая культура. 5 класс: учебник для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. — 9-е изд. — М.: Просвещение, 2019.

7. Павленко Н.И. Петр I /Н.И. Павленко – 8-е изд. – М.: Молодая гвардия, 2010.

8. 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.

9. Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации <https://base.garant.ru/12157560/>

10. <https://www.gto.ru/>

11. <https://wikipedia.ru>

12. <https://olympic.ru>

13. <https://resh.edu.ru/>

14. Профориентационный проект «Билет в будущее».

15. <https://atlas100.ru/catalog/>