

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ ДО ДЮСШ

Пискунов Е.В.

«11» января 2021г



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Для руководителей класс - команд,

педагогов по вопросам подготовки к теоретическому конкурсу

муниципального этапа

Всероссийских спортивных соревнований школьников

«Президентские состязания» 2020-2021 учебного года

с.Богучаны

2021г

Методические рекомендации для руководителей класс-команд, педагогов по вопросам подготовки к теоретическому конкурсу муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» 2020-2021 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 2021г. № Пр-2179 в целях дальнейшего развития Всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников «Президентские состязания».

Методические рекомендации предназначены для руководителей классов-команд и учителей физической культуры.

Содержание

1. Общие положения	4
2. Характеристика теоретического конкурса	7
3. Рекомендации по подготовке к теоретическому конкурсу	6
4. Список рекомендованной литературы и электронных ресурсов	10

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 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 (класса-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 в части развития школьного спорта;
- пропаганда и продвижение русского языка и культуры народов России в государствах-участниках СНГ, 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 2021 года;

II этап (муниципальный) — проводится в муниципальных образованиях в срок до 15 мая 2021 года;

III этап (региональный) — проводится в субъектах Российской Федерации в срок до 15 июня 2021 года;

IV этап (всероссийский) проводится на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения «Всероссийский детский центр «Орлёнок» (Краснодарский край) (далее — ВДЦ «Орлёнок»), в период с 5 по 25 сентября 2021 года (5-6 сентября 2021 г. — дни заезда, 24-25 сентября 2021 г. — дни отъезда).

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.

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.

В теоретическом конкурсе муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» принимают участие 4 человека (2 юноши и 2 девушки) классов-команд общеобразовательных учреждений Богучанского района.

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.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования, которое проходит каждый участник класса-команды.

Тестирование каждого участника класса-команды включает 8 вопросов по указанным в настоящем Порядке темам для каждого участника по отдельному варианту.

Время, отведенное для ответов, ограничивается 10 минутами. По результатам тестирования каждый участник получает общий балл. Итоговый результат команды определяется по общей сумме 4 х участников.

3. Рекомендации по подготовке к теоретическому конкурсу

В указанных темах 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. Чему равняется один «стадий»...?
Первые Олимпийские зимние игры проводились в ... году
2. Авторство олимпийского девиза «Быстрее, выше, сильнее» принадлежит ...
3. Термин «Олимпиада» означает...
4. Спортсмены какой международной организации спортсменов-инвалидов не принимают участие в Паралимпийских играх и проводят свои международные олимпийские соревнования...
5. В каком году на летних и зимних играх, образованные после распада СССР новые независимые государства, последний раз выступали в составе единой команды (Сборной стран СНГ) под флагом МОК?

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 годы Великой Отечественной войны.

Примерные вопросы:

1. Когда зародился баскетбол в России?
2. Какую русскую игру любил И.П. Павлов и играл в нее до глубокой старости?
3. Какая молодёжная организация была инициатором создания Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне»?
4. Какие спортивные соревнования проводились в Москве в 1986 г.?
5. Впервые спортсмены Российской Империи приняли участие в Играх Олимпиады в....году?
6. В каком городе пройдут I Игры стран СНГ 2021 года?
7. Кому из Советских полководцев принадлежат слова: "... и каждый спортсмен стоит в бою нескольких рядовых бойцов..."

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 (участие в соревнованиях, занятые места, количество медалей) в период с 1992 г. по настоящее время).

Примерные вопросы:

1. Кого из советских спортсменов называли «Самым сильным человеком планеты»?
2. Советская четырехкратная олимпийская чемпионка. Заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер России



3. Первая в истории отечественного олимпийского спорта золотая медаль была вручена 20 июля 1952 г... (фамилия, имя, вид спорта)?

4. Сколько олимпийских побед одержала «Красная машина» - сборная СССР по хоккею с шайбой...?

5. Российская пловчиха, двукратный серебряный призер Олимпийских игр (Рио-Де-Жанейро, 2016), бронзовый призер Олимпийских игр (Лондон 2012), пятикратная чемпионка мира, семикратная чемпионка Европы?



6. Сколько золотых медалей завоевали спортсмены государственных участников СНГ (на примере конкретного государства) на Олимпийских играх 2016 года в Рио-Де-Жанейро?

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.);
- антидопинговая профилактика

Примерные вопросы:

1. Из каких частей состоит урок физической культуры?
2. Как называется группа, которая формируется из обучающихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность?
3. Что понимают под техникой физических упражнений?
4. В какой последовательности происходит формирование двигательного действия в процессе обучения?
5. На уроках физической культуры наиболее благоприятная температура в спортивном зале должна быть в пределах.... градусов?

Тема 5. Физическая (двигательная) активность обучающихся:

- понятие «физическая (двигательная) активность», «физическое развитие», «физические качества»;
- влияние занятий физической культурой и спортом на организм учащихся (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 объему нагрузки?
2. Занятия какими видами упражнений оказывают наиболее благоприятное воздействие на кровеносные сосуды и нормализацию нервных процессов?
3. Систематическое употребление веществ, изменяющих психологическое состояние человека (табака, алкоголя), называется...?
4. В какое время суток лучше всего принимать солнечные ванны?
5. Назовите основной метод развития физического качества гибкость ...?

Список рекомендованной литературы и электронных ресурсов

1. Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации - <https://fssp.gov.ru/4618/>
2. Виленский, М.Я. Физическая культура. 5-7 классы: учебник/ МЛ.Виленский. - М.: Просвещение, 2019.
3. Лях В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы/ В.И. Лях. - М. Просвещение, 2009.
4. Методические рекомендации «Механизм формирования здорового образа жизни и антидопингового мировоззрения среди всех участников образовательных отношений» <http://xn--b1atfbadk.xn--plai/files/ioe/documents/09WkTRRY2XPEG6NTVILI.pdf>
5. Никифоров, А.А. Предметные олимпиады 7-11 классы. Физическая культура. /А.А. Никифоров, Н.С. Серeda. - Вол-д: «Учитель», 2020.
6. Погадаев ГМ. Физическая культура 7-9 классы: учебник/ Г.И. Погадаев. - М.: Дрофа, 2019.
7. Положение о Всероссийских спортивных соревнованиях (играх) школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры» 2020-2021 учебного года - <http://фцомофв.рф/news/post/446/>
8. Твой олимпийский учебник: учебное пособие для олимпийского образования России. 27-е издание, перераб. и дополн./ В.С.Родиченко и др. — М.: Советский спорт.
9. УМК Физическая культура. Лях В.И. (5-9) 7 класс - М. Просвещение, 2020.
10. УМК Физическая культура. Матвеев А.П. (5-9) 7 класс - М.Просвещение, 2021.
11. <https://www.gto.ru/>
12. <https://ru.wikipedia>
13. https://aif.ru/sport/person/frontoviki-chempiony_legendarnye_sovetskie_sportsmeny_proshedshie_voynu
14. [otchestvennoj-borcy-plovcy-grebcy-voynu](https://aif.ru/sport/person/frontoviki-chempiony_legendarnye_sovetskie_sportsmeny_proshedshie_voynu)