

«УТВЕРЖДАЮ»

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

Н.С. Федченко

2021 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» 2020/2021 учебного года**

Москва 2021 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» 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 2021 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 классов-команд и учителей физической культуры.

## Содержание

1. Общие положения	4
2. Характеристика теоретического конкурса	7
3. Отборочный этап теоретического конкурса	8
4. Финальный этап теоретического конкурса	13
5. Список рекомендованной литературы и электронных ресурсов	15

## 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.

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

В IV этапе Президентских состязаний участвуют:

– городские классы–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 классы-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 – 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 классы-команды – 12 человек (6 юношей и 6 девушек), сельские классы-команды – 6 человек (3 юноши и 3 девушки).

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

Все участники класса-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 – 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 класса-команды.

Тестирование каждого участника класса-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 по результатам тестирования.

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

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

В финалы, которые проводятся отдельно, выходят 6 городских и 6 сельских классов-команд субъектов Российской Федерации и все принимающие участие классы-команды государств-участников СНГ.

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

#### *Рекомендации по подготовке к отборочному этапу*

В указанных темах 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. Чему равняется один «стадий» ...?
2. Первые Олимпийские зимние игры проводились в ... году
3. Авторство олимпийского девиза «Быстрее, выше, сильнее»



*принадлежит ...*

4. Термин «Олимпиада» означает ...
5. Спортсмены какой международной организации спортсменов-инвалидов не принимают участие в Паралимпийских играх и проводят свои международные олимпийские соревнования...
6. 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 молодежная 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 государств-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 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 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...?*

#### **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, естественно–научные основы физической культуры и спорта, отражение вопросов физической культуры и спорта в народном, изобразительном, музыкальном и литературном творчестве.

Финалы проводятся отдельно для городских и сельских классов-команд в соответствии с графиком проведения: в первый день финального этапа - сельские классы – команды, во второй - городские классы – команды.

*Финальный этап проводится в форме интеллектуально-творческой игры «Путь к Победе».* Победитель определяется по наибольшему количеству набранных баллов. Максимальное количество баллов в финале - 40. В случае одинакового наибольшего количества набранных баллов классами-командами проводится дополнительный раунд среди капитанов.

В финале проводится 6 раундов.

Перед началом финала проводится жеребьевка. Каждая команда получает свой порядковый номер, который определяет очередность ответов в раундах 1, 2, 4, 6.

**Раунд 1. «Друг друга поддерживать - победу одерживать».** 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 «Кто теорией владеет, тот себя преодолет».** Каждая команда отвечает на вопрос по темам «Развитие спорта в дореволюционной России, СССР, государствах-участниках СНГ»; «Достижения советских, российских спортсменов и спортсменов государств-участников СНГ на Олимпийских играх и международной арене». На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

**Раунд 3 «Рукой победишь одного, а головой - тысячи».** 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 5 минут. Максимальное количество баллов - 10.

**Раунд 4 «Побеждает тот, кто смело вперед идет».** Каждая команда отвечает на вопрос по темам «Физкультурно-спортивная деятельность обучающихся», «Физическая (двигательная) активность обучающихся». На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 5.

**Раунд 5 «Победа любит старание».** Каждая команда выполняет задание по дешифровке сообщения по теме «Олимпийские игры и олимпийское движение». На выполнение задания отводится 5 минут. Максимальное количество баллов - 10.

**Раунд 6 «Побеждает тот, у кого больше выдержки».** Каждая команда отвечает на вопрос по метапредметному разделу. На обсуждение вопроса отводится 1 минута. Максимальное количество баллов - 7.

Общее время проведения интеллектуально-творческой игры «Путь к Победе» -120-150 минут.

## 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/ М.Я. 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--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/O9WKTRRY2XPEG6NTV1LI.pdf>
5. Никифоров, А.А. Предметные олимпиады 7-11 классы. Физическая культура. /А.А. Никифоров, Н.С. Серeda. - Вол-д: «Учитель», 2020.
6. Погадаев Г.И. 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](https://aif.ru/sport/person/frontoviki-chempiony_legendarnye_sovetskie_sportsmeny_proshedshie_voynu)

14. <https://www.sovsport.ru/articles/978389-sportsmeny-v-gody-velikoj-otechestvennoj-borcy-plovcy-grebcy-voiny>