

**Методические рекомендации по подготовке учащихся
к всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая
культура»**

*Мычелкина Ирина Геннадьевна
старший преподаватель кафедры
общего и профессионального образования
КГАУ ПО «Камчатский институт развития образования»*

Различные этапы предметных олимпиад дают ценные материалы для суждения о степени подготовленности учащихся к ним, выявляют наиболее одаренных и подготовленных обучающихся в той или иной предметной области, а также стимулируют углубленное изучение предметов. Основной целью для педагога при подготовке к олимпиаде по физической культуре является выявление талантливых ребят, развитие интереса к изучению предмета, повышение интеллектуального уровня и создание необходимых условий для поддержки одаренных детей.

В отличие от конкурсов, написания рефератов или исследовательских работ, олимпиады охватывают более широкий круг знаний по тому или иному школьному курсу и способствуют формированию более широкой эрудиции, к чему так стремится любой учитель.

В предметных олимпиадах основой успеха является не сумма конкретных знаний учащегося, а его способность логически мыслить, умение создать за короткий срок достаточно сложную и, главное, новую для него задачу. Решая ее выявляются творческие способности обучающихся, их умение нестандартно мыслить, так как олимпиадные задания в значительной степени отходят от стандартных заданий школьного уровня [1].

Олимпиадная задача по любому предмету – это задача повышенной трудности, нестандартная как по формулировке, так и по методам решения.

Для успешного выполнения заданий необходимо, анализировать условия нестандартных задач, разбивать задания на известные подзадачи. Основной трудностью для участников олимпиады является неумение пользоваться анализом для поиска решения, комбинирование известных способов решения.

В соответствии с Порядком проведения Всероссийской олимпиады школьников, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18 ноября 2013 г. № 1252 олимпиада включает в себя четыре этапа: школьный, муниципальный, региональный и заключительный.[3]

Олимпиада школьников по предмету «Физическая культура является одной из инновационных форм физического воспитания детей и подростков. В программе олимпиады по предмету «Физическая культура» предусмотрены два вида испытаний теоретико - методическое и практическое, включающее помимо базовых видов школьной программы также и вариативную часть.[2]

Каждый этап Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» представляет собой конкурсное испытание учащихся основной и средней школы: отдельно для мальчиков и девочек в своих возрастных группах. В соответствии с этапом проведения олимпиады эти группы делятся на учащихся 5-6-х классов, 7-8-х классов и 9-11-х классов. Конкурсное испытание состоит из заданий теоретико-методического и практического характера. Теоретико-методическое задание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней школы по образовательной области «Физическая культура».[4]

2 тур - практические испытания, заключаются в выполнении упражнений основанных на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования углубленного уровня по

предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол, футбол, флорбол, лыжи.

Многолетний опыт участия учеников в олимпиаде разного уровня и ранга показывает, что школьникам для успешного выступления требуется отдельная от урочной деятельности, особая подготовка, так как при организации и проведении олимпиад, предпочтение отдается оригинальным идеям, решениям тех или иных проблем с четким их обоснованием, выбору оптимального метода выполнения задания, аргументированным выводам и т. д. К тому же участникам олимпиад часто предлагаются задания не только с использованием программных понятий и законов, но и такие задания, которые выходят за рамки учебных программ даже углубленного изучения предмета.

Как добиться успешного участия школьника в олимпиаде? Для успеха нужно решать нестандартные задачи. Успех связан не только со способностями, но и со знанием классических олимпиадных заданий. Чтобы подготовить учащихся к участию в олимпиаде по физической культуре, учителю необходимо вести кружки, факультативы, проводить большую подготовительную работу, подбирать и выполнять различные задания олимпиадного типа, как теоретического, так и практического тура. Для подготовки школьников к олимпиаде следует найти индивидуальный подход к каждому ученику и основной упор делать на самостоятельную работу обучающегося: творческий поиск (чтение научной и научно-популярной литературы, самостоятельное решение задач, поиск информации в Интернете и т.д.).

Можно выделить следующие виды работы:

- индивидуальная работа - когда учитель принимает решение о выборе методики в зависимости от способностей и знаний ученика.

- групповая работа - систематическая работа, проводимая с достаточно постоянным коллективом учащихся - факультативы, кружки, спецкурсы, элективные курсы.

В процессе таких занятий происходит расширение и углубление знаний, развитие интереса учащихся к предмету, развитие их предметных способностей. Процесс обучения строится как совместная исследовательская деятельность учащихся.

- Массовая работа - эпизодическая работа, проводимая с большим детским коллективом - вечера, предметные недели, конкурсы, соревнования и мини олимпиаду, с применением ИКТ в современном учебном процессе. Использование информационно - коммуникационных технологий во внеклассной работе дает возможность для повышения мотивации обучения, индивидуальной активности, формирования информационной компетенции, свободы творчества, интерактивности обучения. Они способствуют реализации принципа индивидуализации обучения, столь необходимого для одаренных учащихся, при подготовке к олимпиаде. Следует рекомендовать обучающимся сайты для использования, содержащие теоретический материал по разнообразным темам, олимпиадные задачи с подробным решением.

Проведению олимпиад должна предшествовать длительная подготовка обучающихся к ним. Как показывает опыт, процесс подготовки к олимпиадам должен начинаться с начала учебного года.

Лучшая подготовка к олимпиаде по физической культуре – серьезные систематические занятия. Подготовку необходимо начинать с начальной школы, решая на уроках и задавая на дом задачи повышенного и высокого уровня по физической культуре, которые развивают учащихся. Постепенно выделяется группа ребят, которые заинтересованы в этой работе. И если в классе есть несколько одаренных детей, то с ними необходимо организовать занятия на развитие их одаренности.

После выявления самых "звездных" школьников надо продолжать работать с ними уже индивидуально.

При подготовке школьников к олимпиаде нужно применять разнообразные формы и методы работы. Практика показала, что более всего в работе подходят следующие формы работы:

- убеждение учащихся и их родителей в необходимости раскрытия внутреннего потенциала ребёнка;
- применение индивидуальных заданий на уроках;
- работа по индивидуальным планам;
- дополнительные занятия в спортивных секциях;
- привлечение детей к подготовке и проведению внеклассных мероприятий;
- организация соревновательной практики;
- подготовка судей по спорту, физоргов класса, инструкторов гимнастики до занятий.

Некоторые направления работы по подготовке учащихся к олимпиаде включают работу на уроке - решение олимпиадных задач, связанных с темой урока. На уроке всегда можно найти место заданиям, развивающим ученика, причем в любом классе, по любой теме. Если выполнять действия по порядку, на это потребуется очень много времени. А время на олимпиадах очень ценно. Поэтому ученик, нашедший быстрое решение заданий, экономит время на решение других заданий.

Задачи и кроссворды на уроке, применяются для развития интереса к решению нестандартных задач. Например, в программу урочных занятий можно включать занимательные задачи на вычисление собственного весоростового индекса, показатели весоростового индекса ученика, перечисление, соответствие.

Один из путей подготовки к олимпиадам - домашние задания типа "Составьте кроссворд", «Придумайте задание на соответствие; схемы к

комплексу гимнастической гимнастики». Так же можно предложить домашние олимпиады, используя олимпиадные задачи прошлых лет.

Роль учителя в подготовке детей к олимпиаде по физической культуре огромна. В первую очередь учитель должен использовать дополнительную литературу, для того, чтобы ученик смог постигать новое и новое (см. приложение). С помощью знаний учителя, умением методически правильно поставить перед учеником задачу посильную ученику, и после её решения вызвавшую чувство победы, ученик с большим азартом будет заниматься предметом заинтересовавшим его. Интерес ученика к получению знаний в той или иной области позволяет развить у него нестандартность мышления, что является очень актуальным на данном уровне развития общества. Умение логически не стандартно мыслить поможет подрастающему члену общества занять достойное место в этом обществе.

При подготовке к олимпиаде важны следующие принципы:

- максимальная самостоятельность – предоставление возможности самостоятельного решения заданий.
- активность знаний;
- задания опережающего уровня сложности.
- анализ результатов прошедших олимпиад;
- индивидуальный подход;
- психологический принцип.

Неприемлем принцип «административного давления» с целью удержать ученика, заставить его участвовать в олимпиаде по предмету. Это не принесет должного результата. Сам учитель должен быть образцом для ребёнка. Должен постоянно расти в профессиональном смысле, быть интересным ребятам, пользоваться авторитетом, не считаться с личным временем для дела. Тогда ученик стремиться, не подвести своего учителя. В итоге, подготовка к олимпиаде по физической культуре будет более эффективной, если анализировать результаты олимпиад по физической культуре предыдущих лет с целью

выявления сильных и слабых сторон физической и технической подготовленности; уточнять сенситивные периоды развития физических качеств юношей и девушек старшего школьного возраста; производить отбор средств физической подготовки, способствующих улучшению результатов в выполнении конкурсных заданий олимпиады по физической культуре; разработать программы подготовки к олимпиаде по физической культуре.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- Подготовка к успешному участию ученика в олимпиаде по физкультуре – это индивидуальная работа учителя и ученика. Начните с того, что определитесь, кто из учащихся проявляет интерес именно к вашему предмету, возможно, связывает область знаний с будущей профессией. Это станет дополнительным стимулом для ребенка при подготовке к олимпиаде, позволит ему решать сразу несколько задач: подготовиться к олимпиаде, расширить свои знания в предмете, уточнить свой будущий выбор. Помните, что участие в олимпиаде для учащегося – дело добровольное! Если учитель работает в классе давно, то таких учеников он знает, так как на его уроке они проявляют свои способности. Труднее, если учитель берет новый класс или, такой опыт есть во многих школах, учитель работает с группой детей, в том числе из классов, в которых сам не преподает. Тогда педагог может: провести беседу с учителями предметниками смежных дисциплин на предмет выявления учащихся с особыми образовательными способностями, обратиться к результатам мониторинга выявления одаренности, который ведется в каждой школе.
- Проведите беседу с самим учеником, чтобы прояснить такие вопросы как: готов ли он начать подготовку к участию в олимпиадах, имеет ли он свободное время для дополнительных занятий? Это должен быть выбор ребенка! Не настаивайте на его участие в олимпиаде, если он не

проявляет к этому интереса, поймите его, ваш предмет это не единственная сфера его интересов. Хорошо, если в разговоре педагога и ученика примут участие и родители ребенка, ведь их поддержка, а где-то и помощь очень необходимо в данном случае (потребуется распечатывать материалы, приобрести литературу, необходим доступ к сети Интернет и пр.). Иногда в процессе такой беседы выясняется, что у ребенка есть проблемы со здоровьем и серьезные дополнительные учебные нагрузка при подготовке его к олимпиадам скажутся на здоровье ребенка не лучшим образом.

- Если у ученика нет опыта участия в олимпиаде, то начинать подготовку к ним надо как можно раньше, за несколько месяцев. Ребенок должен идти на олимпиаду подготовленным, он должен знать, что его ждет, какие типы заданий будут включены в олимпиадные материалы. Он должен быть знаком с правилами проведения олимпиады, например с таким требованием, что нельзя пользоваться сотовым телефоном. Это позволит ученикам избежать ненужных стрессов, равномерно распределить время для подготовки.
- Разработайте и подготовьте дидактические материалы, чтобы ученик мог использовать их для самостоятельной работы, а у учителя получать консультации.
- Спланируйте работу свою и ученика при подготовке к олимпиаде, определите время групповых и индивидуальных занятий, консультаций. Определите последовательность изучения тем, выполнение заданий, так как ребенок при подготовке к успешному участию в олимпиаде должен изучить школьную программу раньше своих одноклассников, плюс изучить ряд тем, не входящих в программу общеобразовательных школ. Как считают организаторы заключительного этапа Всероссийской олимпиады школьников, ученик 9 класса, претендующий на призовое место в заключительном этапе

должен изучить по предмету программу профильного уровня старшей школы.

- Используйте при подготовке к Всероссийской олимпиаде школьников возможности дистанционных олимпиад по физической культуре. Это позволит ученикам проверить свои силы, увидеть слабые и сильные стороны при подготовке к основной Всероссийской олимпиаде, расширит их знания по предмету, так как при участии в дистанционных олимпиадах учащиеся пользуются дополнительными источниками информации, ЭОР.;
- Хвалите своих учащихся, участников олимпиадного движения, даже если они не стали призерами, любой результат ребенка, показанный им, достоин уважения и должен быть отмечен преподавателем. Проанализируйте вместе с ребенком выполненную им олимпиадную работу (через анализ заданий), разберите допущенные ошибки, спланируйте дальнейшую работу по подготовке к олимпиадам. Постарайтесь убедить ученика, что его труд по подготовке к олимпиаде не пропадет зря, покажите ему, где он может использовать свои знания.
- Занимайтесь самообразованием, сами расширяйте свои знания в различных областях знаний, ведь науки не стоит на месте. Многие олимпиадные задания сложны даже для учителей. Чтобы вырастить достойного участника олимпиадного движения учитель должен сам обладать глубокими знаниями своего предмета.
- Важно знакомить школьников со структурой работы и методическими рекомендациями к Олимпиаде, банком олимпиадных заданий расположенных на информационном сайте рус. Олимпа.
- Для подготовки школьников к успешному выполнению практико-ориентированных заданий педагогам необходимо шире использовать работу с разными источниками информации, в полном объеме выполнять программные практические работы, задания на опережающее обучение.

- Развивать регулятивные навыки школьников для оптимального распределения времени на выполнение заданий олимпиады. Разработайте и подготовьте дидактические материалы, чтобы ученик мог использовать их для самостоятельной работы, а у учителя получать консультации. В комплект дидактических материалов могут входить: гипертекстовые приложения, которые в сжатой, доступной форме излагают содержание курсов предмета по всем темам, включаемым в олимпиадные задания, в том числе и те материалы, которые не входят в школьную программу; олимпиадные задания, как по темам, так и тексты олимпиады. Архив таких заданий, включает задания всероссийской, региональной, муниципальной олимпиады, ключи к заданиям; рекомендации для выполнения отдельных видов олимпиадных заданий, схемы, таблицы; электронные образовательные ресурсы, для подготовки к олимпиадам.

Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» всецело реализует цель и направленность физической культуры детей школьного возраста – способствовать всестороннему развитию личности школьника[5].

Рекомендуемая литература для подготовки к олимпиаде по физической культуре:

1. А. В. Каинов « Физическая культура.9-11 классы. Организация и проведение олимпиад». Данное пособие содержит рекомендации по проведению олимпиад, примерные задания практической части и тесты для теоретической части.
2. А.П. Матвеев «Экзамен по физической культуре», Москва, 2002 г. Сборник вопросов и ответов для подготовки к государственным аттестационным экзаменам по физической культуре разработан в соответствии с Обязательным минимумом содержания образовательной области "Физическая культура"
3. И.А. Марченко, В.И Шлыков. «Физическая культура. 9 – 11 классы. Задания для подготовки к олимпиадам». Пособие содержит олимпиадные задания по физической культуре для учащихся 9-11 классов. Представлены разнообразные по степени сложности теоретические задания: на определение правильности суждения, с подбором терминов к определениям, тесты с одним и несколькими правильными ответами. Практические задания предполагают выполнение упражнений по разделам: гимнастика, легкая атлетика и спортивные игры. Использование материала обеспечивает формирование у школьников предметных умений, метапредметных универсальных учебных действий, личностных качеств в условиях перехода к ФГОС ООО.
4. Лагутин А.Б., Михалина Г.М. «Гимнастика в вопросах и ответах»: учеб. пособие. В пособии представлен учебный материал, раскрывающий в форме кратких ответов на поставленные вопросы, задачи, содержание и методику преподавания массовых видов гимнастики.

5. Н.Н. Чесноков, В.А. Кузин «Физическая культура. Олимпиада». Книга представляет собой сборник документов и методических рекомендаций по организации и проведению олимпиад школьников по предмету "физическая культура".
6. Н.Н. Чесноков, В.Ф. Балашова, Д.А. Володькин Научно – методический журнал «Физическая культура в школе» № 2, 2016г. статья. « 16 ВОШ по предмету « Физическая культура», стр.23
7. С.Б. Киселева, П.А. Киселев «Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам». В этом пособии - представлены материалы для углубленного изучения школьниками основ знаний по предмету "Физическая культура"; подобран материал по технике исполнения тех видов спорта школьной программы, по которым проводятся контрольные испытания на олимпиадах; собраны воедино по тематике тестовые вопросы и ответы, соответствующие требованиям к уровню знаний выпускников основной и средней (полной) школы по образовательной области "Физическая культура" на основе опыта проведения всероссийских, региональных и городских олимпиад; разработаны новые формы задаваемых вопросов; представлены документы и методические рекомендации для организации и проведения олимпиад на школьном и районном уровне.
8. Сайт <http://www.rosolymp.ru/>
9. Сайт <http://pedsovet.org/publikatsii/fizicheskaya-kultura/material-dlya-podgotovki-k-olimpiade-po-fizicheskoy-kulture>
10. Сайт <http://fizkultura-na5.ru/testy-po-fk.html>
11. Сайт Андрея Кириленко школа 2:0 <http://pandia.ru/text/78/289/4320.php>

Библиографический список

1. Подготовка к олимпиаде [Электронный ресурс] // Форум управления образования Приуральского района: – [сайт]. – URL: <http://forum.priurale.ru/index.php?topic=57.0#top> (дата обращения 11.04.17)
2. Чесноков Н.Н., Володькин Д.А. «Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура – инновации в физическом воспитании» журнал «Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки» [Электронный ресурс] // CIBERLENINKA – [сайт]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/vserossiyskaya-olimpiada-shkolnikov-po-predmetu-fizicheskaya-kultura-innovatsii-v-fizicheskom-vospitanii> (дата обращения 13.04.17)
3. Приказ Минобрнауки России от 18 ноября 2013 г. №1252 « Об утверждении порядка проведения всероссийской олимпиады школьников» [Электронный ресурс] // МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ – [сайт]. – URL: <http://минобрнауки.рф/документы/676> (дата обращения 11.04.17)
4. Методический сайт всероссийской олимпиады школьников по физической культуре [Электронный ресурс] – [сайт]. – <http://olymp.apkpro.ru/mm/mpp/fk.php> (дата обращения 21.03.17)
5. Как подготовить учащихся к участию в олимпиадах [Электронный ресурс] – [сайт]. – <https://doc4web.ru/pedagogika/kak-podgotovit-uchaschihsya-k-uchastiyu-v-olimpiadah.html>
6. Голобородько А. А. Методические рекомендации «Как подготовить детей к олимпиаде?» [Электронный ресурс] // Контент-платформа Pandia.ru – [сайт]. – URL: <http://pandia.ru/text/78/289/4320.php> (дата обращения 05.04.2017).