

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Брянский городской лицей №2 им. М. В. Ломоносова»

Выписка
из основной образовательной программы основного общего образования

«РАССМОТРЕНО»
Методическим советом
Протокол от 28.08.2023 г. №1

«СОГЛАСОВАНО»
заместитель директора по УВР
Е. В. Воронцова 29.08.2023 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Подготовка к предметной олимпиаде»
на 2023 – 2024 учебный год

Составители программы
Учителя физической культуры
. А.В. Лучин
Е.В. Федяева
С.М. Румянцева
О.В. Крюкова

Выписка верна 29.08.2023 г.

Директор лицея

А. В. Напреенко



г. Брянск 2023

Пояснительная записка

В 1999-2000 учебном году Министерство образования Российской Федерации впервые включило физическую культуру в перечень учебных предметов, по которым проводится Всероссийская олимпиада школьников. Приказом Министра образования был утвержден состав оргкомитета олимпиады и состав соответствующих предметных комиссий.

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 двух туров. 1 тур – это задания теоретико-методического и практического характера. Они заключаются в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов включает материал, выходящий за рамки учебных программ по образовательной области «Физическая культура».

2 тур - практические испытания, которые 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».

В программу олимпиады включены две группы заданий, выбранных из содержания практического и теоретико-методического разделов учебной программы по физической культуре. Практические задания заключаются в выполнении упражнений из разделов: гимнастика, спортивные игры и легкая атлетика. Проверка подготовленности участников олимпиады по каждому разделу осуществляется в соответствии с разработанными правилами и регламентом конкурсных испытаний.

В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации победители Всероссийской олимпиады, выявленные в ходе проведения регионального, и заключительного этапа, получают преимущественное право на зачисление в центральные высшие учебные заведения в области физической культуры, а победители региональные или федеральные высшие учебные заведения.

Олимпиада представляет собой нечто большее, на сегодня имеет все признаки общественного движения, нацеленного на формирование высокой культуры тела, духа и разума современного человека. Олимпиада по физической культуре приобретает массовый характер, мотивирует в школьниках желание самостоятельно заниматься физическими упражнениями и стремиться к здоровому образу жизни. С каждым годом количество участников Всероссийских олимпиад школьников растет, что свидетельствует о повышении ее популярности, а основы подготовки учащиеся получают в школе благодаря своим учителям. Олимпиада - это наиболее эффективное средство развития, выявления способностей и интересов учащихся.

Различные этапы предметных олимпиад дают ценные материалы для суждения о степени подготовленности учащихся, выявляют наиболее одаренных обучающихся в той или иной предметной области, а также стимулируют углубленное изучение предметов. В отличие от конкурсов, написания рефератов или исследовательских работ, олимпиады охватывают более широкий круг знаний по тому или иному школьному курсу и способствуют формированию метапредметных результатов, к чему так стремится любой учитель.

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

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, комбинировать известные способы решения.

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.

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.

Методические рекомендации для учителей физкультуры

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.

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.

Подготовка к олимпиаде по физической культуре будет более эффективной, если учитель будет 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, самостоятельно разрабатывать программы подготовки к олимпиаде по физической культуре.

Описание работы по подготовке к олимпиаде по физкультуре

Для успешного участия школьника в олимпиаде нужно решать нестандартные задачи. 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 уровня 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-олимпиады и т.д.

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.

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

В программу занятий можно включать занимательные задачи на вычисление собственного весового индекса, перечисление, соответствие, решение математических задач. Кроссворды и ребусы применяются для развития интереса к решению нестандартных задач, решение олимпиадных задач, связанных с темой урока.

Один из путей подготовки к олимпиадам – разработка домашних заданий типа "Составьте кроссворд", «Придумайте задание на соответствие; «Составьте ребусы», «Разработайте электронные тесты», схемы к комплексы гимнастических комбинации, комбинаций к

спортивным играм», легкоатлетическая полоса препятствий, тематические презентации, доклады, рефераты, пиктограммы, определения и термины, так же олимпиадные задания прошлых лет.

Применение ИКТ для подготовки к олимпиаде по физической культуре

Работа по подготовке к олимпиадам часто строится с применением ИКТ в 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. Следует рекомендовать обучающимся сайты для использования, содержащие теоретический материал по разнообразным темам, олимпиадные задачи с подробным решением.

В своей практической деятельности я использую следующие электронные ресурсы:

<https://nic-snail.ru/users/edit>, <https://nic-snail.ru/calendar/-mezhdunarodnyy-konkurs-po-fizicheskoy-kulture-orlnok> на этих сайтах учащиеся могут пройти теоретические тесты и проверить свои знания по предмету в области физической культуры и спорта.

https://en.wikipedia.org/wiki/Physical_education на этом сайте учащиеся могут изучить и ознакомиться по всем необходимым вопросам теоретико - методической основы физкультурно-спортивной деятельности, медико – биологической основы двигательной деятельности, а также углубленно изучить материалы в область истории развития физической культуры и спорта, олимпийского движения нашей страны и других стран мира, а так же о спортсменах, наградах, видах спорта и т.д., о основах безопасности и жизнедеятельности и т.д.

<https://www.youtube.com/watch?v=cjPkuLDafVM> через данные видео можно проанализировать все технические элементы упражнений, практических заданий: гимнастика, спортивные игры, теоретико - методические рекомендации, различной степени сложности выполнения от регионального этапа до федерального (заключительного) этапа олимпиады.

<https://vk.com/olimpionicschool> В этом видео подробно рассказывается о содержании теоретико-методического задания регионального этапа ВСОШ по физической культуре. В видеоразборе подробно раскрываются представленные вопросы и критерии оценивания.

Кроме того, я создала собственный сайт учителя, который тоже успешно использую для подготовки обучающихся к предметной олимпиаде по физкультуре: <https://multiurok.ru/id37184888>. На моем сайте учащиеся могут пройти теоретические тесты и проверить свои знания по предмету в области физической культуры и спорта а также просмотреть все практические олимпиадные задания по гимнастике, спортивным играм и т.д.

<https://resh.edu.ru/subject/> на этом сайте учащиеся могут пройти теоретические тесты и проверить свои знания по предмету в области физической культуры и спорта а также просмотреть все практические олимпиадные задания по гимнастике, спортивным играм и т.д.

<https://tolkoexamen.ru/olimpiada-po-fizicheskoy-kulture-2021-2022-shkolnyj-etap-dlya-g-moskvy/#more-51019> контрольные измерительные материалы по физической культуре

Составление индивидуального маршрута для эффективной подготовке к олимпиаде

С целью повышения эффективности работы при подготовке школьников к выполнению олимпиадных заданий составляю индивидуальные маршрутные листы как для отдельных учеников, так и для различных возрастных групп. Пример одного из них дан ниже.

Индивидуальный план маршрута теоретико-практической подготовки учащихся 5-11 класс

Помимо уроков физической культуры, спортивных секций и кружков, с этими учащимися проводится подготовка по теоретическим основам и углубленному изучению таких видов спорта, как гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры

Помимо уроков физической культуры, спортивных секций и кружков, с этими учащимися проводится подготовка по теоретическим основам и углубленному изучению таких видов спорта, как гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры

Цель: подготовка учащихся к ВОШ и развитие профессиональной компетентности в вопросах подготовки обучающихся к участию в олимпиаде по физической культуре.

Для достижения поставленной цели мы ставим следующие задачи:

- систематизировать и актуализировать представления слушателей о специфике всероссийской предметной олимпиады школьников по физической культуре.
- ознакомить учащихся с эффективными формами организации образовательного процесса для подготовки к олимпиаде по физической культуре.

Для эффективной подготовки к олимпиаде важно, чтобы олимпиада не воспринималась как разовое мероприятие, после прохождения которого вся работа быстро затухает. Подготовка к олимпиаде должна быть систематичной, начиная с начала учебного года.

Теоретические и практические соревнования, направленные на подготовку к итоговым испытаниям и формированию навыков будущего результата. Данный план индивидуального соревновательного маршрута позволит провести отбор учащихся с высоким уровнем подготовки, которые в дальнейшем примут участие в муниципальных и региональных олимпиадах с высокими показателями.

Данная разработка поможет учащимся:

- проверить свои знания
- научиться работать с информацией, заданиями тестового и практического формата самостоятельно, через интернет источники, руководителя, и дополнительную научно-популярную литературу
- получить оценку своих знаний теоретико-практических этапов соревнования
- научиться стремиться к поставленной цели, через анализ собственных проб и ошибок
- отработать систему западающего у участника испытания и направить его на повышение собственного результата с помощью индивидуальных заданий, через решение задач от

простых к сложным, через домашние задания, помощи наставника (результативного учащегося) и руководителя (учителя).

Для разработки были использованы материалы по проведению Всероссийской олимпиады по физической культуре и положение о Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура»

№ п/п	Ф.И.О	Класс	Теория Оценка - баллы	Гимнастика (комбинация) Оценка - баллы	Спортивные игры (комбинация) Оценка – баллы	Лёгкая атлетика (полоса препятствий) Оценка - баллы	Примечание	Сумма баллов	Место
1.			Количество правильных ответов	Таблица стоимости элементов суммируются	Таблица Времени переводим в баллы	Таблица Времени переводим в баллы	Выявление типичных ошибок, анализ, работа над ошибками		

Подведение итогов:

По сумме очков, полученных по результатам выполнения теоретического и практического задания, определяются победители соревнования.

В личном первенстве определяются победители в отдельных видах программы.

Место участника при выполнении практического задания определяется по сумме очков, полученных по результатам выполнения отдельных упражнений.

В общем зачёте соревнования суммируются кол-во очков набранных в теоретическом туре и практическом. Победители определяются по наибольшей сумме набранных очков.

Участники соревнования девочки и мальчики оцениваются отдельно в испытании по гимнастике т. к акробатическая комбинация у участников разная по степени сложности и по количеству элементов.

Формы контроля и методы оценки ЗУН учащихся: Контроль готовности учащихся к участию в олимпиаде, оценка ЗУН в области физической культуры и спорта проводится согласно положению и рекомендациям о проведении школьного и муниципального, региональных этапов олимпиады: практическая часть – техничное выполнение упражнений и достижение высоких показателей двигательной подготовленности, теоретическая часть – выполнение тестов с результатом не менее 50% от максимального – муниципальный этап, региональный этап 85% и более. В нашей разработке «маршрутной карте», используются те же правила для оценки учащихся при подготовке к олимпиаде по физической культуре.

Важно знакомить школьников со структурой работы и методическими рекомендациями к Олимпиаде, банком олимпиадных заданий, расположенных на информационных сайтах.

Для подготовки школьников к успешному выполнению практико-ориентированных заданий педагогу необходимо шире использовать работу с разными источниками информации, в полном объёме выполнять программные практические работы, задания на опережающее обучение.

Участники программы: программа рассчитана на учащихся 5 – 11 классов, проявивших активность в учебном процессе, достигших высокого уровня физической подготовленности по всем разделам школьной программы и глубоким знаниям в области физической культуры и

спорта.

Срок реализации программы: 1 год.

Прогноз результатов реализации программы: В результате реализации программы, учащиеся получают возможность развивать **знания, умения и навыки** в области физической культуры и спорта, на основе демонстрации которых:

- будут выявлены наиболее талантливые школьники для участия в муниципальном этапе олимпиады по предмету «Физическая культура»;
- повысится уровень образованности учащихся в области физической культуры и спорта;
- повысится престиж и качество преподавания предмета «физическая культура».

Методическое обеспечение программы: подготовка к олимпиаде предполагает:

- индивидуальную работу с учащимися по совершенствованию физических качеств и технической подготовки по лёгкой атлетике, баскетболу, волейболу, футболу, гимнастике;
- индивидуальную работу с учащимися по теоретической части олимпиады – тестирование знаний в области теории физической культуры и спорта в открытой и закрытой формах;
- самостоятельную работу учащихся по решению тестов в области теории физической культуры и спорта (домашние задания).

Материально-техническое обеспечение: при подготовке учащихся к олимпиаде по физической культуре необходим чистый спортивный зал, спортивный инвентарь, учебный кабинет, учебная, научная и методическая литература (словари, справочники, познавательная литература, компьютерный класс, возможность выхода в интернет, сборники тестов.

Система организации подготовки учащихся к олимпиаде по физической культуре включает в себя следующие элементы:

Содержание программы теоретико-методическое и практическое

Введение: лёгкая атлетика (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Челночный бег 3*10м. Прохождение полосы препятствий. Решение теоретико -методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, определения и термины.

Введение: спортивные игры баскетбол (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Баскетбольная комбинация: ведение, остановки, броски. Решение теоретико -методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, определение и термины.

Введение: спортивные игры волейбол (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Волейбольная комбинация: подачи верхняя, нижняя по зонам, верхний-нижний приём-передача мяча на месте, в движении. Решение теоретико -методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.

Введение: спортивные игры футбол (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Футбольная комбинация: технические приёмы футбола. Решение теоретико -методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
Введение: спортивные игры флорбол (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Флорбольная комбинация: технические приёмы флорбола. Решение теоретико - методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, решение математических задач по предмету, термины и определения.
Введение: правила выполнения смешанной комбинации спортивные игры баскетбол флорбол. Технические приёмы. Решение теоретико - методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
Введение: Гимнастика, акробатика (история развития, классификация, основы, олимпийское движение, характеристика и т.д.). Акробатическая комбинация: элементы акробатики. Решение теоретико - методических тестов. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
<i>Культурно - исторические основы физической культуры:</i> -соотношение понятий «культура» и «физическая культура»; -отличительные признаки физической культуры; -смысл и взаимосвязь понятий «физическое развитие», «физическое воспитание», «физическая подготовка», «физическое совершенство»; -история возникновения и этапы развития физической культуры; -общая характеристика основных направлений использования физической культуры в современном обществе; -история Игр Олимпиады и современного спортивного движения. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
<i>Специфическая направленность физического воспитания:</i> -взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания; -смысл основных специфических задач, решаемых в процессе физического воспитания; -физические упражнения как средства физического воспитания, их содержание и техника; -использование естественных сил природы и гигиенических факторов в физическом воспитании. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
<i>Основы теории и методики воспитания физических качеств:</i> -общая характеристика физических качеств;

-способы оценки уровня развития силы, быстроты, выносливости, гибкости, координированности и их разновидностей;

-регламентация нагрузки и отдыха как основа методики воспитания физических качеств;

-влияние нагрузки и ее компонентов на процессы адаптации;

-методика воспитания основных физических качеств и их разновидностей.

Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.

Формы организации занятий в физическом воспитании:

-взаимодействие эффектов отдельных занятий физическими упражнениями как основа непрерывности физического воспитания;

-разнообразие форм занятий;

-характерные черты урочных форм занятий;

-особенности содержания самостоятельных тренировочных занятий общеукрепляющей, общеподготовительной и общеразвивающей направленности;

-особенности содержания утренней гигиенической гимнастики физкультурных минуток и пауз, микросеансов упражнений, физкультурно-рекреативных занятий, соревнований.

Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.

Основы теории и методики обучения двигательным действиям:

-двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании;

-умения и навыки как способы управления движениями, их отличительные признаки и закономерности формирования;

-особенности этапов обучения;

-роль подводящих, подготовительных и идеомоторных упражнений в процессе обучения;

-методы расчлененно-конструктивного и целостно-аналитического упражнения, избирательного и сопряженного воздействия в процессе обучения.

Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.

Методика решения некоторых частных задач физического воспитания:

-осанка и ее роль в процессе укрепления и сохранения здоровья;

-характерные признаки правильной осанки и методика ее формирования;

-общее представление о нормальном телосложении, возможности физического воспитания в процессе формирования желаемых параметров частей тела, методика увеличения мышечной массы;

-избыточная масса тела и ее влияние на состояние здоровья;

-причины, вызывающие тучность и ожирение;

-методика использования физических упражнений в процессе снижения избыточной массы тела.

Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
<i>Некоторые условия, способствующие решению задач физического воспитания:</i> -здоровый образ жизни, режим дня, рациональное питание, закаливание, основы личной гигиены, профилактика травматизма. Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.
<i>1. Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.</i> <i>2. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.</i> <i>3. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).</i> <i>4. Задания с графическими изображениями двигательных действий.</i> <i>5. Задание на установление правильной последовательности.</i> <i>6. Задание-кроссворд.</i> Д/З составить презентацию, кроссворд, ребус, электронный тест, пиктограммы, решение математических задач по предмету, термины и определения.

Тематическое планирование

№ зан я тия	Содержание занятий	Общее количество часов	Теория	Практика
1	4	5	6	7
1	Инструктаж. Формы организации занятий теории.	2	2	

2	Теоритические занятия, методиские рекомендации по выполнению	2	2	
3	Практическая подготовка по предмету. Выполнение теоретических заданий.	2	1	1
4	Анализ теоритеских заданий. Анализ практических заданий.	2	1	1
5	Теоретическо-методические задания. «Медицина».	2	2	
6	Теория: «опорно-двигательный аппарат». Практическая подготовка.	2	1	1
7	Практическая подготовка по предмету (акробатика).	2		2
8	Практическая подготовка по предмету (акробатика).	2		2
9	Практическая подготовка по предмету (баскетбол).	2		2
10	Теоретическо-методические задания»Олимпийские игры»	2		2
11	Практическая подготовка по предмету.Выполнение теоретических заданий	2		2
12	Выполнение теоретических заданий в открытой, закрытой форме	2	2	
13	Выполнение теоретических заданий на соотнесение понятий и определений	2	2	
14	Практическая подготовка по предмету(гимнастика)	2		2
15	Практическая подготовка по предмету(волейбол)	2		2
16	Анализ теоретических заданий муниципального этапа	2	2	

17	Анализ практических заданий муниципального этапа	2	2	
18	Практическая подготовка по предмету	2		2
19	Выполнение теоретических заданий процессуального или алгоритмического толка	2	2	
20	Практическая подготовка по предмету(спортивные игры)	2		2
21	Выполнение теоретических заданий в форме предполагающей перечисление	2	2	
22	Инструктаж по проведению регионального , всероссийского этапа олимпиады	2	2	
23	Анализ практико –теоретических заданий регионального этапа олимпиады	2	2	
24	Выполнение теоретических заданий с графическими изображениями двигательных действий	2	2	
25	Теоретическо- методические задания «Основы знаний по физической культуре»	2	2	
26	Тестирование теоретико- методических знаний в области физической культуры и спорта	2	2	
27	Практические задания по теме «Спортивные игры»	2		2
28	Выполнение теоретических заданий всероссийского этапа олимпиады	2	2	
29	Тестовый контроль знаний	2	2	

30	Тестирование практических заданий по гимнастике	2		2
31	Тестирование практических заданий по спортивным играм	2		2
32	Анализ практико – теоретических заданий школьного этапа олимпиады	2	2	
33	Анализ практико- теоретических заданий муниципального этапа олимпиады	2	2	
34	Анализ практико-теоретических заданий регионального этапа олимпиады	2	2	
	Итого:	68		

Рекомендуемая литература для подготовки к олимпиаде по физической культуре:

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.

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"

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.

«Гимнастика в вопросах и ответах»: учебное пособие. В пособии представлен учебный материал, раскрывающий в форме кратких ответов на поставленные вопросы, задачи, содержание и методику преподавания массовых видов гимнастики.

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".

Н.Н. Чесноков, В.Ф. Балашов, Д.А. Володькин Научно – методический журнал «Физическая культура в школе» № 2, 2016г.статья. «16 ВОШ по предмету «Физическая культура», стр.23

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.

Физическая культура: Учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» /Под общ. ред. А.Т. Паршикова, В.В. Кузина, М.Я. Виленского. – Москва: «Спорт Академ Пресс», 2003.

Физическая культура: Учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» /Под общ. ред. А.Т. Паршикова, В.В. Кузина, М.Я. Виленского. – Москва: «Спорт Академ Пресс», 2003.

Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 3-е издание, стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004.

Большая энциклопедия спорта /Е.Я. Гик и Научно – редакционный совет. – Москва: ОЛМА Медия Групп, 2007.

Физическая культура. Школьные олимпиады. 9 – 11 классы: Методическое пособие /авт.-сост.: А.П. Матвеев, А.А. Красников, А.Б. Лагутин. – Москва: Дрофа, 2002.

Олимпиада по предмету «Физическая культура». Методическое пособие. /Н.Н. Чесноков, В.В. Кузин, А.А Красников – Москва: Физическая культура, 2005.

Физическая культура. 9 – 11 классы: организация и проведение олимпиад. Рекомендации, тесты, задания /авт.-сост.: А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель, 2009.

Олимпийские задания по физической культуре. 9 – 11 классы /авт.-сост. И.Н. Марченко, В.К. Шлыков – Волгоград: Учитель, 2010.