**«Система подготовки учащихся к участию во всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре»**

Основными целями и задачами всероссийской олимпиады школьников по физической культуре является выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности, пропаганда научных знаний, совершенствование физических возможностей обучающихся, системы физических упражнений и форм занятий физическими упражнениями. Овладение предметным содержанием этой области предполагает активное вовлечение школьников в процесс совершенствования собственной физической природы, использование соревновательных отношений и самостоятельных занятий физическими упражнениями как средств и методов организации свободного времени и культурного досуга. Каждый этап Олимпиады по предмету «Физическая культура» проводится в 2 тура. Первый тур Олимпиады заключается в выполнении теоретико-методического задания. Второй тур заключается в выполнении практических испытаний основанных на содержании образовательных программ основного общего и среднего общего образования. Конкурсные испытания проходят раздельно среди юношей и девушек.

Теоретико-методические испытания.

А.Тестирование уровня знаний в области физической культуры и спорта является обязательным испытанием на всех этапах олимпиады и проводится во всех возрастных группах по тестовым вопросам. 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.

Б. Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

В. Задания на соотнесение понятий и определений (в дальнейшем задания «на соответствие»).

Г. Задания процессуального или алгоритмического толка.

Д. Задание в форме, предполагающей перечисление известных фактов, характеристик и тому подобного.

Е. Задания с графическими изображениями двигательных действий. .

В практические испытания входят: акробатическая комбинация, комбинация комбинированных спортивных игр, лёгкая атлетика (бег на выносливость), комбинации по прикладной физической культуре.

Как показывает практика, для успешного участия детей в олимпиаде важны не только знания и умения детей, но и правильная организация работы педагога.

Роль учителя - разглядеть и раскрыть талант ребёнка, активизировать познавательный интерес и подвести учащихся к достижению высоких результатов в олимпиаде. Ребёнка можно научить побеждать, если у него есть определённые природные данные: хорошо развита логика, цепкая память, он имеет более интеллектуальные и физические способности, а также целенаправленная систематическая работа над развитием данных качеств На основе собственного опыта хочу поделиться алгоритмом подготовки к олимпиадам:

Отбор учащихся.

Во- первых, провожу отбор среди учащихся, которые посещают спортивные секции и участвуют в различных соревнованиях.

К участию в олимпиадах привлекаю уже с 5 и 6 класса. И уже к 9-му классу выделяю группу опытных и подготовленных учащихся, которые способны конкурировать и защищать честь лицея на муниципальном и региональном этапе олимпиады. Несмотря на то, что основной формой подготовки школьников к олимпиаде является индивидуальная работа, наличие такой группы имеет большое значение. Она позволяет реализовать взаимопомощь, передачу опыта участия в олимпиадах, психологическую подготовку новых участников.

При подготовки к теоретическому туру я использую различные материалы:

1.Задания прошлых лет регионального и заключительного этапа с методического сайта Всероссийской олимпиады,

2 . Материал учебников по физической культуре базового и углублённого уровней.

3. Мной были разработаны онлайн тесты для углубленной проработки теоретических знаний <https://testmoz.com/q/5405626>, <https://testmoz.com/10188150/admin/publish>

Отдельно организую работу с терминами по предмету «физическая культура».

Задаю домашние задания в формате олимпиадных заданий, например, составить кроссворд или тест на определённые темы.

Обязательно провожу индивидуальные консультации по вопросам, вызывающим затруднения.

В подготовке по гимнастике использую

1.Видео материалы прошлых лет, а так же видеофрагменты из сети интернет.

2. Отрабатываем акробатические элементы и акробатические связки.

3. На уроках учащиеся составляют акробатические комбинации, от простых до самых сложных по уровню подготовленности.

4. На спортивных секциях и дома ученики выполняют упражнения на гибкость.

Для подготовки комбинированных спортивных игр применяю

Различные спортивные комбинации, разработанные для муниципального, регионального и заключительного этапа.

На индивидуальных занятиях отрабатываем ведение, передачи и броски мяча, обводка конусов, удары по воротам, подачи мяча в различные зоны волейбольной площадки.

В свободное от уроков время участники олимпиады приходят в спортивный зал и работают самостоятельно над отработкой того или иного игрового двигательного действия

Немаловажна и роль родителей участников олимпиады, которые поддерживают усилия и старания своего ребёнка, контролируют, выполняют рекомендации и советы педагога.

При подготовке учащихся к олимпиаде я придерживаюсь нескольких принципов.

1. Максимальная самостоятельность учащихся.

Самые прочные знания это те, которые добываются собственными усилиями, в процессе работы с литературой при решении различных заданий.

2. Анализ результатов прошедших олимпиад.

Этот принцип обязателен как для учителя, так и для учащихся, так как способствует повышению прочности знаний и умений, развивает умение анализировать не только успехи, но и недостатки.

3. Психологический настрой.

Хотя ребята постоянно участвуют в различных соревнованиях, в школьных мероприятиях, в спортивных праздниках, важно дать ребёнку нужные советы, рекомендации, чтобы он не потерялся в трудной ситуации, настроился на победу. Надо учить детей верить в свои силы, верить в то, что они способны побеждать.