



Программа занятий интенсивного курса подготовки к муниципальному этапу ВсОШ
по физической культуре для 7–11 класса

№	Тема занятия	Тип занятия	Содержание занятия
1	Вводное занятие	Семинар	Знакомство с форматом и со спецификой разных типов заданий ВсОШ по физической культуре. Демонстрация примеров заданий. Мотивация для участия в олимпиаде.
	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • вводное тестирование (для определения исходного уровня знаний учащихся); • ознакомление с электронной образовательной платформой АПО; • ознакомление с сайтом: https://vos/olimpiada.ru; • типовые задания этапов ВсОШ по физической культуре. 		
2	История Олимпийских игр	Лекция	История возникновения Олимпийских игр. Древнегреческие агоны. Виды спорта на Олимпийских играх. Олимпийские чемпионы. Разбор терминов, относящихся к истории Олимпийских игр в Древней Греции. Роль Пьера де Кубертена в возрождении Олимпийских игр. Создание и развитие МОК. Россия в олимпийском движении. Олимпийские символы. Олимпийские чемпионы. История возникновения зимних Олимпийских игр. Появление паралимпийского движения. Предстоящие Олимпийские игры.





	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чтение «Твой олимпийский учебник»: учеб.пособие для олимпийского образования/ В.С. Родиченко и др.; • чтение «Физическая культура. 10-11 классы»: учеб.для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях-6-е изд.(2019); • тестирование «Античные Олимпийские игры»; • тестирование «Современные Олимпийские игры»; • тестирование «Международный Олимпийский комитет: история создания, члены, правила, обязанности»; • домашнее задание «История Олимпийских игр» (предоставляется в личном кабинете на электронной образовательной платформе, проверяется преподавателем кафедры физической культуры АПО). 		
3	Гимнастика	Практикум	Определение качества выполнения элементов группы. Оценка уровня гибкости и координации учащихся.
	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • типовые практические задания для подготовки к этапам ВсОШ 		
4	Термины физической культуры и спорта	Лекция	Подробный разбор всех терминов физической культуры, которые встречаются в заданиях ВсОШ. Цель и задачи физического воспитания. Средства и методы физического воспитания.
	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чтение «Физическая культура. 10 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др., 2003; • чтение «Физическая культура. 11 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др., 2003; • тестирование «Термины физической культуры и спорта»; • решение заданий по пособию «Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «физическая культура»: методическое пособие/ Н.Н. Чесноков (2019); 		





	<ul style="list-style-type: none"> домашнее задание «Термины физической культуры и спорта» (предоставляется в личном кабинете на электронной образовательной платформе, проверяется преподавателем кафедры физической культуры АПО). 		
5	Полоса препятствий	Практикум	Прохождение полосы препятствий, изучение наиболее эффективного способа прохождения. Исправление ошибок при прохождении полосы.
	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> типовые практические задания для подготовки к этапам ВсОШ. 		
	Физические качества	Лекция	Разбор пяти физических качеств. Способы их воспитания. Сенситивные периоды их развития. Факторы, определяющие уровень развития физических качеств. Зависимость физических качеств от уровня их развития. Тесты, позволяющие определить уровень физических качеств.
6	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> тестирование «физические качества и связанные с ними способности»; решение заданий по пособию «Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «физическая культура»: методическое пособие/ Н.Н. Чесноков (2019); чтение «Физическая культура. 10 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); чтение «Физическая культура. 11 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); чтение «Физическая культура. 10-11 классы»: учеб.для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях-6-е изд.(2019); домашнее задание «Физические качества» (предоставляется в личном кабинете на электронной образовательной платформе, проверяется преподавателем кафедры физической культуры АПО). 		





7	Гимнастика	Практикум	Обучение гимнастическим элементам, связкам и комбинациям. Исправление ошибок в технике.
	Материалы методического сопровождения: <ul style="list-style-type: none"> • типовые практические задания для подготовки к этапам ВсОШ. 		
8	Виды спорта	Семинар	Изучение правил футбола, легкой атлетики, волейбола, баскетбола, хоккея на траве, гандбола, хоккея с шайбой, хоккея с мячом, водного поло и других игр. Размеры площадок. Время игры.
	Материалы методического сопровождения: <ul style="list-style-type: none"> • чтение «Физическая культура. 10-11 классы: учеб.для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях-6-е (2019); • правила видов спорта; • домашнее задание «Виды спорта» (предоставляется в личном кабинете на электронной образовательной платформе, проверяется преподавателем кафедры физической культуры АПО). 		
9	Полоса препятствий	Практикум	Закрепление навыков, полученных на предыдущем занятии. Прохождение полосы препятствий с усложнениями. Исправление ошибок при её прохождении. Разъяснение критериев прохождения.
	Материалы методического сопровождения: <ul style="list-style-type: none"> • типовые практические задания для подготовки к этапам ВсОШ. 		
	Двигательные умения и навыки, физические упражнения	Семинар	Отличие двигательного умения от навыка. Этапы обучения двигательному действию. Классификация физических упражнений.





	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> решение по «Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «физическая культура»»: методическое пособие/ Н.Н. Чесноков (2019); чтение «Физическая культура. 10 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); чтение «Физическая культура. 11 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); чтение «Физическая культура. 10-11 классы»: учеб.для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях-6-е изд.(2019); тестирование «Двигательные умения и навыки». 		
	Решение тестовых заданий муниципального этапа ВсОш	Семинар	Закрепление пройденных тем. Решение заданий муниципального этапа ВсОш прошлых лет.
11	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> решение по «Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «физическая культура»»: методическое пособие/ Н.Н. Чесноков (2019); типовые теоретические задания для подготовки к этапам ВсОШ. 		
	Допинг	Семинар	Что относится к допингу. Спортсмены, уличенные в применении допинга. Создание агентств ВАДА и РУСАДА, их работа.





	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • тестирование «Допинг»; • ознакомление с сайтом РУСАДА: http://rusada.ru/; • домашнее задание «Допинг» (предоставляется в личном кабинете на электронной образовательной платформе, проверяется преподавателем кафедры физической культуры АПО). • чтение «Твой олимпийский учебник»: учеб.пособие для олимпийского образования/ В.С. Родиченко и др. 		
13	Пробный муниципальный этап ВсОШ	Контрольная работа	Написание пробной олимпиадной работы.
	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пробный вариант муниципального этапа ВсОШ. 		
	Разбор пробного муниципального этапа ВсОШ	Семинар	Разбор заданий, повторение пройденного материала.
14	<p>Материалы методического сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пробный вариант муниципального этапа ВсОШ; • чтение «Твой олимпийский учебник»: учеб.пособие для олимпийского образования/ В.С. Родиченко и др.; • чтение «Физическая культура. 10 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); • чтение «Физическая культура. 11 класс»: учеб. по физ. культуре для образоват. учреждений с углубл. изучением предмета «физ.культура»/ А.Т. Паршиков, В.В. Кузин, М.Я. Виленский и др. (2003); • чтение «Физическая культура. 10-11 классы»: учеб.для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ В.И. Лях-6-е изд.(2019); • решение по «Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «физическая культура»»: методическое пособие/ Н.Н. Чесноков (2019). 		

