**Отбор и подготовка обучающихся 7-11 классов к муниципальному региональному и заключительному этапам ВСОШ по предмету «Физическая культура» в условиях гимназии.**

В современную эпоху становления постиндустриального общества, когда значение интеллектуального и творческого человеческого потенциала значительно возрастает, работа с одаренными и высоко мотивированными детьми является крайне необходимой.

Основными целями и задачами Всероссийской олимпиады школьников являются выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к научно-исследовательской деятельности, создание необходимых условий для поддержки одаренных детей.

Участие обучающихся во Всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре предъявляет повышенные требования к их функциональной и технической подготовленности, а также к владению теоретическими основами предмета «Физическая культура» на углубленном уровне. Соответственно даже одаренные обучающиеся без дополнительной подготовки не смогут проявить свой потенциал.

Отбор обучающихся на школьный этап олимпиады является важной составляющей, для успешной подготовки и демонстрации высоких результатов, но не может в полной мере гарантировать успешное выступление на всех этапах ВСОШ, но при качественном отборе шансы резко возрастают и вероятность получения статуса призера или победителя становится гораздо выше.

К участию в олимпиаде привлекаем уже с 7 класса. И уже к 8-му классу выделяем группу опытных и подготовленных детей. Как правило, в поле зрения учителя попадают ребята, которые на уроках демонстрируют высокие показатели по разделам школьной программы, так же посещают секции кружки с физкультурно-спортивной направленностью - гимнастика, легкая атлетика, игровые виды спорта и участвуют в различных соревнованиях.

Задача педагога состоит в том, чтобы выявить потенциально одаренных детей, которые в процессе подготовки способны выдать высокий результат на школьном этапе, что в свою очередь позволит рассчитывать при должной подготовке и на последующие этапы ВСОШ.

При подготовке школьников к олимпиаде мы придерживаемся нескольких принципов:

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

*2. Принцип Анализа результатов прошедших олимпиад.* Этот принцип обязателен как для учителя, так и для учащихся, так как способствует увеличению прочности теоретических знаний, повышению уровня практического совершенствования, а так же развивает умение анализировать не только успехи, но и недостатки.

3. Принцип *Психологического настроя.* 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.

4. Принцип *Преемственности.* Преемственность имеет важное значение при подготовке школьников к предстоящим этапам школьной олимпиады. Совместные занятия разных возрастных групп с одной стороны дают мощный толчок к развитию менее опытных участников, а с другой стороны возникает ситуация, когда более опытный спортсмен делится своими знаниями умениями и навыками с товарищами по команде, что в значительной степени ускоряет процесс подготовки школьников.

Надо сказать, что не всегда техническая и физическая подготовленность гарантирует успешное выступление на олимпиаде, важную роль играет и мотивационная сфера. Как показывает практика не заинтересованные дети, скорее всего, обречены на неудовлетворительный результат. В такой ситуации учителю необходимо предложить эту мотивацию, в противном случае спортсмен не сможет достичь поставленной цели. Педагог и ученик это симбиоз, где один знает какие нужно ставить задачи, а другой осознано и успешно их решает. Только такое объединение даст положительный результат.

Осознавая и понимая, что даже одаренные дети без дополнительной специальной подготовки не смогут проявить весь свой потенциал, в этой связи, следующим шагом после отбора обучающихся считаем необходимым и важным выявить у них дефициты.

Устранение дефицитов позволит в будущем выступать более уверено и стабильно на всех этапах ВСОШ. К примеру, ученик который занимается спортивной гимнастикой, не нуждается в усиленной подготовке к разделу гимнастика т.к. спортивная секция в лице узконаправленных специалистов фактически помогают решать эту задачу. Это время полезно перераспределить на подготовку к разделу спортивные игры, легкая атлетика, прикладная подготовка и теоретическая подготовка. Работа над дефицитами каждого из обучающихся, фактически позволяет сформировать для каждого из них индивидуальную траекторию подготовки, которая как мы считаем даст хороший результат при выступлении на всех этапах ВСОШ.

Для устранение дефицитов, нами была разработана дополнительная программа по подготовке школьников к участию во ВСОШ.

**Цель программы** – подготовка обучающихся к участию во Всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре.

**Задачи программы:**

- создание условий для личностно ориентированной работы с одарёнными детьми;

- содействие раскрытию потенциала занимающихся;

- повышение уровня технической, тактической, физической и теоретической подготовленности в предметной области «Физическая культура».

Дополнительная общеобразовательная программа по подготовке школьников к участию во Всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре включает следующие разделы: теоретическая подготовка, гимнастика с элементами акробатики, спортивные игры, легкая атлетика, прикладная физическая культура.

***Теоретическая подготовка.***

 В процессе теоретической подготовки обучающиеся получают знания из различных областей физической культуры и спорта. Изучают историю становления и развития физической культуры и спорта; историю Олимпийских Игр Древней Греции и возрождение Олимпийских Игр; Олимпийское движение и его принципы, традиции правила; структуру международного Олимпийского комитета и президентов МОК; национальные олимпийские комитеты и олимпийскую атрибутику; ХХII Игры Олимпиады в Москве и ХХII Олимпийские зимние игры в Сочи [1, 7-119]; достижения советских и российских спортсменов на международной арене; общие сведения о всемирном антидопинговом агентстве (ВАДА); историю ВФСК ГТО в советский и российский периоды; терминологию в гимнастике и запись гимнастических упражнений; основные правила и характеристики спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол, гандбол, хоккей; функциональные пробы и индексы; теорию и методику физического воспитания [5, 3-6].

***Спортивные игры.***

В процессе подготовки по спортивным играм, обучающиеся изучают, закрепляют и совершенствуют технику выполнения передвижений, остановок, поворотов, стоек, а так же технику выполнения основных элементов спортивных игр: баскетбол, футбол, волейбол, флорбол [3, 3 - 4].

***Легкая атлетика***

Как правило, в олимпиадные задания по разделу «Легкая атлетика» входит бег на средние и длинные дистанции от 500 м до 3000 м, в зависимости от места и условий проведения данного испытания. В связи с этим процесс подготовки обучающихся включает в себя изучение техники и тактики бега на средние и длинные дистанции, техники высокого старта, так же развитие общей и специальной выносливости [2, 10].

***Гимнастика с элементами акробатики***

В процессе подготовки по разделу «Гимнастика с элементами акробатики», обучающиеся изучают, закрепляют и совершенствуют технику выполнения акробатических элементов всех структурных групп: кувырки вперед, равновесия, равновесия в седах и упорах, стойки, кувырки назад, прыжки с изменением положения ног, прыжки с поворотами, перевороты, повороты на одной ноге, сальто. Составляют и выполняют акробатические комбинаций из элементов всех структурных групп [4, 5 - 7].

***Прикладная физическая культура***

Процесс подготовки обучающихся к разделу «Прикладная физическая культура», включает в себя развитие как основных, так специальных физических способностей и способствует систематическому обогащению фонда двигательных умений и навыков.

Обучающихся выполняют комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки. Помимо этого проходят различные полосы препятствий, включающие элементы и упражнения из различных видов спорта [3, 7 - 8].

Таким образом, отбор, мотивация, принципы подготовки и индивидуальная траектория работы с обучающимися, в совокупности позволяют добиться высоких результатов во всех этапах ВСОШ.

Ниже приведены результаты выступления обучающихся Гимназии №1 во ВСОШ по физической культуре с 2018 по 2022 гг. на муниципальном (рис.1) и региональном (рис.2) этапах.

|  |
| --- |
| Рис.1. Результаты выступления обучающихся Гимназии №1 во ВСОШ по физической культуре с 2018 по 2022 гг. на муниципальном этапе. |
|  |
| Рис.2. Результаты выступления обучающихся Гимназии №1 во ВСОШ по физической культуре с 2018 по 2022 гг. на региональном этапе. |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Твой олимпийский учебник [Текст]: учеб. пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и доп. – М.: Спорт, 2019. – 216 с.: ил.
2. Физическая культура. 9-11 классы: организация и проведение олимпиад: рекомендации, тесты, задания ; авт.-сост. А. Н. Каинов. – Волгоград : Учитель, 2009.
3. Чесноков Н. Н. Практические испытания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура»: метод. пособие / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2016.
4. Чесноков, Н.Н. Содержание программ раздела «гимнастика» регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н.Н. Чесноков, Г.М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2019.
5. Чесноков, Н.Н. Теоретико-методические задания на региональных этапах Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н.Н. Чесноков.– М.: Физическая культура, 2019.

**Интернет - источники:**

1. http:// sanseyvlad89.blogspot.com – Блог учителя физической культуры Бухарина Владислава Александровича.

**Статью подготовили учителя физической культуры высшей квалификационной категории Гимназии № 1 им. А.С. Пушкина г. Южно-Сахалинска Тимофеев Иван Николаевич, Комов Кирилл Сергеевич.**