

РЕСПУБЛИКА АДЫГЕЯ



СОГЛАСОВАНО

Менеджер компетенции

D1 Физическая культура, спорт и фитнес

С.А. Зиборова

«_____» _____ 2021г.

КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ ПО КОМПЕТЕНЦИИ

D 1 «Физическая культура, спорт и фитнес»

КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ *по компетенции* **«Физическая культура, спорт и фитнес»**

| Наименование модуля | | Соревновательный день (С1, С2, С3) | Рабочее время в течение соревновательного дня | Время на задание |
|---------------------|---|------------------------------------|---|------------------|
| А | Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению | С3 | 09:00 – 13:00 | 197 минут |
| Д | Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам | С2 | 09:00 – 13:00 | 164 минуты |
| Е | Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности | С2 | 14:00 – 17:00 | 219 минут |

Модуль Д. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам

Д 1. Разработка и проведение фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (9-11 класс)

Цель: продемонстрировать умение составлять план-конспект и проводить фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре с обучающимися школьного возраста (9-11 класс) в дистанционном и очном формате.

Модуль Е. Организация и проведение регламентированных групповых тренировочных занятий для населения разного уровня физической подготовленности

Е1. Разработка и проведение регламентированных групповых тренировочных занятий силовой направленности с разборными штангами для населения разного уровня физической подготовленности в соответствии с заданными условиями.

Цель: продемонстрировать умение составлять и проводить фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями.

А1. Разработка и проведение экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий

Цель: продемонстрировать умение проводить экспресс-консультацию по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.

Модуль D. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам

D 1. Разработка и проведение фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (9-11 класс)

Цель: продемонстрировать умение составлять план-конспект и проводить фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре с обучающимися школьного возраста (9-11 класс) в дистанционном и очном формате.

Описание объекта: план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре и его проведение в дистанционном и очном формате.

Лимит времени на выполнение задания: 150 минут.

Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта): 2 минуты (произвести: осмотр-тестирование оборудования, убедиться в его исправности расстановку волонтеров и спортивного инвентаря и оборудования по необходимости) в дистанционном формате и **2 минуты** в очном формате.

Лимит времени на представление задания (на 1 конкурсанта): 12 минут в очном формате; **12 минут** в дистанционном формате.

Часть 1. Алгоритм выполнения задания (80 минут):

1. Разработать план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела программы и возрастной группы обучающихся в соответствии с заданным шаблоном для очного и дистанционного формата.

2. Подобрать инвентарь для проведения фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся в очном и дистанционном формате.

3. Отрепетировать фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре без привлечения волонтеров.

4. Подготовить оборудование для видеосъемки (фотоаппарат, штатив, петличный микрофон, карта памяти) для проведения урока в дистанционном формате.

5. До истечения 80 минут подготовить конспект на бумажном носителе в печатном виде и передать экспертам (4 экземпляра).

Часть 2. Алгоритм выполнения задания (70 минут):

6. Видеосъемка фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре в дистанционном формате с учетом жеребьевки не более 12 минут. (На площадке вне многофункциональной рамы отведено 4 места для видеосъемки. Первая пара осуществляет видеосъемку в отведенном месте под номером 1 и 4, вторая пара осуществляет видеосъемку в отведенном месте под номером 2 и 3 и т.д.). До начала видеосъемки конкурсанту предоставляется 2 минуты для подготовки площадки к видеосъемке и подготовки спортивного инвентаря.

7. По окончании видеосъемки конкурсант извлекает карту памяти из фотоаппарата, запечатывает ее в конверт и передает конверт ответственному эксперту.

8. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать в очном формате фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся.

Алгоритм подготовки площадки в очном формате:

- произвести знакомство с волонтерами, осмотр и приведение их внешнего вида в соответствие с нормами ТБ и СанПин;
- произвести подготовку площадки (расстановка оборудования) - допустимо привлечение волонтеров к данному процессу с учетом техники безопасности и делового этикета;
- произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- произвести запуск демонстрационного материала на интерактивном оборудовании или цифровых носителях (недопустимо привлечение волонтеров и технического эксперта к данному процессу).

Если конкурсант осуществил подготовку менее чем за 2 минуты, он может сам инициировать возможность начала демонстрации задания, обозначив в речи: «Я готов(а)» с данных слов производится запуск основного времени на демонстрацию задания экспертом с особыми полномочиями.

- по физической культуре в дистанционном формате с учетом жеребьевки. (На площадке вне многофункциональной рамы отведено 4 места для видеосъемки. Первая пара осуществляет видеосъемку в отведенном месте под номером 1 и 4, вторая пара осуществляет видеосъемку в отведенном месте под номером 2 и 3 и т.д.). До начала видеосъемки конкурсанту предоставляется 2 минуты для подготовки площадки к видеосъемке и подготовки спортивного инвентаря.

- по окончании видеосъемки конкурсант извлекает карту памяти из фотоаппарата, запечатывает ее в конверт и передает конверт ответственному эксперту.

- сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать в очном формате фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся.

Особенности выполнения задания.

При планировании содержания фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с обучающимися школьного возраста (9-11 класс) необходимо учитывать основную цель учебного занятия по физической культуре, особенности возраста учащихся, уровень их двигательной и функциональной подготовленности, особенности размеров площадки для демонстрации конкурсного задания и количество необходимого и наличного спортивного инвентаря.

Для демонстрации задания привлекаются актеры-волонтеры в количестве 18 человек (9 юношей и 9 девушек), т.е. 3 группы по 6 человек. Для демонстрации одного конкурсанта на площадку выходит группа из 6 актеров-волонтеров (3 юноши и 3 девушки).

Возможные ошибки.

Постановка задач в несоответствии с целью и методическими требованиями. Несоответствие методов, избранных для реализации поставленных задач, отсутствие разнообразия форм организации занимающихся на уроке, несоблюдение правил ТБ и ОТ. Не соблюдение принципов методической стройности фрагмента занятия по физической культуре, отсутствие средств для реализации всех поставленных задач фрагмента.

Модуль Е. Организация и проведение регламентированных групповых тренировочных занятий для населения разного уровня физической подготовленности

Е1. Разработка и проведение регламентированных групповых тренировочных занятий силовой направленности с разборными штангами для населения разного уровня физической подготовленности в соответствии с заданными условиями.

Цель: продемонстрировать умение составлять и проводить фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями.

Описание объекта: фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями.

Лимит времени на выполнение задания: 200 минут.

Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта): 4 минут

Лимит времени на представление задания (на 1 конкурсанта): 15 минут.

В С-1 конкурсант имеет возможность подготовить музыкальный контент из 10 композиций для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности. Готовые музыкальные треки конкурсант сбрасывает и сохраняет на карту памяти №1, удаляя их с компьютера на своем рабочем месте. Конкурсант помещает карту памяти в конверт и передает его ответственному эксперту.

Алгоритм выполнения задания:

1. Подобрать музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями (продолжительность одного блока 3,5-4 мин, темп 122-128 уд/мин), необходимые материалы и дополнительный спортивный инвентарь (свободный вес).
2. Разработать последовательность упражнений для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями и установленной формой (шаблон №1) и подготовить его в установленном виде для передачи экспертам.
3. Перенести на компьютер технического эксперта музыкальное сопровождение для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями и проверить его работоспособность.
4. Перенести последовательность упражнений (шаблон №1) для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями на компьютер технического эксперта и представить его во время демонстрации конкурсного задания на интерактивной доске.

5. Отрепетировать фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями без привлечения волонтеров.

6. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями с привлечением волонтеров.

A1. Разработка и проведение экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий

Цель: продемонстрировать умение проводить экспресс-консультацию по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.

Описание объекта: анализ параметров профиля согласно заданным условиям; интерактивный буклет; экспресс-консультация.

Лимит времени на выполнение задания: 180 минут.

Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта): 3 минут

Лимит времени на демонстрацию задания (на 1 конкурсанта): 12 минут.

В С-1 конкурсант имеет возможность подготовить дополнительный фото- и видео-контент для проведения практической части экспресс-консультации (по желанию). Готовые фото и видео материалы конкурсант сбрасывает и сохраняет на карту памяти №1, удаляя их с компьютера на своем рабочем месте. Конкурсант помещает карту памяти в конверт и передает его ответственному эксперту. Карта возвращается конкурсанту непосредственно в день выполнения задания, до этого она хранится у главного эксперта.

Описание легенды (пример): к Вам обратилась женщина 30 лет, которая на протяжении недели носила умный браслет и заполняла в приложении необходимые разделы. Выполните анализ данных, используя шаблоны и составьте интерактивный буклет позволяющий научить работать аудиторию с умным помощником по контролю за ведением здорового образа жизни. Проведите экспресс-консультацию по привлечению женщин в возрасте 30 лет к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с полученными результатами анализа профиля.

Алгоритм выполнения задания:

Часть 1. *Алгоритм выполнения задания (90 минут):*

1. Выполнить анализ профиля в соответствии с заданными условиями и заполнить шаблон № 1.
2. В шаблоне № 2 - зафиксировать параметры профиля и выявленные проблемы в соответствии с заданными условиями, не способствующими здоровьесбережению на основе шаблона № 1. Из шаблона № 2 необходимо удалить параметры профиля, не вызывающие проблем в здоровьесбережении.
3. Сохранить в формате PDF шаблоны № 1 и 2, указав в имени документа «ФИО конкурсанта», на карту памяти №2, помещает в конверт и передает ответственному эксперту.
4. В шаблоне № 3 – определить задачи, которые будут реализованы в ходе проведения экспресс-консультации, остальные удалить. Подготовить заполненный шаблон на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (1 экземпляр).

Часть 2. *Алгоритм выполнения задания (90 минут):*

6. Разработать план проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.
7. Определить теоретическое содержание экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.
8. Подобрать материалы и оборудование для проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.
9. Подготовить интерактивный буклет в программе SMART Notebook для сопровождения экспресс-консультации в соответствии с разработанным планом и заданными условиями.
10. Произвести сохранение интерактивного буклета в формате SMART Notebook File (*.notebook), в имени документа указать полностью фамилию, имя и отчество конкурсанта.
11. Загрузить интерактивный буклет в формате SMART Notebook File (*.notebook) на карту памяти, поместить ее в конверт и передать ответственному эксперту.
12. Отрепетировать демонстрацию задания без привлечения волонтеров.

13. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать экспресс-консультацию. Если конкурсант завершает выполнение задания ранее установленного времени, он ожидает окончания времени на рабочем месте.

Алгоритм подготовки площадки¹:

- сдать печатные материалы экспертам;
- произвести проверку работоспособности цифровых средств (интерактивного оборудования, умного браслета, планшетов);
- произвести знакомство с волонтерами, осмотр и приведение их внешнего вида в соответствие с нормами ТБ и СанПин;
- произвести подготовку площадки (расстановка оборудования) - допустимо привлечение волонтеров к данному процессу с учетом техники безопасности и делового этикета;
- произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- произвести запуск демонстрационного материала на интерактивном оборудовании или цифровых носителях (недопустимо привлечение волонтеров и технического эксперта к данному процессу).

Если конкурсант осуществил подготовку менее чем за 3 минуты, он может сам инициировать возможность начала демонстрации задания, обозначив в речи: «Я готов(а)» с данных слов производится запуск основного времени на демонстрацию задания экспертом с особыми полномочиями.

¹ Последовательность действий на усмотрение конкурсанта