



## Оценочные средства к вариативной части практического задания III уровня

(демоверсия, включающая инструкцию по выполнению)

квалификация – \_\_\_\_\_

**ЗАДАНИЕ.** Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке

**Время, отводимое на выполнение задания:**

задача 1 – 90 минут;

задача 2 – 20 минут: знакомство с занимающимися – 5 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 5 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовки – 10 минут

**Максимальное количество баллов:** 35 баллов (задача 1 – 14 баллов; задача 2 – 21 балл)

*Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс, содержание которого ориентировано на повышение функциональных возможностей, общей работоспособности, развитие координационных способностей, силы, быстроты, выносливости, гибкости, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранном виде спорта.*

*Чем младше возраст и ниже уровень подготовленности занимающихся, тем большее значение и больший удельный вес в занятиях занимают средства общей физической подготовки.*

*Владение арсеналом разнообразных средств из своего или других видов спорта, видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов успешности физкультурной и спортивной деятельности.*

*Одним из обязательных требований к деятельности педагога по физической культуре и спорту (учителя физической культуры) является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке.*

### ЗАДАЧА №1

**Текст задачи:** разработать конспект фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке (**45 минут** - для квалификаций педагог по физической культуре и спорту / учитель физической культуры; **30 минут** - для квалификации педагог по адаптивной физической культуре и спорту / учитель адаптивной физической культуры).

**Этап спортивной подготовки:** спортивно-оздоровительный этап/этап начальной подготовки (условие для квалификаций педагог по физической культуре и спорту/ педагог по адаптивной физической культуре и спорту)

**Возраст занимающихся** (определяется с учётом особенностей этапа спортивной подготовки в избранном виде спорта для квалификаций педагог по физической культуре и спорту / педагог по адаптивной физической культуре и спорту; для квалификации учитель физической культуры задан в условиях задачи)

**Задача занятия:**

Развивать физические способности (конкретная задача определяется в условиях задания)

**Количество занимающихся:** 6 человек

**Условия выполнения задачи**

- 1) место выполнения задачи: аудитория образовательной организации;
- 2) время, отводимое на выполнение задачи - 90 мин;
- 3) материально-техническое обеспечение: компьютер с необходимым установленным офисным программным обеспечением WPS Office для оформления результатов выполнения задачи в программе WPS Writer; оформить результаты работы следует в редакторе WPS Writer, шрифт TimesNewRoman, интервал 1, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см. Абзацный отступ 12 мм.
- 4) для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:
  1. Баршай В.М. Гимнастика: учебник/ Баршай В.М, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – Изд. -2 – е, доп. и перер. – Ростов н/Д.: Феникс.
  2. Беляев А.В. , Савин М.В. Волейбол. Учебник для вузов. 4-е изд. М.:ТВТ Дивизион.
  3. Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования -2-е изд., стер - М.: Академия.
  4. Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования -7-е изд., испр. –М.: Издательский центр «Академия».
  5. Крючек Е.С., Терехина Р.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. - М.: Академия.
  6. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учебник для студ. учреждений высш. образования -6-е изд. перераб. М.: Академия.
- 5) необходимое оборудование и инвентарь для тренировочного занятия определяется на основе предложенного перечня:

Примерный перечень оборудования и инвентаря для проведения занятий в рамках Олимпиады профессионального мастерства

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
1.	Бадминтон	5 шт.
2.	Балансировочная платформа	6 шт.
3.	Барьер легкоатлетический	5 шт.
4.	Барьеры разноуровневые для функционального тренинга	1 комплект
5.	Баскетбольные кольца	1 шт.
6.	Бодибар (2-6 кг)	4 шт.

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
7.	Волейбольная сетка	1 шт.
8.	Ворота	1 шт.
9.	Гантели - Вес (1,00 кг, 2,00 кг, 3,00 кг)	по 5 шт.
10.	Канат для перетягивания	2 шт.
11.	Канат тренировочный для функционального тренинга	6 шт.
12.	Клюшка для игры в хоккей	10 шт.
13.	Коврик индивидуальный	10 шт.
14.	Маты спортивные	12 шт.
15.	Мешок болгарский (12-20 кг)	6 шт.
16.	Мяч баскетбольный	6 шт.
17.	Мяч волейбольный	6 шт.
18.	Мяч гимнастический (65 см)	6 шт.
19.	Мяч набивной (медицинбол): 3 кг, 4 кг, 5 кг	по 5 шт.
20.	Мяч футбольный	6 шт.
21.	Обручи	10 шт.
22.	Палка гимнастическая	10 шт.
23.	Скакалка гимнастическая	10 шт.
24.	Скамейка гимнастическая универсальная	5 шт.
25.	Стенка гимнастическая	6 шт.
26.	Степ-платформа	6 шт.
27.	Стойки	5 шт.
28.	Конусы	10 шт.
29.	Фишки для разметки	1 комплект
30.	Тумба плиометрическая (разной высоты)	1 комплект
31.	Эспандер (3 уровня сопротивления)	по 5 шт.
32.	Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	по 5 шт.

*(допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады)*

б) конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

**КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ  
ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

**Этап спортивной подготовки:** спортивно-оздоровительный этап/этап начальной подготовки *(условие для квалификаций педагог по физической культуре и спорту/ педагог по адаптивной физической культуре и спорту)*

**Возраст занимающихся:**

**Задачи занятия:**

**Место проведения:** универсальный спортивный зал

**Продолжительность фрагмента основной части занятия:**

**Оборудование и инвентарь (количество):**

Частная задача	Содержание	Методы и методические приёмы	Дозировка	Организационно-методические указания

## **ЗАДАЧА №2**

**Текст задачи:** провести фрагмент основной части занятия по общей физической подготовке

### ***Условия выполнения задачи***

- 1) фрагмент занятия проводится в соответствии с содержанием конспекта основной части занятия по общей физической подготовке, разработанного участником Олимпиады;
- 2) время, отводимое на выполнение задачи: 10 минут (предполагается сокращение времени на выполнение упражнений, указанного в конспекте);
- 3) для выполнения задачи участник Олимпиады за 5 минут до проведения фрагмента занятия подготавливает спортивное оборудование и инвентарь;
- 4) в качестве занимающихся для проведения занятия организаторами Олимпиады привлечены волонтеры, которые будут выполнять роль занимающихся разного возраста (6 человек);
- 5) для выполнения задачи участнику Олимпиады дается возможность в течение 5 минут познакомиться с группой занимающихся;
- 6) место выполнения задачи: универсальный спортивный зал.

49.00.00 Физическая культура и спорт  
Приложение 1

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЯ

Уважаемый участник!

*Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс, содержание которого ориентировано на повышение функциональных возможностей, общей работоспособности, развитие координационных способностей, силы, быстроты, выносливости, гибкости, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранном виде спорта.*

*Чем младше возраст и ниже уровень подготовленности занимающихся, тем большее значение и больший удельный вес в занятиях занимают средства общей физической подготовки.*

*Владение арсеналом разнообразных средств из своего или других видов спорта, видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов успешности физкультурной и спортивной деятельности.*

*Одним из обязательных требований к деятельности педагога по физической культуре и спорту (учителя физической культуры) является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке.*

Вам предлагается задание «Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке», выполнение которого потребует от Вас демонстрации сформированности профессиональных компетенций в соответствии с квалификацией.

Для этого Вам необходимо  
уметь: (см. паспорт задания в соответствии с квалификацией)

знать: (см. паспорт задания в соответствии с квалификацией)

Данное задание состоит из двух задач:

1. Разработать конспект фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке.
2. Провести фрагмент основной части занятия по общей физической подготовке.

Для выполнения первой задачи Вам будут предоставлены учебные пособия, перечень оборудования и инвентаря (*допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады*), с учётом которого Вы определите содержание занятия. При разработке конспекта занятия учитывайте заданные условия. Продолжительность фрагмента основной части занятия – **45 минут**-для квалификаций педагог по физической культуре и спорту / учитель физической культуры; **30 минут** -для квалификации педагог по адаптивной физической культуре и спорту / учитель адаптивной физической культуры).

Конспект оформите в соответствии с предложенной ниже формой на компьютере в редакторе Word, шрифт TimesNewRoman, интервал 1, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 1,5 см, справа 3 см, сверху 2 см и снизу 2 см. Абзацный отступ 15 мм

## КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Этап спортивной подготовки:** спортивно-оздоровительный этап/этап начальной подготовки (*условие для квалификаций педагог по физической культуре и спорту/ педагог по адаптивной физической культуре и спорту*)

**Возраст занимающихся:**

**Задачи занятия:**

**Место проведения:** универсальный спортивный зал

**Продолжительность фрагмента основной части занятия:**

**Оборудование и инвентарь (количество):**

Частная задача	Содержание	Методы и методические приёмы	Дозировка	Организационно-методические указания

При оценке задачи будут учитываться:

- правильность и последовательность определения частных задач;
- соответствие средств основной задаче, частным задачам занятия и возрасту занимающихся;
- соответствие методов и методических приёмов задачам занятия и возрасту занимающихся;
- оптимальность дозирования нагрузки;
- правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений;
- полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»;
- оригинальность подобранных средств для решения задач занятия;

Время, которое отводится на выполнение первой задачи - 90 минут.

Для выполнения второй задачи Вам будет предоставлено необходимое оборудование и инвентаря (*указанные в конспекте*); возможность в течение 5 минут познакомиться с группой занимающихся и провести инструктаж. Роль занимающихся будут выполнять волонтеры (6 человек). Фрагмент занятия проводится в соответствии с содержанием конспекта основной части занятия по общей физической подготовке, который вы разработали. Место проведения - универсальный спортивный зал. Время, отводимое на проведение фрагмента занятия - 10 минут (*предполагается сокращение времени на выполнение упражнений, указанного в конспекте*). Для выполнения задачи за 5 минут до проведения фрагмента занятия Вы самостоятельно готовите необходимое спортивное оборудование и инвентарь.

При оценке задачи будут учитываться:

- критерии, характеризующие личностные качества педагога;
- критерии, характеризующие особенности организации занятия;
- критерии, характеризующие особенности применения средств развития двигательных способностей;
- критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в занятии;
- критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов;
- критерии, характеризующие особенности применения методов развития двигательных способностей;
- критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов.

Время, которое отводится на выполнение второй задачи 20 минут: 5 минут – знакомство и инструктаж занимающихся; 5 минут – подготовка оборудования и инвентаря; 10 минут – проведение фрагмента занятия.

Успехов Вам!