



worldskills  
Russia

СОГЛАСОВАНО

Менеджер компетенции  
D1 «Физическая культура,  
спорт и фитнес»

 С.А. Зиборова  
«25» октября 2019 г.

# КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ ПО КОМПЕТЕНЦИИ «Физическая культура, спорт и фитнес»

## **Конкурсные задания**

### **по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»**

#### **Модуль В. Организация и проведение групповых физкультурно-оздоровительных тренировок для разных возрастных групп населения**

*Задание.* Разработка и проведение фрагмента группового тренировочного занятия комплексной направленности для разных возрастных групп населения в соответствии с заданными условиями.

#### **Модуль С. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению**

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

#### **Модуль D. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам**

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

#### **Модуль Е. Организация физкультурно-спортивной деятельности с занимающимися**

*Задание.* Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования.

## **Модуль В. Организация и проведение групповых физкультурно-оздоровительных тренировок для разных возрастных групп населения**

**Задание. Разработка и проведение фрагмента группового тренировочного занятия комплексной направленности для разных возрастных групп населения в соответствии с заданными условиями.**

**Цель:** продемонстрировать умение проводить фрагмент группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями.

**Описание объекта:** фрагмент группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями.

**Лимит времени на выполнение задания: 150** минут.

**Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 3** минуты  
*(произвести: осмотр-тестирование оборудования, убедиться в его исправности; расстановку волонтеров и спортивного инвентаря и оборудования по необходимости)*

**Лимит времени на представление задания: 14** минут.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Определить задачи (не менее двух задач) фрагмента группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

2. Определить содержание фрагмента группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями.

3. Разработать последовательность упражнений для проведения фрагмента группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями и установленной формой и

подготовить ее на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

3. Подобрать музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) в соответствии с заданными условиями и включающим не менее двух музыкальных композиций, необходимые материалы и спортивный инвентарь.

4. Перенести на компьютер технического эксперта музыкальное сопровождение и проверить его работоспособность.

5. Отрепетировать фрагмент группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями без привлечения волонтеров.

6. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать фрагмент группового тренировочного занятия комплексной направленности в соответствии с заданными условиями.

.

## Модуль С. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению

**1. 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:** экспресс – консультация.

**Лимит времени на выполнение задания:** **150** минут.

**Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам:** **3** минуты  
*(произвести: осмотр-тестирование оборудования, убедиться в его исправности; расстановку волонтеров и спортивного инвентаря и оборудования по необходимости)*

**Лимит времени на представление задания:** **14** минут.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Сформулировать задачи экспресс – консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

2.1. Заполнить шаблон №1 в соответствии с заданными условиями по таблице:

- «Разработка и проведение экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий. ЗОЖ: анализ теоретического материала». Подготовить заполненный шаблон на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

2.2. Заполнить шаблон №2 в соответствии с заданными условиями по таблице:

- «Комплекс упражнений, направленных на поддержание режима двигательной активности в соответствии с заданными условиями».

Подготовить заполненный шаблон на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

3. Определить содержание экспресс – консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями.

4. 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.

5. Разработать план проведения экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями. Предоставление плана экспресс-консультации на бумажном носителе экспертам не требуется.

6. Подготовить содержание практической части экспресс-консультации и представить ее во время демонстрации конкурсного задания.

7. Подготовить презентацию в программе SMART Notebook 18 для сопровождения экспресс-консультации в соответствии с разработанным планом и заданными условиями.

8. Проверить презентацию на работоспособность, при необходимости исправить выявленные ошибки и скопировать на компьютер техническому эксперту.

9. Разработать практические рекомендации в соответствии с заданными условиями для последующего предоставления на бумажном носителе экспертам и слушателям (4 экземпляра для экспертов, остальное по усмотрению конкурсанта).

10. Отрепетировать выполнение задания без привлечения волонтеров.

11. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать экспресс – консультацию.

## **Модуль D. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам**

### **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).

**Описание объекта:** план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре и его проведение.

**Лимит времени на выполнение задания:** 120 минут.

**Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам:** 2 минуты  
*(произвести: осмотр-тестирование оборудования, убедиться в его исправности; расстановку волонтеров и спортивного инвентаря и оборудования по необходимости)*

**Лимит времени на представление задания:** 12 минут.

#### **Алгоритм выполнения задания:**

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. Подготовить его на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

2. Подобрать инвентарь и музыкальное сопровождение (по необходимости с использованием программы Audacity) для проведения фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся.

3. Отрепетировать выполнение задания без привлечения волонтеров.

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



## **Модуль Е. Организация физкультурно-спортивной деятельности с занимающимися**

### **1. Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования.**

**Цель:** продемонстрировать умение проводить фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия с учетом специфики заданных видов оборудования.

**Описание объекта:** фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования.

**Лимит времени на выполнение задания:** 120 минут.

**Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам:** 4 минуты  
*(произвести: осмотр-тестирование оборудования, убедиться в его исправности; расстановку волонтеров и спортивного инвентаря и оборудования по необходимости)*

**Лимит времени на представление задания:** 10 минут.

#### **Алгоритм выполнения задания:**

1. Определить задачи фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с заданными условиями и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (3 экземпляра).

2. Определить содержание фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с заданными условиями.

3. Произвести анализ одного из упражнений фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия по установленной форме и подготовить ее на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (3 экземпляра).

4. Подготовить единое музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) для фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия, включающее не менее двух

музыкальных тем и перенести его на компьютер технического эксперта.

5. Подготовить оборудование для проведения фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с заданными условиями.

6. Отрепетировать фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с заданными условиями без привлечения волонтеров.

7. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания.