0

|  |  |
| --- | --- |
| logo | **VII ВОЛГОГРАДСКИЙ** **РЕГИОНАЛЬНЫЙ ОТБОРОЧНЫЙ ЭТАП** **VIII НАЦИОНАЛЬНОГО ЧЕМПИОНАТА** **ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МАСТЕРСТВУ** **СРЕДИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ** **«АБИЛИМПИКС»** |

**КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ**

по компетенции

**«Адаптивная физическая культура»**



|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю:Руководитель регионального центра развития движения «Абилимпикс»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Н.Левина «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. | Разработал: Главный эксперт по компетенцииИ.М. Кавешникова« 10 » 03 2022 г. |

2022 г.

Содержание

1. Описание компетенции «Адаптивная физическая культура»
	1. Актуальность компетенции

Основной целью адаптивной физической культуры является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. Максимальное развитие с помощью средств и методов адаптивной физической культуры жизнеспособности человека, поддержание у него оптимального психофизического состояния представляет каждому инвалиду возможности реализовать свои творческие потенции и достичь выдающихся результатов, не только соизмеримых с результатами здоровых людей, но и превышающих их.

Для многих лиц, имеющим отклонения в состоянии здоровья (включая инвалидов) адаптивная физическая культура является единственным способом «разорвать» замкнутое пространство, войти в социум, приобрести новых друзей, получить возможность для общения, полноценных эмоций, познания мира. Именно здесь, зачастую впервые в своей жизни, они познают радость общения, движения, учатся побеждать и достойно переносить поражения, осознают счастье преодоления себя.

* 1. **Ссылка на профессиональный стандарт** Учитель/педагог физической культуры, инструктор лечебной физической культуры.
	2. Требования к квалификации.

 **Должен обладать профессиональными компетенциями.**

Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:

1. Создавать на спортивной площадке предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

2. Определять цели и задачи, планировать занятия.

3. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

4. Применять приемы физической помощи и страховки при выполнении физических упражнений;

5. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

6. Анализировать учебные занятия.

7. Мотивировать обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

 **Должен уметь:**

- подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

- планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;

- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;

- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;

- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий;

- анализировать отдельные занятия и его результаты;

- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;

- мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

 **Должен знать:**

цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;

- медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;

- причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп;

- средства физической культуры в системе реабилитации;

- показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;

- методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;

- приемы, способы страховки и самостраховки;

- формы и методы взаимодействия с обучающимися;

- виды специального оборудования, его назначение.

1. Конкурсные задания

2.1. Структура и подробное описание конкурсного задания.

**Модуль 1.** Организация адаптивного физического воспитания обучающихся,

отнесенных к специальным медицинским группам.

 Задание: для учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к

специальной медицинской группе А (11 класс) разработать, организовать и провести

фрагмент физкультурно–оздоровительного занятия с использованием современных

оздоровительных технологий.

Модуль 2 Проведение воспитательной,рекреационно-досуговой,

оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями

здоровья.

 Задание: для лиц с инвалидностью разработать, организовать и провести

фрагмент рекреационно-досугового мероприятия: «Молодежь – за ЗОЖ!»;

 **2.2. Последовательность выполнения задания.**

**Модуль 1.** Организация адаптивного физического воспитания обучающихся,

отнесенных к специальным медицинским группам,. для учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе А (11 класс) разработать, организовать и провести фрагмент физкультурно–оздоровительного занятия с использованием современных

оздоровительных технологий. 10мин. (2+8)

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсное задание.
2. Определить цель, задачи и содержание фрагмента основной части занятия по заявленной теме в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания.
3. Разработать содержание фрагмента основной части занятия в специальной медицинской группе по заявленной теме для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания.
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
5. Подобрать необходимый инвентарь и оборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсного задания.

**Модуль 2.** Проведение воспитательной,рекреационно-досуговой,оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

 Задание: для лиц с инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент рекреационно-досугового мероприятия: «Молодежь — это ЗОЖ!» 8мин. (2+6)

**Последовательность выполнения задания:**

1. Организовать начало занятия.
2. Сообщить волонтерам цель и задачи фрагмента основной части занятия по заявленной теме в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания.
3. Выполнить конкурсное задание перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда (приемы физической помощи и страховки).
4. Подвести итоги выполнения конкурсного задания в соответствии с поставленной целью и задачами.
5. Сообщить экспертам об окончании выполнения конкурсного задания.
6. Убрать инвентарь и оборудование с конкурсной площадки с помощью волонтеров-демонстрантов.

*\* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров -демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный состав группы волонтеров определяет участник).*

**2.3. Критерии оценки выполнения задания**

В таблице указываются критерии оценок и их максимальный балл.

Критерии оценок соответствуют конкурсным заданиям.

**Модуль 1. «Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задание** | **№** | **Наименование критерия** | **Максим альные баллы** | **Объект ивная оценка (баллы)** | **Субъек тивная оценка (баллы)** |  |
| **Модуль 1.****Организация адаптивного физического воспитания обучающихся****, отнесенных к специальным медицинским группам.** | 1. | Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗкомпетенции. | 2 | 2 | - |  |
| 2. | Выполнение контроля внешнего вида волонтеров, на предмет отсутствияпосторонних предметов в одежде в соответствии с инструкцией по ТБ и ОТ | 1 | 1 |  |  |
| 3. | Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при подготовке Демонстрационной площадки | 1 | 1 | - |  |
| 4. | Соответствие поставленной цели условиям конкурсного задания. | 2 | 2 | - |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 21. | Применение профессиональнойтерминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). | 1 | 1 | - |  |
| 22. | Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания. |  1,5 |  1,5 | **-** |  |
| 23. | Целесообразность расстановкисубъектов (конкурсант, занимающиеся). | 1 | 1 | - |  |
| 24. | Целесообразность размещения инвентаря и оборудования. | 1 | 1 | - |  |
| 25. | Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при выполнении конкурсного задания. | 1 | 1 | - |  |
| 26. | Соблюдение санитарных норм припроведении фрагмента учебного занятия | 1 | 1 | - |  |
| 27. | Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы | 1 | 1 | - |  |
| 28. | Полнота реализации поставленнойцели в соответствии с условиями конкурсного задания | 1 | 1 | - |  |
| 29. | Полнота реализации поставленной образовательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 30. | Полнота реализации поставленной оздоровительной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 31. | Полнота реализации поставленной воспитательной задачи в соответствиис условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 32. | Полнота реализации поставленной коррекционно / компенсаторно/профилактической задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 33. | Логичность завершения конкурсногозадания. | 2 | 2 | - |  |
| 34. | Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания | 2 | 2 | - |  |
| 35. | Приведение площадки в порядок последемонстрации конкурсного задания | 1 | 1 | - |  |
| 36. | Демонстрация коммуникативных навыков. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью |  0,5 | - |  0,5 |  |
|  |  | приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией,поза, жесты, мимика) |  |  |  |  |
| 37. | Оригинальность и/или творческий подход представленного конкурсного задания. |  0,5 | - | 0,5 |  |
| 38. | Эмоциональностьконкурсного задания. |  | представления |  0,5 | - | 0,5 |  |
| 39. | Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории |  0,5 | - | 0,5 |  |
| 40. | Общее впечатление |  0,5 | - | 0,5 |  |
| **ИТОГО:** |  |  | **50** |  |  |  |  |

***Модуле 2. «Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья»***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задание** | **№** | **Наименование критерия** | **Максим альные баллы** | **Объект ивная оценка (баллы)** | **Субъек тивная оценка (баллы)** |  |
| **Модуль 2.****Проведение воспитательн ой, рекреационн о-досуговой, оздоровитель ной работы с инвалидами, лицами с ограниченны ми возможностя ми здоровья.** | 1. | Соответствие внешнего вида участникатребованиям, описанным в ТЗ компетенции. | 2 | 2 | - |  |
| 2. | Выполнение контроля внешнего вида волонтеров, на предмет отсутствия посторонних предметов в одежде всоответствии с инструкцией по ТБ и ОТ | 1 | 1 |  |  |
| 3. | Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при подготовке Демонстрационной площадки | 1 | 1 | - |  |
| 4. | Соответствие поставленной цели условиям конкурсного задания. | 2 | 2 | - |  |
| 5. | Соответствие представленной образовательной задачи условиям конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 6. | Соответствие представленной оздоровительной задачи условиямконкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 7. | Соответствие представленной воспитательной задачи условиям конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 8. | Соответствие представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задачи условиям конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 9. | Соответствие содержания фрагментаусловиям конкурсного задания, цели и | 2 | 2 | - |  |
| 10. | Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели ипредставленной оздоровительной задаче | 2 | 2 | - |  |
| 11. | Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной воспитательной задаче | 2 | 2 | - |  |
| 12. | Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задаче. | 2 | 2 | - |  |
| 13. | Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальноймедицинской группе занимающихся. | 2 | 2 | - |  |
| 14. | Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения фрагмента. | 2 | 2 | - |  |
| 15. | Целесообразность использования форморганизации деятельности | 1 | 1 | - |  |
| 16. | Целесообразность использования методов и приемов формированиязнаний | 1 | 1 | - |  |
| 17. | Целесообразность использования методов и приемов обучения двигательным действиям | 1 | 1 | - |  |
| 18. | Целесообразность использования методов и приемов воспитания | 1 | 1 | - |  |
| 19. | Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий | 2 | 2 | - |  |
| 20. | Осуществление контроля задозированием нагрузки при проведении конкурсного задания. | 2 | 2 | - |  |
| 21. | Применение профессиональнойтерминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). | 1 | 1 | - |  |
| 22. | Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действийконкурсного задания. |  1,5 |  1,5 | **-** |  |
| 23. | Целесообразность расстановкисубъектов (конкурсант, занимающиеся). | 1 | 1 | - |  |
| 24. | Целесообразность размещения инвентаря и оборудования. | 1 | 1 | - |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 25. | Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при выполнении конкурсного задания. | 1 | 1 | - |  |
| 26. | Соблюдение санитарных норм при проведении фрагмента учебного занятия | 1 | 1 | - |  |
| 27. | Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы | 1 | 1 | - |  |
| 28. | Полнота реализации поставленной цели в соответствии с условиями конкурсного задания | 1 | 1 | - |  |
| 29. | Полнота реализации поставленной образовательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания ицели | 1 | 1 | - |  |
| 30. | Полнота реализации поставленной оздоровительной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 31. | Полнота реализации поставленной воспитательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 32. | Полнота реализации поставленной коррекционно / компенсаторно/профилактической задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели | 1 | 1 | - |  |
| 33. | Логичность завершения конкурсного задания. | 2 | 2 | - |  |
| 34. | Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания | 2 | 2 | - |  |
| 35. | Приведение площадки в порядок последемонстрации конкурсного задания | 1 | 1 | - |  |
| 36. | Демонстрация коммуникативных навыков. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией,поза, жесты, мимика) | 0,5 | - | 0,5 |  |
| 37. | Оригинальность и/или творческий подход представленного конкурсного задания. | 0,5 | - | 0,5 |  |
| 38. | Эмоциональность представленияконкурсного задания. | 0,5 | - | 0,5 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 39. | Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории | 0,5 | - | 0,5 |  |
| 40. | Общее впечатление | 0,5 | - | 0,5 |  |
|  **ИТОГО: 50** |

Сложность заданий остается неизменной для людей с инвалидностью.
Адаптация заданий заключается в увеличении времени выполнения заданий.

1. Требования охраны труда и техники безопасности
2. *Общие требования безопасности*
	1. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
* нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для занятий по физической культуре;
* травмы при падении обучающихся во время проведения подвижных игр и гимнастических упражнений.
	1. В зале для занятий по физической культуре должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.
	2. Работающие обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места

Расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

* 1. При несчастном случае немедленно сообщить об этом администрации учреждения.
	2. В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
	3. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.
1. *Требования безопасности перед началом работы*
	1. Включить полностью освещение зала для занятий физической культурой и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 вт/кв.м.), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32 вт/кв.м.).
	2. Убедиться в исправности электрооборудования зала для гимнастических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.
	3. Проверить санитарное состояние зала для занятий физической культурой и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до прихода обучающихся.
	4. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для занятий физической культурой не ниже 19°С.
	5. Во избежание падения и травмирования обучающихся убедиться в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен и надежно закреплен.
2. *Требования безопасности во время работы*
3. При выполнении упражнений на шведской лестнице, других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать от падения, не разрешать обучающимся самостоятельно без разрешения инструктора подниматься на высоту.
4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
5. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы обучающиеся приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
6. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между обучающимися, толчков и ударов по рукам и ногам.
7. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
8. *Требования безопасности в случае аварийной ситуации*
	1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать людей из зала для занятий физической культурой, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую

пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

* 1. При получении обучающимся травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.
	2. При поражении электрическим током немедленно отключить напряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение
1. *Требования безопасности по окончании работы*
	1. Выключить электрические звуковоспроизводящие аппараты.
	2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.
	3. Проветрить зал для гимнастических занятий, закрыть окна, фрамуги и выключить

свет.

 4. Инфраструктурный лист\*

|  |
| --- |
|  Бодибар 2кг-1шт  |
|  Бодибар 4кг-1шт |
|  Бодибар 6кг-1шт |
|  Блин 1кг-2шт |
|  Блин 2кг-2шт |
|  Степ-доска разноуровневая 7шт. |
| Скакалка 2,5 м-1шт. |
| Игра боча |
|  Гантели 1кг-1пара |
|  Гантели 2кг-6пар |
|  Гантели 4кг-1пара |
|  Мяч волейбольный 7шт. |
|  Мячь футбольный 3шт. |
|  Медицинбол 1кг |
|  Гимнастический коврик 140 х 50 см х 0,6см 7шт |
|  Майки-манишки 2 цвета-6шт. |
|  Корзина напольная(броски мяча в цель) 2шт |
|  Съемная перекладина 1шт |
|  Фитнес мячи 7шт |
|  Конусы 2шт. |
|  Звенящий мяч волейбольный |
|  Секундомер |
|  Мяч баскетбольный 2шт. |
|  Мяч теннисный 40мм-2шт |
|  Мяч теннисный 2шт. |
|  Мяч массажный 2-шт. |
|  Мяч на резинке 4шт.  |
|  Контейнер-корзина для мелкого инвентаря |
|  Свисток |
|   |
|   |
|   |

Тулбокс участника.

Спортивная форма

Спортивная обувь с нескользкой подошвой Свисток судейский Спортивный секундомер