

Министерство просвещения РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Глазовский государственный инженерно-педагогический университет имени В.Г.
Короленко»

Утверждена
на заседании ученого совета университета
«22» апреля 2024 г. протокол № 10
Приказ № 48 от 24 апреля 2024 г.

Ректор Я.А. Чиговская-Назарова

**ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ**

Уровень основной профессиональной образовательной программы	бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)
Форма обучения	Очная

Глазов 2024

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-1

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-1.1. Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления, аргументированно формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение.

ИУК-1.2. Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности.

ИУК-1.3. Анализирует источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.02	Философия
Б1.О.02.03	Технологии цифрового образования
Б1.О.03.05	Естественнонаучная картина мира
Б1.О.06.01	Методы проектной и исследовательской деятельности
Б1.О.06.02	Методы качественного и количественного анализа данных
Б1.О.07.02	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте
Б1.О.07.13	Основы физики в работе учителя физической культуры
Б1.О.08.16	Биомеханика двигательной активности
Б1.О.08.18	Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-1

ФИЛОСОФИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	г	в	г	в	б	а-2 б-3 в-4 г-1	1-а 2-г 3-б 4-в

Ключ к практическому заданию

Основные разделы философии:

Онтология – учение о бытии;

Гносеология – учение о познании;

Философская антропология – учение о человеке;

Социальная философия – учение об обществе;

Этика – учение о морали;

Эстетика – учение о прекрасном в жизни и в искусстве;
 Логика – учение о мышлении, его законах и формах.
 Время выполнения заданий: не более 30 минут.

ТЕХНОЛОГИИ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	г	б	б	а	а

Ключ к практическому заданию:

Вопрос 1.

Вопрос 1:

Балл	Содержание критерия																		
4	<table><tr><td><i>Можно ли сделать этот вывод на основе данных статьи или инфографики?</i></td><td><i>Можно</i></td><td><i>Нельзя</i></td></tr><tr><td>20-летние чаще уходят в техникумы и колледжи, потому что им тяжело или просто скучно учиться в школе.</td><td>+</td><td></td></tr><tr><td>Высшее образование перестало давать преимущества при трудоустройстве.</td><td></td><td>+</td></tr><tr><td>В опросе участвовали только люди, которые продолжили учиться после школы.</td><td>+</td><td></td></tr><tr><td>Всё больше людей не могут найти средства на получение высшего образования.</td><td>+</td><td></td></tr><tr><td colspan="3">Выбраны все верные ответы</td></tr></table>	<i>Можно ли сделать этот вывод на основе данных статьи или инфографики?</i>	<i>Можно</i>	<i>Нельзя</i>	20-летние чаще уходят в техникумы и колледжи, потому что им тяжело или просто скучно учиться в школе.	+		Высшее образование перестало давать преимущества при трудоустройстве.		+	В опросе участвовали только люди, которые продолжили учиться после школы.	+		Всё больше людей не могут найти средства на получение высшего образования.	+		Выбраны все верные ответы		
	<i>Можно ли сделать этот вывод на основе данных статьи или инфографики?</i>	<i>Можно</i>	<i>Нельзя</i>																
	20-летние чаще уходят в техникумы и колледжи, потому что им тяжело или просто скучно учиться в школе.	+																	
	Высшее образование перестало давать преимущества при трудоустройстве.		+																
	В опросе участвовали только люди, которые продолжили учиться после школы.	+																	
	Всё больше людей не могут найти средства на получение высшего образования.	+																	
Выбраны все верные ответы																			
3	Выбрано 3 верных ответа																		
2	Выбрано 2 верных ответа																		
1	Выбран 1 верный ответ																		
0	Выбраны другие варианты ответа или ответ отсутствует																		

Вопрос 2.

Балл	Содержание критерия
1	Выбран ответ А) (61,3).
0	Выбраны другие варианты ответа или ответ отсутствует

Вопрос 3.

Балл	Содержание критерия
1	Выбран ответ Б) (Данные об образовании, полученном 30-летними).
0	Выбраны другие варианты ответа или ответ отсутствует

Вопрос 4.

Балл	Содержание критерия
2	<p>Выбраны ответы:</p> <p>Б) (Половина российских школьников после 9 класса уходят из школ, чтобы поступить в колледж или техникум),</p> <p>В) (Из тех, кто закончил 11 классов, большинство сегодня идут в вузы) и никакие другие.</p>

1	Выбран только один верный ответ
0	Выбраны другие варианты ответа или ответ отсутствует

Вопрос 5.

Балл	Содержание критерия
2	В выпадающих меню выбраны следующие ответы: А – 4. Недостаточно денег для вуза. Б – 3. Чтобы профессия давала хороший заработок
1	Выбран верный ответ только на один вариант
0	Выбраны другие варианты ответа или ответ отсутствует

ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНАЯ КАРТИНА МИРА

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	б	в	г	а	г	1 - б 2 - в 3 - г 4 - а	1 - б 2 - а 3 - г 4 - в

Ключ к практическому заданию (решению практической задачи):

Название	Номер рисунка
Опыт по наблюдению электромагнитной индукции	5
Модель атома Резерфорда	1
Цикл научного познания	6
Графен	2
Парниковый эффект	4
Неоднородность радиоактивного излучения	8
Молекула ДНК	3
Деление атомного ядра	7

МЕТОДЫ ПРОЕКТНОЙ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключи к тестам

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Вариант правильного ответа	б	в	б	б	г	1-а 2-в 3-г 4-б	1-в 2-б 3-г 4-а

Ключ к практическому заданию

Номер вопроса	Алгоритм действия
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Согласовать планирование с администрацией школы (завуч или зам.директора). 2. Определить и проверить туристический маршрут по ГТО. 3. Провести родительское собрание. Назначить ответственных лиц (минимально 4-х родителей для сопровождения детей)

	<p>4. Согласовать список с медицинским работником школы.</p> <p>5. Оформить документацию (план похода):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Техника безопасности; - Физкультурно-оздоровительная программа; - Программа питания; - Программа передвижения; <p>Согласовать результативность с администрацией школы (завуч или зам.директора).</p>
--	---

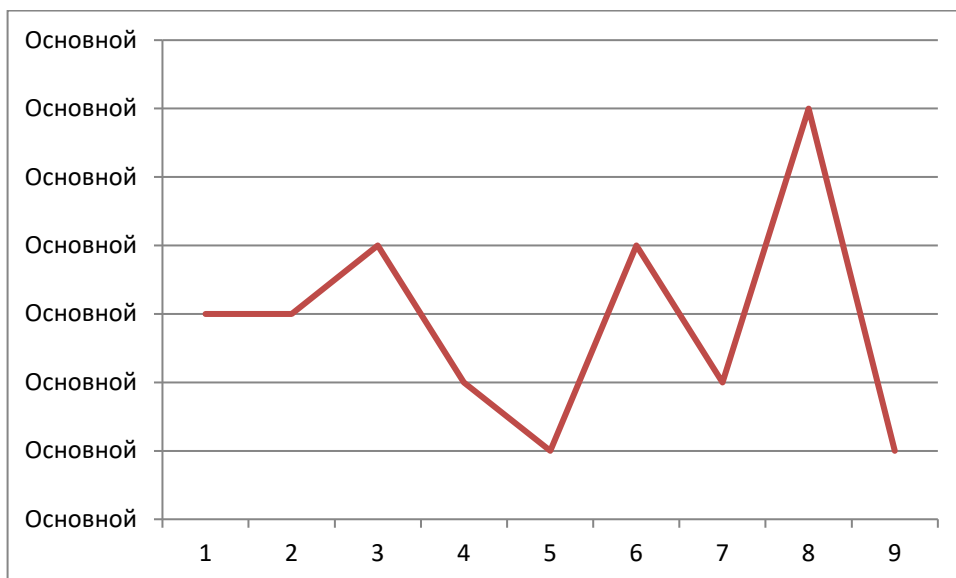
МЕТОДЫ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ ОБРАБОТКИ ДАННЫХ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	б	в	в	а	г	1-в 2-а 3-г 4-б	1-б 2-г 3-в 4-а

Ключ к практическому заданию (решению практической задачи):

№	x_i	n_i
1	1	3
2	2	3
3	3	4
4	4	2
5	5	1
6	6	4
7	7	2
8	8	6
9	9	1



ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Ключи к тестам

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Вариант правильного ответа	б	в	б	б	г	1-а 2-в 3-г 4-б	1-в 2-б 3-г 4-а

Ключ к практическому заданию:

Номер вопроса	Алгоритм действия
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Согласовать планирование с администрацией школы (завуч или зам. директора). 2. Определить и проверить туристический маршрут по ГТО. 3. Провести родительское собрание. Назначить ответственных лиц (минимально 4-х родителей для сопровождения детей) 4. Согласовать список с медицинским работником школы. 5. Оформить документацию (план похода): <ul style="list-style-type: none"> - Техника безопасности; - Физкультурно-оздоровительная программа; - Программа питания; - Программа передвижения; <p>Согласовать результативность с администрацией школы (завуч или зам. директора).</p>

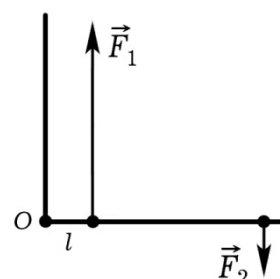
ОСНОВЫ ФИЗИКИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	в	в	б	г	б, в	1 - б 2 - а 3 - в 4 - г	1 - г 2 - в 3 - б 4 - а

Ключ к практическому заданию.

Схематически рука с локтевым суставом O показана на рисунке. Момент силы составляет $M=F_1l$. Подстановка числовых данных дает $M=800 \cdot 0,06=48(\text{Н} \cdot \text{м})$. Когда в руку взята гантель, на рычаг начинает действовать сила \vec{F}_2 . Нарисованная модель является весьма приближенной, потому что в системе действуют силы со стороны и других мышц.



БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	б	г	г	б	в	1-б 2-в 3-а 4-г	1-г 2-в 3-б 4-а

Ключ к практическому заданию.

Тензоплатформы предназначены для оценки опорных взаимодействий. Благодаря им можно получить динамограмму – кривую изменения усилий при взаимодействии человека с платформой. Чаще всего они используются у бегунов, позволяя посмотреть момент прохождения центра тяжести через стопу, на какую часть стопы распределяется нагрузка во время движения, выявить мышцы стопы и голеностопного сустава, находящиеся в гипертонусе, впоследствии требующие растяжения для правильного распределения нагрузки на стопу. Тензоплатформа так же показывает скорость отталкивания стопы и распределение осевой нагрузки на позвоночник.

У стрелков тензоплатформы могут применяться для оценки способности к удержанию равновесия. Современные тензоплатформы, благодаря специальным компьютерным программам, могут быть использованы не только для контроля за удержанием равновесия стрелков, но и для тренировки устойчивости. Спортсмен видит на экране малейшие изменения положения своего тела (обычно в виде траектории движения дула оружия относительно мишени) и учится его контролировать. Также предлагается несколько вариантов компьютерных игр, развивающих способность контролировать напряжение мышц ног и туловища. Например, меняя мышечные усилия и, как следствие, силу давления на платформу, предлагается забрасывать в виртуальную корзину виртуальные мячи.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Ключ к тесту:

№	1	2	3	4	5	6	7
ответ	г	г	б	г	в	1-а 2-а 3-в 4-г	1-г 2-в 3-б 4-а

Практическое задание:

Разработать положение о соревнованиях 2-3 его уровня.

Ответ на практическое задание.

Положение I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Открытое Первенство Удмуртской республики по легкой атлетике среди ДЮСШ (далее-соревнования) проводятся согласно Единому календарному плану официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Удмуртской Республики и согласно единого календарного плана официальных физкультурно-спортивных и спортивных мероприятий муниципального образования «Город Глазов».

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта Легкая атлетика, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации и ВФЛА, далее – Соревнования.

Цели и задачи:

- Популяризация легкой атлетики;
- Повышение спортивного мастерства и соревновательного опыта спортсменов;
- Отбор сильнейших спортсменов в состав сборной города;
- Патриотическое воспитание подрастающей молодежи.

II. РУКОВОДСТВО ОРГАНИЗАЦИЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство по организации несет Управление культуры, спорта и молодежной политики Администрации города Глазова. Организацию и проведение осуществляет главная судейская коллегия:

Главный судья - А.Б. Волков тел.89199100645

Главный секретарь - Л.В. Волкова тел. 89124693207

III. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 29-30 октября 2022 года на легкоатлетическом манеже (ул. Парковая 40 «а») МАУ СКК «Прогресс» г.Глазова.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТИНКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки 2005-2006, 2007 -2008 г.г.р., не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом, но не моложе 2010 года рождения. Основанием для допуска спортсмена к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена с надписью врача и заверенной личной печатью, при наличии подписи и расшифровки ФИО врача в конце заявки.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

1 день - 29.10. 2022 г.

13.00-14.00 - мандатная

14.45 - парад

15.00 – 60 метров девушки

15.30 – 60 метров юноши

16.00 – 1000 метров девушки

16.20 - финал 60 метров девушки + юноши (4 забега)

16.40 – 1000 метров юноши

17.00 – 300 метров девушки

17.15 – 300 метров юноши

17.30 – прыжки в длину девушки

18.10 – прыжки в длину юноши

18.30 – награждение

2 день – 30.10.2022 г.

10.00 – Спортивная ходьба 3000 м девушки

10.20 – Спортивная ходьба 3000 м юноши

11.00 – 100 метров девушки

11.30 – 100 метров юноши

12.00 – 3000 метров девушки

12.20 – 3000 метров юноши

12.50 –финал 100 метров девушки

12.55- финал 100 метров юноши

13.10 – 600 метров девушки

13.30 – 600 метров юноши

13.50 – смешанная эстафета 4 x 250м

14.20 – награждение

Виды:

1-ый день: 60 м, 100 м, 300 м., прыжки в длину с разбега;

2-ой день: 100 м, 300 м, 600 м., сп. \х 3000 м, 5000 м, эстафета 4 х 250 м (смешанная).

Каждый участник имеет право выступать или в двух спринтерских дисциплинах, или 1 спринтерском и одном виде на средние и длинные дистанции в день.

V. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Технические заявки, по форме (приложение №1), подаются до 29.10.2022 года на электронную почту lexavolk2008@yandex.ru. Медицинские заявки, по форме (приложение №2), подаются в день соревнований 29 октября до 14.00 часов. Участники не подавшие техническую заявку, к участию в соревнованиях не допускаются.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Определение победителей и призеров соревнований осуществляется согласно правил соревнований «Легкая атлетика».

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами и медалями.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению соревнований за счет привлеченных спонсорских средств.

Расходы по командированию (проезд, питание, проживание) участников соревнований обеспечивают командирующие организации. Проживание участников от 350 рублей.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. №353, а также требованиям действующих правил по виду спорта «Легкая атлетика».

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. №134н «О порядке оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке к проведению физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В местах проведения соревнований должен находиться квалифицированный медицинский персонал, контроль за обеспечением медицинского сопровождения осуществляет проводящая организация и главный судья соревнований.

Ответственность за жизнь и здоровье участников Соревнований в пути следования, выполнением участниками Соревнований правил техники безопасности, соблюдения дисциплины и порядка во время проведения Соревнований несут руководители команд.

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-2

Формулировка компетенции:

Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

И УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм.

ИУК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.

ИУК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.04	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности и антикоррупционное поведение
Б1.О.06.01	Методы проектной и исследовательской деятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-2

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И АНТИКОРРУПЦИОННОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	г	б	а	г	б	1-б 2-а 3-г 4-в	1-б 2-а 3-г 4-в

Ключ к практическому заданию:

Ответ на 1 вопрос:

Предусматриваются два вида договоров об образовании:

договор об образовании, заключаемый в случаях:

- приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования (п. 2 ст. 53 ФЗ «Об образовании в РФ»);
- приема на обучение по дополнительным образовательным программам;
- обучения за счет средств физических и (или) юридических лиц (п. 2 ст. 53 ФЗ «Об образовании в РФ»);

Ответ на 2 вопрос:

договор о целевом приеме и целевом обучении (п. 3 ст. 53 ФЗ «Об образовании в РФ»). Следовательно, заключение договора об образовании с лицами (законными представителями обучающихся), обучающимися за счет бюджетных средств на ступени начального общего образования, не требуется. Основанием возникновения образовательных отношений в рассматриваемом случае является распорядительный акт

образовательного учреждения – приказ о приеме/зачислении в образовательное учреждение.

МЕТОДЫ ПРОЕКТНОЙ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключи к тестам

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Вариант правильного ответа	б	в	б	б	г	1-а 2-в 3-г 4-б	1-в 2-б 3-г 4-а

Ключ к практическому заданию:

Типовые закономерности педагогической проектной деятельности:

1. Закономерность между процессом проектирования педагогического курса и комплексом внешних по отношению к нему условий и факторов.
2. Закономерность между деятельностью педагога и деятельностью обучающихся по проектированию педагогического курса.
3. Закономерность между отдельными компонентами процесса проектирования педагогического курса — задачами, содержанием, методами, формами, средствами, результатом.

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-3

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

И УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.

И УК-3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.02.02	Русский язык и культура речи
Б1.О.02.05	Основы публичного выступления
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.05.03	Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)
Б1.О.05.04	Основы вожатской деятельности
Б1.О.08.08	Организация спортивных соревнований и мероприятий

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-3

РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	а, г	а	в	а, б

Ключ к практическому заданию:

1. Согласно распоряжению директора.
2. Заведующий кафедрой.
3. Двадцать одна торговая компания уже заявила о своем расширении.
4. Никто не мог поставить диагноз, даже специалисты.
5. В выступлениях участвовал двадцать один человек.
6. Оплатить проезд.
7. По приезде в Москву я позвонил своему старому товарищу.
8. По зрелом размышлении мы отказались от поездки в Крым.
9. Общество покрывает дурные наклонности и потворствует им.
10. Слушатели пожелали писателю здоровья и избавления от болезней.

ОСНОВЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

Ключ к творческому заданию (решению практической задачи):

Ответ должен содержать следующие сведения в указанном порядке:

1. Сведения о себе, контактная информация
2. Образование (основное).
3. Образование (дополнительное).
4. Опыт работы (если есть).
5. Профессиональные навыки
6. Личные качества.
7. Дополнительная информация. Сведения о семейном положении, готовности к командировкам, наличии загранпаспорта, водительского удостоверения, готовности к ненормированному рабочему дню.

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	б	а	г	в

Ключ к практическому заданию № 1

Доверие, территориальность, принятие, чувство «Мы», эмпатия, общая цель, совместная деятельность, групповое мышление, общая мотивация, переживание принадлежности к группе, общие нравственные ценности.

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	а	б	г	б

Ключ к заданию :

номинальная группа	Этот уровень характеризуется четким осознанием членами группы общей цели, стремлением субъектов к сотрудничеству ради её достижения и выстроенными деловыми отношениями
Группа-ассоциация	Это группа, получившая свое название, имеющая внешне заданную цель и структуру. У группы минимальный опыт совместной деятельности, поэтому устойчивых межличностных отношений пока нет.
группа-кооперация	заданные извне цели, виды деятельности и способы их осуществления принимаются членами группы. Возникает первичная межличностная интеграция. Однако подлинного социально-психологического единства в этой группе нет
группы-автономии	особую ценность представляют не деловые отношения, опосредованные совместной деятельностью, а непосредственно-эмоциональные, личностные. В группе-автономии гипертрофировано “мы-чувство”, что порождает своеобразную болезнь – группоцентризм
Группа-коллектив	представляет собой высший уровень развития малой группы

ОСНОВЫ ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	г	а	г	б

Ключ к практическому заданию:

Описание кейса	Уровни решения		
	Ситуативный Что нужно сделать для устранения инцидента?	Операциональный Что нужно сделать, чтобы ситуация не вышла из-под контроля, не усугубилась?	Стратегический Почему так поступили?
Вы стали свидетелем, когда педагог незаслуженно обидел ребенка. Ваши действия?	<ul style="list-style-type: none"> - Вмешаться в разговор, чтобы увидеть эмоцию ребенка - По возможности эмоциональная поддержка 	<ul style="list-style-type: none"> - отозвать коллегу и поговорить с ним один на один; - предложить извиниться перед ребенком. 	<p>Сохранение благоприятного психо-эмоционального состояния ребенка.</p> <p>Сохранение положительного имиджа вожатого: нужно помочь вожатому</p>

	ребенка (техника активного слушания)		избежать возможных проблем с администрацией, если ребенок пожалуется родителям.
Вы обнаружили факт распития детьми спиртных напитков на территории лагеря. Ваши действия?	<ul style="list-style-type: none"> - изъять спиртное; - оповестить медработников 	<ul style="list-style-type: none"> - привести к врачу на освидетельствование; -сообщить администрации лагеря о случившемся; - совместно с администрацией провести расследование; - при необходимости поставить в известность родителей. 	Действия по инструкции по технике безопасности. Здоровьесбережение.
Родители (или лица, их заменяющие) не привели вовремя ребенка в отряд. Что делать воспитателю (вожатому?)	- позвонить родителям, выяснить причину.	- если до родителей не дозвонились, доложить директору лагеря письменно.	Действия по инструкции по технике безопасности.

ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Ключ к тесту:

№	1	2	3	4	5
ответ	б	а	б	г	г

Ключ к практическому заданию.

1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования проводятся с целью популяризации легкой атлетики, содействия развитию вида спорта и повышения уровня спортивного мастерства. В процессе проведения соревнований решаются задачи: - дальнейшего развития и популяризации легкой атлетики в городе Москве и России; - повышения спортивного мастерства спортсменов; - привлечения к регулярным занятиям физической культурой и спортом наибольшего количества детей, подростков и молодежи; - стимулирование занятий бегом и совершенствование спортсменов-любителей в беге.

2.ОРГАНИЗАТОРЫ

2.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется ООО «Центр функциональной, силовой и кондиционной подготовки имени О.Н.Сливенко» (далее – «Центр ФСКП»).

2.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию, утвержденную «Центр ФСКП».

3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

3.1. Турнир проводится на спортивном сооружении, определенном «Центр ФСКП», отвечающему требованиям соответствующих правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей. Ответственность за подготовку места соревнований, безопасность участников и зрителей возлагается на главного судью соревнований и руководителя спортивного сооружения.

3.2. Во время проведения соревнований будет обеспечено присутствие медицинского персонала в зоне непосредственной близости от места проведения соревнований.

4. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

4.1. Соревнования проводятся 11 сентября 2021 года на СК «Салют Гераклион», по адресу: город Москва, улица Лодочная, дом 15, строение 1А. 5. ПРОГРАММА И УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЯ

5.1. Соревнования личные и командные.

5.2. Виды соревнований: ● бег на 100 метров (мужчины и женщины); ● бег на 400 метров (мужчины и женщины); ● бег на 1000 метров (мужчины и женщины); ● эстафетный бег 800 х 600 х 400 х 200 м (смешанная эстафета - мужчины и женщины), Для детей ГЕРАКЛИОША (совместно с Кубком Т.П. Зеленцовой): ● бег на 30 метров (мальчики и девочки); / 2014 г.р. и младше / ● бег на 60 метров (мальчики и девочки); / 2012-2013 г.р. / 2010-2011 г.р. / ● бег на 60 метров с барьерами (мальчики и девочки); / 2010-2011 г.р. / 2008-2009 г.р. / 2006-2007 г.р. ● бег на 200 метров с барьерами (мальчики и девочки); / 2008-2009 г.р. ● бег на 300 метров с барьерами (мальчики и девочки); / 2006-2007 г.р. ● бег на 100 метров (мальчики и девочки); / 2008-2009 г.р. / 2006-2007 г.р. ● бег на 400 метров (мальчики и девочки); / 2006-2007 г.р. / (в том числе для участников соревнований по функциональному многоборью)

5.3. Забеги на 100 метров, 200 метров и 1000 метров проводятся отдельно по каждому кластеру: отдельно среди любителей и отдельно среди продвинутых бегунов.

5.4. Кластер участника определяется оргкомитетом. Заявочное время, указанное при регистрации, а также прежние официальные результаты участника – определяют выбор кластера.

5.5. К участию в Соревнованиях на 100 метров, 200 метров, 1000 метров и в эстафете допускаются все желающие в возрасте от 14 лет (2005 г.р.) и старше, оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru.

5.5.1. К участию в Соревнованиях на 30 метров допускаются дети 2014 г.р. и младше, оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru.

5.5.2. К участию в Соревнованиях на 60 метров допускаются дети 2012-2013 г.р., 2010-2011 г.р., оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru

5.5.3. К участию в Соревнованиях на 60 метров с барьерами допускаются дети 2010-2011 г.р., 2008- 2009 г.р., 2006-2007 г.р., оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru

5.5.4. К участию в Соревнованиях на 100 метров, 200 метров с барьерами и 300 метров с барьерами допускаются дети 2008-2009 г.р., 2006-2007 г.р., оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru

5.5.5. К участию в Соревнованиях на 400 метров допускаются дети 2006-2007 г.р., оплатившие регистрационный взнос на сайте russiarunning.ru

5.6. К участию в эстафете 800 х 600 х 400 х 200м допускаются смешанные команды. Состав команды: не менее одного участника каждого пола, участники этапов определяются командами самостоятельно.

5.7. Максимальное число участников Соревнования: ● бег на 100 метров – 100 человек, ● бег на 400 метров – 60 человек, ● бег на 1000 метров – 100 человек, ● эстафета 800 х 600 х 400 х 200 м – 20 команд (80 человек), ● бег на 30 метров (дети) – 60 человек, ● бег на 60 метров (дети) – 160 человек, ● бег на 60 метров с барьерами (дети) – 60 человек, ● бег на 300 метров с барьерами (дети) – 60 человек, ● бег на 100 метров (дети) – 60 человек, ● бег на 400 метров (дети) – 60 человек 5.8. Максимальное количество участников – до 800 человек.

5.9. Участник имеет право принять участие в одном или нескольких видах соревнований (на усмотрение участника).

6. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ

6.1. Электронная регистрация участников Соревнований открыта с 09 августа 2021 г. до 12:00 08 сентября 2021 г.

6.1.1. При регистрации участник обязан точно указывать персональные данные, полностью совпадающие с паспортными. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил регистрационный взнос.

6.1.2. Регистрация участника аннулируется, если участником указаны ложные, неточные или неполные данные. В случае аннулирования регистрации денежные средства не возвращаются.

6.1.3. При регистрации участник обязан указать в специальном поле уровень подготовленности для определения стартового кластера.

6.2. При регистрации эстафетных команд представитель команды обязан указывать персональные данные в соответствии с паспортными данными участников команды. Команда считается зарегистрированной, если ее представитель заполнил заявку и оплатил регистрационный взнос.

6.2.1. При регистрации эстафетных команд представитель команды обязан регистрировать участников в порядке прохождения этапов Эстафеты.

6.3. Электронная регистрация может быть закрыта досрочно при достижении максимального числа участников Соревнования, предусмотренного в п.5.8 настоящего Положения.

6.4. Зарегистрированный участник может переоформить свою регистрацию в индивидуальном зачете на другого человека на сайте russiarunning.com до 1 сентября 2021.

6.4.1. Для замены участника в эстафетной команде, представитель зарегистрированной команды должен отправить заявку в свободной форме на адрес sport@geraklion.ru. Заявка должна быть отправлена с электронной почты, указанной при регистрации.

7. УСЛОВИЯ ДОПУСКА К СОРЕВНОВАНИЯМ

7.1. Допуском участника к Соревнованиям является стартовый номер.

7.1.1. Участник без стартового номера к участию в Соревновании не допускается.

7.2. Допуск участника к Соревнованиям и получение участником стартового пакета осуществляется при личном предоставлении Организаторам Соревнований следующих документов:

7.2.1. оригинал паспорта/удостоверения личности;

7.2.2. оригинал медицинской справки с печатью выдавшего учреждения, с подписью и печатью врача, в которой должно быть указано, что участник допущен к Соревнованиям на выбранную им дистанцию или более длинную дистанцию;

7.2.3. для участников в возрасте до 17 лет: оригинал согласия от родителей на участие в Соревнованиях или личное присутствие одного из родителей при получении стартового пакета.

7.3. Допуск участника к Соревнованиям и получение участником стартового пакета возможен через доверенное лицо и осуществляется при предоставлении доверенным

лицом участника Организаторам Соревнований следующих документов: ● копия паспорта/удостоверения личности участника Соревнований; ● паспорт/удостоверение личности доверенного лица; ● оригинал медицинской справки на имя участника Соревнований с печатью выдавшего учреждения, с подписью и печатью врача, в которой должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию или более длинную дистанцию; ● оригинал доверенности на имя доверенного лица; ● для участников в возрасте до 17 лет: оригинал согласия от родителей на участие в Соревновании

7.4. Оригиналы медицинских документов не взимаются организаторами. Достаточно предъявить оригинал медицинского документа и сдать копию. Медицинские документы должны быть оформлены не ранее 11 марта 2021 года.

7.5. При отсутствии удостоверения личности, медицинской справки участник к Соревнованию не допускается, стартовый номер и стартовый пакет участника Соревнований не выдается.

7.6. Участники допускаются к Соревнованиям только в спортивной форме одежды.

8. РЕГИСТРАЦИОННЫЙ ВЗНОС

8.1. Оплата регистрационного взноса обязательна для участия в Соревнованиях.

8.2. Размер регистрационного взноса составляет: Вид соревнований 09 августа – 31 августа 1 сентября – 08 сентября 100 метров 600 рублей 800 рублей 400 метров 700 рублей 900 рублей 1000 метров 1000 рублей 1200 рублей Эстафета 800 x 600 x 400 x 200 м 2000 рублей 2400 рублей Бег на 30 м (дети) 200 рублей 200 рублей Бег на 60 (дети) 200 рублей 200 рублей Бег на 100 м (дети) 200 рублей 200 рублей Бег на 400 м (дети) 400 рублей 400 рублей Бег на 60 м с барьерами (дети) 200 рублей 200 рублей Бег на 200 м с барьерами (дети) и 300 м с барьерами (дети) 200 рублей 200 рублей

8.3. Оплата регистрационного взноса осуществляется электронным платежом с 09 августа 2021 года по 12:00 08 сентября 2021 года.

9. РАСПИСАНИЕ И СТАРТОВЫЙ ПАКЕТ УЧАСТНИКА

9.1. Выдача стартовых пакетов со стартовым номером будет осуществляться отдельно по каждому виду соревнований. Время и место выдачи стартовых пакетов будет сообщено не позднее 09 сентября 2021 года.

9.2. Участник обязан забрать стартовый пакет не позднее, чем за 1 час до старта своего вида соревнования.

9.3. Предварительное расписание соревнований будет опубликовано на сайте www.russiarunning.com и www.rusathletics.com не позднее 09 сентября 2021 года.

10. РЕГИСТРАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

10.1. Результаты участников Соревнования фиксируются электронной системой хронометража и фотофиниша Lynx.

10.2. Итоговый протокол будет опубликован на сайте www.russiarunning.com и www.rusathletics.com.

10.3. Итоговый протокол является окончательным и изменениям не подлежит.

11. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ

11.1. Определение победителей и призеров в каждом виде соревнований происходит по лучшему (наименьшему) времени.

11.2. Определение победителей и призеров в Соревнованиях на 100 метров, 400 метров, 1000 метров происходит по каждому кластеру.

11.3. Победители и призеры в личном первенстве определяются в каждом виде Соревнований у женщин и мужчин.

11.4. Победители и призеры в смешанных эстафетах определяются по лучшему времени (наименьшему) в абсолютном.

11.5. Награждение победителей и призеров в отдельных видах Соревнований в абсолютном первенстве среди мужчин и женщин производится с 1 по 3 место.

11.6. Награждение победителей и призеров в командных эстафетах производится с 1 по 3 место.

11.7. Победители и призеры Соревнования получают памятные призы.

12. ПРОТЕСТЫ И ПРЕТЕНЗИИ. СРОКИ ПОДАЧИ ПРОТЕСТОВ И ПРЕТЕНЗИЙ

12.1. Судейство Соревнований осуществляется по правилам World Athletics.

12.2. Участник вправе подать протест или претензию, которые рассматриваются судейской коллегией, в состав которой входят главный судья, старший судья стартово-финишной зоны и главный секретарь.

12.3. К протестам и претензиям могут относиться:

12.3.1. протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест;

12.3.2. протесты и претензии, касающиеся дисквалификации участника за неспортивное поведение.

12.4. Данные индивидуальных измерителей времени к рассмотрению не принимаются.

12.5. Претензии принимаются только от участников Соревнований или от лиц, являющихся официальными представителями участников.

12.6. Сроки подачи протестов и претензий, а также способ их подачи:

12.6.1. Протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест в абсолютном первенстве, принимаются в письменной или устной форме с момента объявления победителей и до официальной церемонии награждения.

12.6.2. Распределение призовых мест после церемонии награждения может быть пересмотрено судейской коллегией только при выявлении фактов нарушения победителем действующих правил, если выявление нарушений было невозможно до церемонии награждения.

12.6.3. Решение о пересмотре призовых мест принимается Главным судьей Соревнований.

13. ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ

13.1. Судейская коллегия оставляет за собой право дисквалифицировать участника:

13.1.1. в случае участия под стартовым номером, зарегистрированным на другого участника;

13.1.2. в случае участия без стартового номера;

13.1.3. в случае, если врач Соревнования принял решение о снятии участника с дистанции по состоянию здоровья;

13.1.4. за передачу эстафетной палочки вне зоны передачи и другие нарушения в соответствии с правилами World Athletics.

13.2. Спортсмен может быть дисквалифицирован за неспортивное поведение на Соревновании. Решение о дисквалификации принимается главным судьей в соответствии с пунктом 145.2 World Athletics.

13.3. Спортсмен дисквалифицируется в случае неполучения стартового номера менее чем за час до старта своего забега в соответствии с пунктом настоящего положения

14. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

14.1. Подробная информация и Положение о Соревнованиях размещена на сайте <http://geraklion.ru>.

14.2. За информацию на других информационных ресурсах Оргкомитет ответственности не несет. Настоящее Положение может быть изменено или прекращено Организаторами в одностороннем порядке без предварительного уведомления участников и без выплаты какой-либо компенсации в связи с этим.

ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ!

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-4

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

И УК-4.1. Владеет системой норм русского литературного языка при его использовании в качестве государственного языка РФ и нормами иностранного(ых) языка(ов), использует различные формы, виды устной и письменной коммуникации.

ИУК-4.2. Использует языковые средства для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.

ИУК-4.3. Осуществляет коммуникацию в цифровой среде для достижения профессиональных целей и эффективного взаимодействия.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.02.01	Иностранный язык
Б1.О.02.02	Русский язык и культура речи
Б1.О.02.04	Практика читательской деятельности
Б1.О.02.05	Основы публичного выступления

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-4

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК)

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	4	3	2	3	4	1-d 2-c 3-b 4-a	1-d 2-c 3-a 4-b

Ключ к практическому заданию (примерный образец готового резюме):

Resume

Personal information

Name: Viktoria Savina
Address: Kirov Street 53/3, app. 160
 Glazov, 427600
 Udmurt Republic
 Russia

Phone: +8-812-100-38-94
Date of birth: 16 August 1994
Age: 20

Education

2012 — present time Glazov State Pedagogical Institute, Russia
 2002 — 2012 Secondary school № 1, Glazov, Russia

Work Experience

June 2013 – August 2013 Assistant Tutor at the summer camp, Glazov, Russia

Skills**Computer skills:** Microsoft Office (Word, Excel), Outlook Express**Languages:**

Russian — native

English — working knowledge

Driving License: Category B

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (НЕМЕЦКИЙ ЯЗЫК)

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	б	а	в	г	б	1-а 2-в 3-б 4-г	1-а 2-в 3-б 4-г

Ключ к практическому заданию:

Unsere Hauptfächer sind allgemeine Psychologie, Entwicklungspsychologie, pädagogische Psychologie, Persönlichkeitspsychologie, physiologische Psychologie, Sozialpsychologie, klinische Psychologie und andere.

РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	а	г	б	в

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2
Номер правильного ответа	1-г 2-а 3-б 4-в	1-б 2-г 3-а 4-в

Ключ к практическому/творческому заданию:**1. Вставьте пропущенные слова:**

1) Устная речь педагога существует в двух разновидностях – в монологе (монологическая речь) и в диалоге (диалогическая речь). Рассказ, школьная лекция, комментарий, толкование правил, законов, развернутые оценочные суждения – это формы **монологической** речи; беседа с учениками – это форма **диалогической** речи.

2) словесное объяснение нового материала на занятии, выступление перед учащимися и коллегами, воспитательная беседа, анализ ошибок учеников и т.п. – это **вербальные**

средства педагогического общения; жесты, мимика, поза, осанка и т.п. — это **невербальные** средства педагогического общения.

2. Исправьте ошибки в предложениях:

Наблюдается **значительное** улучшение условий жизни.

Незнакомец сел на коня и поехал **верхом**.

Он еще в **ранней** юности начал писать песни.

Выгул собак запрещается.

Сегодня у нас гость из Волгограда.

ПРАКТИКА ЧИТАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2
Номер правильного ответа	1-а 2-г 3-в 4-б	1-в 2-б 3-а 4-г

ОСНОВЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

Ключи к тесту:

	Номер вопроса	1	2	3	4	5
	Номер правильного ответа	1	1	4	1	4

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-5

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-5.1. Анализирует социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских, религиозных и этических учений.

ИУК-5.2. Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям Отечества.

ИУК-5.3. Конструктивно взаимодействует с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции

ИУК 5.4 Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношению к историческому наследию и культурным традициям

ИУК 5.5 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп

ИУК 5.6 Проявляет в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на

знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира
ИУК 5.7 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументировано обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.01	История (история России, всеобщая история)
Б1.О.01.02	Философия
Б1.О.04.04	История образования и педагогической мысли
Б1.О.05.01	Основы государственной политики в сфере межнациональных и межконфессиональных отношений
Б1.О.07.06	История физической культуры и спорта
Б1.О.01.05	Основы Российской государственности
Б1.О.04.05	Педагогические технологии социализации и языковой адаптации обучающихся с миграционной историей

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-5

ИСТОРИЯ (ИСТОРИЯ РОССИИ, ВСЕОБЩАЯ ИСТОРИЯ)

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	3	4	2	3	1

ФИЛОСОФИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	в	в	г	б

ИСТОРИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МЫСЛИ

Ключ к практическому заданию:

Периодизация историко-педагогического процесса возможна по нескольким критериям: исторические события и периоды, культурные изменения, господствующий метод, деятельность ведущего педагога и т.д. Наиболее простой и понятной для обучающихся представляется периодизация на основе исторических событий. Наиболее полной и подробной представляется периодизация на основе господствующего метода. Однако для примера приведем периодизацию историко-педагогического процесса на основе ведущего организатора образования:

- от ранних памятников, до позднего Средневековья – церковь (примеры).
- 18-первая половина 19 в. – общественные организации (примеры).
- вторая половина 19 в. -20 в. – государство (примеры).

ОСНОВЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫХ И МЕЖКОНФЕССИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	в	в	а	г

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1				2			
Номер правильного ответа	1	2	3	4	1	2	3	4
	в	а	б	г	б	г	в	а

Ключ к практическому заданию:

Андрей Николаевич вёл себя в соответствии с нормами русской культуры, в которой прикосновение к ребёнку – вне зависимости от его пола – является выражением теплоты и заботы. В целом русские чаще используют жесты-прикосновения (поглаживания, похлопывания, поцелуи, объятия) и обращаются между собой на более близком расстоянии, чем кавказцы. Кроме того, русская культура более «глазеющая», чем кавказские культуры: женщины без стеснения смотрят в глаза мужчинам и встречают их взгляд. Если человек отводит взгляд от собеседника, его могут заподозрить в неискренности. В воспитательных беседах с ребёнком очень часто повторяется фраза «смотри в глаза».

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	в	в	б	г	а	1- г 2- в 3- б 4- а	1-б 2- в 3-а 4-г

8.

1. Причины появления физической культуры
2. Гипотезы происхождения физической культуры
3. Теория игры Шиллера
4. Теория магии Рейнака
5. Теория излишней энергии Спенсера

Ключ к практическому заданию:

1. ... трудовые. Герой Труда.
2. ... героического подвига. Герой России.
3. ... десять и более детей. Мать-героиня.

ОСНОВЫ РОССИЙСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОСТИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер	в	а	а	в	б	1-г	1-б

правильного ответа			б			2-а 3-в 4-б	2-в 3-а 4-г
-----------------------	--	--	---	--	--	-------------------	-------------------

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-6

Формулировка компетенции:

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни.

ИУК-6.2. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.02.04	Практика читательской деятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-6

ПРАКТИКА ЧИТАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правиль ного ответа	в	а	в	в	г

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-7

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

И УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

ИУК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.01	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
Б1.О.03.04	Физическая культура и спорт

Б1.О.03.06	Элективные курсы по физической культуре и спорту
Б1.О.07.08	Гимнастика с методикой преподавания
Б1.О.07.09	Легкая атлетика с методикой преподавания
Б1.О.07.10	Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания
Б1.О.07.11	Плавание с методикой преподавания
Б1.О.07.12	Лыжная подготовка с методикой преподавания
Б1.О.08.01	Спортивная подготовка обучающихся
Б1.О.08.03	Организация дополнительного образования в сфере Физической культуры и спорта
Б1.О.08.06	Медико-биологическое сопровождение многолетней подготовки квалифицированных спортсменов
Б1.О.08.11	Адаптивная физическая культура
Б1.О.08.12	Гигиена физического воспитания
Б1.О.08.13	Анатомия человека
Б1.О.08.14	Спортивная метрология
Б1.О.08.17	Профессиональная деятельность детского тренера по базовым видам спорта
Б1.В.ДВ.01.01	ПФСС легкая атлетика
Б1.В.ДВ.01.02	ПФСС плавание
Б1.В.ДВ.02.01	ПФСС волейбол
Б1.В.ДВ.02.02	ПФСС лыжная подготовка
Б1.В.ДВ.03.01	ПФСС футбол, мини-футбол
Б1.В.ДВ.03.02	ПФСС подвижные игры
Б1.В.ДВ.04.01	ПФСС баскетбол
Б1.В.ДВ.04.02	ПФСС гимнастика

**ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ
СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7**

ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	а	г	в	а	г

Ключ к практическому заданию:

Изменения голоса могут быть вызваны поражением голосовых складок гортани.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	б	б	г	б	б

Ключ к практическому заданию:

Комплекс № 1 ОРУ на месте.

1. Исходное положение – о.с. 1- руки в стороны, 2- руки вверх, 3- руки в стороны, 4 – Исходное положение.
2. Исходное положение - стойка, ноги вместе руки в замок перед грудью. 1- выпрямить руки вперед, 2- Исходное положение 3 – выпрямить руки вверх, 4 – Исходное положение.

3. Исходное положение - правая рука вверх, левая вниз. 1,2- отведение прямых рук назад, со сменой положения, 3,4 – то же левая вверх.
4. Исходное положение - стойка, ноги вместе, руки к плечам. 1-4 - разноименные круговые вращения руками в одну сторону, 5-8 – разноименные круговые вращения руками в другую сторону.
5. Исходное положение - стойка, ноги врозь, руки перед грудью в замок. 1,2 –повороты туловища вправо, 3,4 – повороты туловища влево.
6. Исходное положение - стойка, ноги врозь, руки на поясе 1,2 – наклоны вправо, 3,4 – наклоны влево.
7. Исходное положение - стойка, ноги врозь, руки на поясе. 1,2,3 – наклоны вперед, 4 – Исходное положение
8. Исходное положение - стойка, ноги врозь, руки в стороны. 1- наклон вперед с поворотом вправо, касаясь правой рукой левой ноги. 2- Исходное положение 3- наклон вперед с поворотом влево, касаясь левой рукой правой ноги. 4 – Исходное положение
9. Исходное положение - присед на правой ноге, левая в сторону прямая. 1-3- наклон вперед к прямой ноге, 4 – перенос центра тяжести на левую ногу.
10. Исходное положение - выпад правой ногой вперед, руки за спину, спина прямая. 1-3- пружинистые покачивания, 4 – смена положения ног прыжком.
11. Исходное положение -стойка, ноги врозь, руки вперед, немного в стороны. 1- мах правой ногой к левой ноге, 2 – И.п, 3 – мах левой ногой к правой ноге, 4 – И.П.
12. Исходное положение - стойка ноги врозь, руки вниз. 1,3- прыжок, хлопок над головой, 2,4 –прыжок, руки в исходное положение.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ)

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	в	б	г	в	в

Ключ к практическому заданию:

Линейный мат, в шахматах — мат тяжёлыми фигурами, обычно двумя ладьями (реже ладьёй и ферзём, двумя ферзями). Ладьи располагаются на соседних вертикалях, отсекая короля противника к краю доски. При приближении короля противника к ладье — ладьи переходят на другой край доски и отсечение происходит по той же схеме.

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	г	а	б	г	б

Ключ к практическому заданию:

Упражнения для одной серии круговой тренировки:

1. Непрерывный бег в течение 5–7 минут.
2. Приседания. 10-15 повторений.
3. Выпады вперед. 10-15 повторений на каждую ногу.
4. Подъем на носки. 30-40 повторений на каждую ногу.
5. Планка в течение 45 секунд.
6. Отжимания от пола. 10-15 повторений.
7. Берпи. 10-15 повторений.

Выполнять упражнения 3 круга.

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	а	в	а	а	б

Ключ к заданию

Номер вопроса	Комплекс
1	<p>1. И.п.: стоя, руки подняты вверх. Наклон назад, глубокий наклон вперед, рывком отвести руки назад (туловище и голова тяжело свисают вниз). Наклон вперед, поднять руки вверх и вернуться в.п. То же пружинящим движением в полуприседе.</p> <p>2. И.п.: стоя, ноги врозь, руки подняты вверх. Два маха руками назад, глубокий расслабленный наклон вперед и два пружинящих движения в наклоне, пальцы и ладони касаются пола.</p> <p>3. И.п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны. Отведя таз вправо, умеренный наклон влево, левой рукой потянуться влево, правую расслабленно поднять вверх. Вернуться в и.п. То же в другую сторону.</p> <p>4. И.п.: лежа на спине, напрягая мышцы живота и ягодиц, прижать поясницу к полу, руки в стороны, ладони на полу. Поднять ноги невысоко и сделать каждой ногой по 4 круговых движения (изнутри к наружу). Положить ноги на пол и расслабить мышцы живота и ягодиц.</p> <p>5. И.п.: лежа на спине, руки на затылке, ноги согнуть перед собой. Выпрямить ноги вверх и положить их вправо на пол (плечи и локти прижаты к полу). Вернуться в и.п. То же в другую сторону.</p>

ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	в	а,б,г	б,в	а

Ключ к практическому заданию

Методические требования
<p>1. Комплекс должен состоять из 8-10 упражнений</p> <p>2. 1-2 упражнения комплекса должны быть упражнения малой активности: упражнения на осанку, дыхание</p> <p>3. Последующие упражнения комплекса должны составляться в анатомической последовательности</p> <ul style="list-style-type: none"> - для мышц шеи - верхнего плечевого пояса - туловища - пояса нижних конечностей

- упражнения повышенной активности, силовые или координационные
- упражнения на дыхание, осанку.
- 4. Предпоследние упражнения-упражнения повышенной активности (прыжки), силовые или координационные упражнения
- 5. Последнее упражнение комплекса – упражнение малой активности
- 6. Упражнения описываются на 4, 8 счетов
- 7. Описание упражнений начинается с и. п.
- 8. Первоначально описанию подлежат основные движения, в последующем- движения, дополняющие основное движение
- 9. Упражнения должны быть содержательными, координационными
- 10. Приветствуется комплекс на основе какого-либо сюжета
- 11. Запись комплекса осуществляется в стандартной форме

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ ответов;

1-а	2-а	3-а	4-а	5-а
-----	-----	-----	-----	-----

Ключ к практическому заданию

Описание упражнения	дозировка	Методические указания
1.Бег с высоким подниманием бедра	30-40 метров	Постановка ноги на переднюю часть стопы, спина прямая корпус слегка наклонен вперед, колено поднимается до уровня таза, стопа находится под коленом. Во время постановки нога выпрямляется в коленном суставе
1. Высокие подскоки	30-40 метров	Подскоки производятся из положения шага с последующим выпрыгиванием вверх-вперед, толчковая нога выпрямляется полностью, маховая нога делает мах согнутой в коленном суставе ногой , стопа в это время находится под проекцией коленного сустава. Противоположная согнутому колену рука, устремляется вперед – вверх. Приземляемся на толчковую ногу, делаем короткий шаг и выталкиваемся с другой ноги.

2. Многоскоки	30-40 метров	<p>Прыжки с ноги на ногу производятся ритмично со всей стопы с последующим перекатом на носок. «Олений бег»</p> <p>В момент отталкивания , толчковая нога выпрямляется во всех суставах, проталкивая общий центр масс вперед – вверх, корпус прямо наклонен вперед, противоположная нога(маховая), согнута в коленном суставе под углом 90-95 градусов, носок натянут на себя, руки ритмично сменяют положение синхронно ногам.</p> <p>Приземление на маховую ногу производим на всю стопу под проекцию ОЦМ.</p>
3. Многоскоки в 3 шага	30-40 метров	<p>Производится разбег в 3 шага с последующим прыжком вверх- вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.</p>
4. Многоскоки в 5 шагов	30-40 метров	<p>Производится разбег в 5 шагов с последующим прыжком вверх- вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.</p>

СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	б	а	в	б

Ключ к практическому заданию:

Типовой комплекс упражнений для подготовительной части занятий по подвижным играм:

- для головы.

- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны головой. На счёт 1 наклон головы вперёд, на счёт 2 назад, на счёт три 3 в левую сторону, на счёт 4 в правую сторону.

- и.п. тоже. Повороты головой. На счёт 1,2 поворот головы в левую сторону, на счёт 3,4 в правую сторону.

- и.п. тоже. Круговые движения головой. На счёт 1,2,3,4 круговые движения в левую сторону. На счёт 1,2,3,4 в правую сторону.

- для рук.

- и.п. ноги на вместе, правую руку вверх над головой, левую руку вниз в дол туловища. Рывки руками. На счёт 1,2 рывки руками, на счёт 3,4 смена положения рук.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки перед грудью. Рывки руками. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в левую сторону. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в правую сторону.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки к плечам. Круговые движения плечами. На счёт 1,2,3,4 круговые движения вперёд. На счёт 1,2,3,4 круговые движения назад.
- для туловища.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны туловищем. На счёт 1 наклон туловища вперёд, на 2 назад, на 3 в левую сторону, на 4 в правую сторону.
- и.п. тоже. Повороты туловищем. На счёт 1,2 повороты туловища в левую сторону, на счёт 3,4 в правую сторону.
- и.п. тоже. Круговые движения туловищем. На счёт 1,2,3,4 круговые движения туловищем в левую сторону, на счёт 1,2,3,4 в правую сторону.
- для ног.
- и.п. Ноги вместе. Руки на пояс. Прыжки на месте.
- и.п. Ноги на ширине плеч, руки вытянули перед собой. Махи ногами. На счёт 1,2 махом левой ноги носком касаемся кисти правой руки, на счёт 3,4 махом правой ноги носком касаемся кисти левой руки.
- и.п. (для девочек) руки на пояс, ноги на ширине плеч. (для мальчиков) руки за голову ноги на ширине плеч. Приседания.

ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	б	в	г	в	а

Ключ к практическому заданию

Методические требования
<ol style="list-style-type: none"> 1. Комплекс должен состоять из 8 упражнений (не менее) 2. 1-2 упражнения комплекса должны быть направлены на разогревание организма, создать положительный настрой для дальнейшей двигательной активности 3. Последующие упражнения составляются в анатомической последовательности <ul style="list-style-type: none"> - для мышц шеи - верхнего плечевого пояса - туловища - пояса нижних конечностей 4. Упражнения должны быть направлены на разогревание основных (больших) групп мышц, задействованных при обучении изучаемого способа плавания 5. Упражнения комплекса должны нести имитационный характер движений изучаемого способа плавания 6. Запись комплекса осуществляется в традиционной форме. Упражнения описываются на 4, 8 счетов. Описание упражнений начинается с и. п. Первоначально описанию подлежат основные движения, в последующем- движения, дополняющие основное движение. 7. Упражнения должны быть содержательными, координационными

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ ответов;

1-б	2-г	3-б	4-в	5-в
-----	-----	-----	-----	-----

Ключ к практическому заданию 1

КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЛЫЖАХ

Подготовительные упражнения начинающего лыжника. Основным движением лыжника является скольжение и начинать вырабатывать его следует с ходьбы на лыжах, а палки использовать для равновесия и устойчивости. Для некоторых данные упражнения покажутся достаточно простыми, но ими должен овладеть каждый начинающий лыжник независимо от возраста и начальной подготовки.

Комплекс упражнений (с лыжными палками и без них) для овладения умением катания на лыжах

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, круговые вращения руками в плечевом суставе вперед и назад на 4 счета.

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, руки за голову в замок. Повороты туловища в левую и в правую сторону на 4 счета.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Перенести вес тела с правой на левую лыжу, затем переступание с правой на левую лыжу. Палками стараться не помогать.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Неглубокие приседания, ноги выпрямляться в коленях полностью. Палки назад лапками вверх.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поочередное поднятие носков и пяток лыж при небольшом сгибании ног в колене с опорой на палки.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Дополнительное упражнение на равновесие. Небольшие прыжки с ноги на ногу. Палки на весу лапками назад.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Махи слегка согнутой ногой вперед-назад с опорой и без на палки.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Стоя на слегка согнутых в коленях ногах и немного наклонив туловище вперед совершаем попеременные махи руками вперед до уровня глаз и назад до уровня бедер.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Упражнение на овладение скольжением на лыжах. Небольшие выпады правой, затем левой ногой.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поочередные махи вправо и влево с опорой на палки и без. Поочередное поднятие и перестановка носков лыж в сторону.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Упражнение «солнышко». Поворот на 360 градус переступанием вокруг пяток лыж сначала в правую сторону, затем в левую сторону. Также и относительно носков лыж.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поворот махом правой или левой лыжи. Махом через лыжу вперед и назад, а также прыжком с опорой на палки и без них.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Приставные шаги в сторону с опорой на палки и без.

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч. Выпад правой вперед опереться на палки, пружинящие движения на растяжку мышц ног

И. п. — стоя на лыжах, опираясь на лыжные палки. На счет «раз» — поставить правую лыжу на пятку; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три» — поставить левую лыжу на пятку; на счет «четыре» — вернуться в исходное положение.

И. п. — стоя на лыжах, опираясь на лыжные палки. На счет «раз» — отвести правую ногу максимально назад; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три-четыре» — то же самое левой ногой.

И. п. — стоя на лыжах, лыжные палки произвольно. На счет «раз» — повернуть правую лыжу на 90°; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три-четыре» — то же самое левой лыжей.

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Ключ к тестированию

№	1	2	3	4	5
ответ	а	а	б	а	г

Ключ к практическому заданию:

Описание упражнения	дозировка	Методические указания
1.Бег с высоким подниманием бедра	30-40 метров	Постановка ноги на переднюю часть стопы, спина прямая корпус слегка наклонен вперед, колено поднимается до уровня таза, стопа находится под коленом. Во время постановки нога выпрямляется в коленном суставе

5. Высокие подскоки	30-40 метров	Подскоки производятся из положения шага с последующим выпрыгиванием вверх-вперед, толчковая нога выпрямляется полностью, маховая нога делает мах согнутой в коленном суставе ногой, стопа в это время находится под проекцией коленного сустава. Противоположная согнутому колену рука, устремляется вперед – вверх. Приземляемся на толчковую ногу, делаем короткий шаг и выталкиваемся с другой ноги.
6. Многоскоки	30-40 метров	Прыжки с ноги на ногу производятся ритмично со всей стопы с последующим перекатом на носок. «Олений бег» В момент отталкивания, толчковая нога выпрямляется во всех суставах, проталкивая общий центр масс вперед – вверх, корпус прямо наклонен вперед, противоположная нога(маховая), согнута в коленном суставе под углом 90-95 градусов, носок натянут на себя, руки ритмично сменяют положение синхронно ногам. Приземление на маховую ногу производим на всю стопу под проекцию ОЦМ.
7. Многоскоки в 3 шага	30-40 метров	Производится разбег в 3 шага с последующим прыжком вверх-вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.
8. Многоскоки в 5 шагов	30-40 метров	Производится разбег в 5 шагов с последующим прыжком вверх-вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	а	а	б	а	а	1-б 2-г 3-в 4-а	1-б 2-г 3-в 4-а

Ключ к практическому заданию

1. а) план работы спортшколы на год; б) структура спортшколы; в) проведение соревнований по баскетболу по круговой системе; г) организация дня здоровья в школе; д) работа председателя спортклуба с физорганами.

2. Основные этапы проекта: 1) создание; 2) реализация; 3) подведение итогов проектирования.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	б	а	б	в	а

Ключ к практическому заданию

Вариант правильного ответа	Мотивация, психоэмоциональное состояние, память, внимание, мышление, воля
----------------------------	---

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	а	в	в	а

Ключ к практическому заданию:

Примерный комплекс общеразвивающих упражнений для обучающихся с нарушением зрения:

1. Круговые движения глазами яблоками. Выполнять медленно в различных направлениях в течение 10-15 сек.
2. Палец держать перед носом на расстоянии около 30 см, один глаз закрыт. Переводить взгляд с дальнего предмета на палец и обратно в течение 10 – 15 сек.

3. И. п. – стоя, ноги врозь, руки на поясе. Наклоны вперед прогнувшись, руки назад-пальцы соединить в замок, лопатки соединить, смотреть вперед.
4. И. п. – ноги вместе, руки на поясе. Сделать приседание - выдох, вернуться в исходное положение - вдох.
5. И. п. – ноги вместе, руки вдоль туловища. Руки поднять вверх и с одновременным поднятием согнутой в колене ноги.
6. И. п. – сидя на полу, упор руками сзади, прямые ноги подняты до угла 30° . Упражнение «ножницы». Тоже, но угол- 45° .
7. И. п. – лежа на спине, руки вдоль тела, упражнение «Велосипед».
8. Исходное положение – одна ладонь размещается около головы, а вторая около живота. Расстояние от ладоней до тела около 10 см. Первая рука дотрагивается до темени, а вторая в то же время описывает круги параллельно плоскости живота. Через 30 сек. - руки поменять.
9. И. п. – ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Мах прямой ногой до угла 90° , хлопком ладонями под ногой.
10. И.п. – то же. Махи прямыми ногами вбок - по 10 раз, ступни ног параллельно полу.
11. И.п. – стоя на одной ноге, вторая согнута в колене, стопа прижата к голени прямой ноги, руки на поясе, глаза закрыты. Равновесие. Тоже, на другой ноге.

ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Практическое задание 1.

Вставьте слово - изучает влияние различных факторов, связанных с занятиями физическими упражнениями, на здоровье занимающихся.

Практическое задание 2.

После очередного родительского собрания к вам подошли родители с проблемой «Ребенок не высыпается, т.к. много времени тратит на выполнение домашнего задания. Из-за этого у него начались трудности с тренировками и учебой. Как рационально построить режим дня школьника, не ущемляя его интересы и здоровье?»

АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	в	а	б	а	в

Ключ к практическому заданию

Вариант правильного ответа	Данные рентгенограммы свидетельствуют о 16-ти летнем возрасте человека.
----------------------------	---

СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ

Ключ к практическим заданиям:

Ключ к практическим заданию №1

1-А, 2-А, 3-В, 4-Б, 5-Б

Ключ к практическим заданию №2

Принцип иерархичности

Ключ к практическим заданию №3

Измерение физических величин в ФКиС

1. Понятие физической величины и измерения
2. Единицы измерений
3. Параметры измеряемые в ФКиС
4. Шкалы и средства измерений
5. Точность измерения

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТСКОГО ТРЕНЕРА ПО БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

ключ к тесту

Вопрос	1	2	3	4	5
Ответ	а	в	б	г	б

ПФСС ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Ключ ответов

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	а	а	а	а

Практическое задание:

Комплекс специально подводящих упражнений при обучении прыжку в длину с разбега

Описание упражнения	дозировка	Методические указания
1.Бег с высоким подниманием бедра	30-40 метров	Постановка ноги на переднюю часть стопы, спина прямая корпус слегка наклонен вперед, колено поднимается до уровня таза, стопа находится под коленом. Во время постановки нога выпрямляется в коленном суставе

9. Высокие подскоки	30-40 метров	Подскоки производятся из положения шага с последующим выпрыгиванием вверх-вперед, толчковая нога выпрямляется полностью, маховая нога делает мах согнутой в коленном суставе ногой, стопа в это время находится под проекцией коленного сустава. Противоположная согнутому колену рука, устремляется вперед – вверх. Приземляемся на толчковую ногу, делаем короткий шаг и выталкиваемся с другой ноги.
10. Многоскоки	30-40 метров	Прыжки с ноги на ногу производятся ритмично со всей стопы с последующим перекатом на носок. «Олений бег» В момент отталкивания, толчковая нога выпрямляется во всех суставах, проталкивая общий центр масс вперед – вверх, корпус прямо наклонен вперед, противоположная нога(маховая), согнута в коленном суставе под углом 90-95 градусов, носок натянут на себя, руки ритмично сменяют положение синхронно ногам. Приземление на маховую ногу производим на всю стопу под проекцию ОЦМ.
11. Многоскоки в 3 шага	30-40 метров	Производится разбег в 3 шага с последующим прыжком вверх-вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.
12. Многоскоки в 5 шагов	30-40 метров	Производится разбег в 5 шагов с последующим прыжком вверх-вперед имитируя многоскок «Олений бег» с последующим приземлением на маховую ногу. Затем продолжаем три беговых шага и опять отталкивание в многоскок.

ПФСС ПЛАВАНИ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
----------------------	----------	----------	----------	----------	----------

Вариант правильного ответа	б	в	г	в	а
---	----------	----------	----------	----------	----------

Ключ к практическому заданию

Методические требования
<ol style="list-style-type: none"> 1. Комплекс должен состоять из 8 упражнений (не менее) 2. 1-2 упражнения комплекса должны быть направлены на разогревание организма, создать положительный настрой для дальнейшей двигательной активности 3. Последующие упражнения составляются в анатомической последовательности <ul style="list-style-type: none"> - для мышц шеи - верхнего плечевого пояса - туловища - пояса нижних конечностей 4. Упражнения должны быть направлены на разогревание основных (больших) групп мышц, задействованных при обучении изучаемого способа плавания 5. Упражнения комплекса должны нести имитационный характер движений изучаемого способа плавания 6. Запись комплекса осуществляется в традиционной форме. Упражнения описываются на 4, 8 счетов. Описание упражнений начинается с и. п. Первоначально описанию подлежат основные движения, в последующем - движения, дополняющие основное движение. 7. Упражнения должны быть содержательными, координационными 8. Приветствуется комплекс на основе какого-либо сюжета

ПФСС ВОЛЕЙБОЛ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	б	а	г	б

Ключ к практическому заданию:

Типовой комплекс упражнений для подготовительной части занятий по волейболу:

- для головы.

- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны головой. На счёт 1 наклон головы вперёд, на счёт 2 назад, на счёт три 3 в левую сторону, на счёт 4 в правую сторону.

- и.п. тоже. Повороты головой. На счёт 1,2 поворот головы в левую сторону, на счёт 3,4 в правую сторону.

- и.п. тоже. Круговые движения головой. На счёт 1,2,3,4 круговые движения в левую сторону. На счёт 1,2,3,4 в правую сторону.

- для рук.

- и.п. ноги на ширине плеч, руки перед грудью. Рывки руками. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в левую сторону. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в правую сторону.

- и.п. ноги на ширине плеч, руки к плечам. Круговые движения плечами. На счёт 1,2,3,4 круговые движения вперёд. На счёт 1,2,3,4 круговые движения назад.

- для туловища.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны туловищем. На счёт 1 наклон туловища вперёд, на 2 назад, на 3 в левую сторону, на 4 в правую сторону.
- и.п. (для девочек) руки на пояс, ноги на ширине плеч. (для мальчиков) руки за голову ноги на ширине плеч. Приседания.
- и.п. ноги на ширине плеч. Выполнение прыжков на месте.

ПФСС ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА

Ключ ответов:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	г	б	в	в

Ключ к заданию 1

КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЛЫЖАХ

Подготовительные упражнения начинающего лыжника. Основным движением лыжника является скольжение и начинать вырабатывать его следует с ходьбы на лыжах, а палки использовать для равновесия и устойчивости. Для некоторых данные упражнения покажутся достаточно простыми, но ими должен овладеть каждый начинающий лыжник независимо от возраста и начальной подготовки.

Комплекс упражнений (с лыжными палками и без них) для овладения умением катания на лыжах

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, круговые вращения руками в плечевом суставе вперед и назад на 4 счета.

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, руки за голову в замок. Повороты туловища в левую и в правую сторону на 4 счета.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Перенести вес тела с правой на левую лыжу, затем переступание с правой на левую лыжу. Палками стараться не помогать.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Неглубокие приседания, ноги выпрямляться в коленях полностью. Палки назад лапками вверх.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поочередное поднятие носков и пяток лыж при небольшом сгибании ног в колене с опорой на палки.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Дополнительное упражнение на равновесие. Небольшие прыжки с ноги на ногу. Палки на весу лапками назад.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Махи слегка согнутой ногой вперед-назад с опорой и без на палки.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Стоя на слегка согнутых в коленях ногах и немного наклонив туловище вперед совершаем попеременные махи руками вперед до уровня глаз и назад до уровня бедер.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Упражнение на овладение скольжением на лыжах. Небольшие выпады правой, затем левой ногой.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поочередные махи вправо и влево с опорой на палки и без. Поочередное поднятие и перестановка носков лыж в сторону.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Упражнение «солнышко». Поворот на 360 градус переступанием вокруг пяток лыж сначала в правую сторону, затем в левую сторону. Также и относительно носков лыж.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поворот махом правой или левой лыжи. Махом через лыжу вперед и назад, а также прыжком с опорой на палки и без них.

И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Приставные шаги в сторону с опорой на палки и без.

И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч. Выпад правой вперед опереться на палки, пружинящие движения на растяжку мышц ног

И. п. — стоя на лыжах, опираясь на лыжные палки. На счет «раз» — поставить правую лыжу на пятку; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три» — поставить левую лыжу на пятку; на счет «четыре» — вернуться в исходное положение.

И. п. — стоя на лыжах, опираясь на лыжные палки. На счет «раз» — отвести правую ногу максимально назад; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три-четыре» — то же самое левой ногой.

И. п. — стоя на лыжах, лыжные палки произвольно. На счет «раз» — повернуть правую лыжу на 90°; на счет «два» — вернуться в исходное положение; на счет «три-четыре» — то же самое левой лыжей.

ПФСС ФУТБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	в	в	б	а	в

Ключ к практическому заданию:

Типовой комплекс гимнастических упражнений для расслабления мышц футболистов:

1. сидя, руки на бёдрах, сжать пальцы в кулаки, подержать 4 счёта и далее разжать, расслабить руки; то же можно выполнить с пальцами ног;

2. сидя, руки согнуть и прижать к туловищу – напрягая мышцы рук и туловища, подержать это положение, затем опустить руки вниз, расслабить;

3. сидя, сжав колени вместе как можно плотнее – подержать это положение, затем расслабиться, развести колени врозь;

4. лёжа на спине (животе) – напрячь мышцы, затем расслабиться;

5. лёжа на спине, согнув ноги, стопы на полу – напряжённо приподнять таз, поддержать так, затем опустить таз на пол, расслабиться;

6. лёжа на животе, подбородок на согнутых руках расслабленно – поочерёдно сгибать и разгибать ноги, оставляя тело расслабленным;

7. сидя или стоя, руки поднять вперёд – напрячь мышцы рук, кисти в кулаки, затем, расслабляя руки, дать им свободно упасть вниз; то же можно выполнить из других и.п. – руки в стороны, вверх или назад;

8. сидя или стоя – поднять плечи к ушам, затем расслабленно опустить их.

ПФСС ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	а	а	в	в

Ключ к практическому заданию

Номер вопроса	Методические требования
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мероприятие должно способствовать реализации оздоровительных, образовательных, воспитательных задач. 2. Подбор конкурсных заданий должен строиться с учетом национальных традиций, мероприятие должно иметь определенную тематику, все конкурсные задания должны соответствовать этой тематике. 3. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту обучающихся. 4. Последовательность конкурсных заданий должна строиться с учетом направленности и интенсивности двигательной активности. 5. Судейство должно быть объективным и беспристрастным. 6. Студент должен обладать выработанным командным голосом, профессиональной лексикой, уметь проявлять толерантность. <p>Приветствуется использование соответствующей тематике музыки и художественное оформление</p>

ПФСС БАСКЕТБОЛ

Ключ к практическим заданию №1

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	г		а	в

Ключ к практическим заданию №2

ведение баскетбольного мяча с низким отскоком

Ключ к практическим заданию №3

Игра начинается в центральном круге подбрасыванием мяча между двумя игроками разных команд. В это время в круг нельзя заходить другим игрокам. При попадании мяча в кольцо с игры из-за пределов «трехочковой» линии команде начисляется 3 (три) очка, за попадание с более близкого расстояния – 2 очка, а за попадание штрафного броска лишь одно очко. Этим как бы учитывается трудность попадания с дальних точек, поощряются игроки, умеющие поражать кольцо с дальних дистанций. Побеждает команда, набравшая за игру большее количество очков

ПФСС ГИМНАСТИКА

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	в	а,б,г	б,в	а

Ключ к практическому заданию

Методические требования
<ol style="list-style-type: none">1. Комплекс должен состоять из 8-10 упражнений2. 1-2 упражнения комплекса должны быть упражнения малой активности: упражнения на осанку, дыхание3. Последующие упражнения комплекса должны составляться в анатомической последовательности<ul style="list-style-type: none">- для мышц шеи- верхнего плечевого пояса- туловища- пояса нижних конечностей- упражнения повышенной активности, силовые или координационные- упражнения на дыхание, осанку.4. Предпоследние упражнения-упражнения повышенной активности (прыжки), силовые или координационные упражнения5. Последнее упражнение комплекса – упражнение малой активности6. Упражнения описываются на 4, 8 счетов7. Описание упражнений начинается с и. п.8. Первоначально описанию подлежат основные движения, в последующем- движения, дополняющие основное движение9. Упражнения должны быть содержательными, координационными10. Приветствуется комплекс на основе какого-либо сюжета11. Запись комплекса осуществляется в стандартной форме

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-8

Формулировка компетенции:

Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.

ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.02	Основы медицинских знаний
Б1.О.03.03	Безопасность жизнедеятельности
Б1.О.08.08	Организация спортивных соревнований и мероприятий
Б1.О.08.11	Адаптивная физическая культура
Б1.В.ДВ.02.02	ПФСС лыжная подготовка

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-8

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	а	в	г	а	г
Практическое задание	первая помощь				

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	в	в	б	в	в

Ключ к практическому заданию:

Номер вопроса	Алгоритм действия
3	Транспортной катастрофой

ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ

Ключ к тесту

№	1	2	3	4	5
ответ	б	в	а	г	г

Ключ к практическому заданию:

Смета на проведение открытого первенства ДЮСШ по плаванию среди юношей и девушек 13-14 лет

№	Статья расходов	сумма	итог
1	Приобретение медалей: 1 место 12 шт*100 р. 2 место 12 шт*100 р. 3 место 12 шт*100 р	1200 р 1200 р 1200 р	3600 р
2	Приобретение грамот 36 шт* 20 р	720 р	720 р
3	Приобретение секундомера	450 р	450 р.
4	Концтовары Бумага 1 пачка*400 руб. Ручки 6 шт*30 руб.	400 р 180 р.	580 р.

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	г	б	г	в

Ключ к практическому заданию:

К базовым условиям успешности социализации обучающегося с нарушением здоровья относят:

- состояние психического здоровья детей;
- наличие эмоционально-комфортной атмосферы в группе (классе);
- создание благоприятных условий для протекания процесса социализации ребёнка, в частности для обеспечения психологического комфорта в коллективе;
- обеспечение тесного взаимодействия педагогов и родителей;
- организация психолого-педагогического мониторинга динамики показателей здоровья, воспитания и развития детей;
- построение отношений партнёрского сотрудничества и готовности работать в социально-ориентированном процессе.

ПФСС ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА

Ключ к заданию 1

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий по лыжам ИОТ – 074

1. Общие требования охраны труда.

1.1.К занятиям лыжной подготовкой допускаются лица, относящиеся к основной и подготовительной группе, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

1.2. Опасность возникновения травм:

- при ненадёжных креплениях лыж;
- при падении во время спуска с горы;
- обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5 – 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже 20 градусов.

1.3. На занятиях по лыжной подготовке должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

- 2.1. Надеть лёгкую. Тёплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки (последние предпочтительнее). Для защиты от ветра желательно сверху надеть лёгкую куртку из плащевой ткани.
- 2.2. Проверить исправность лыжного инвентаря подогнать крепления лыж к обуви. Во избежание потёртостей не надевать тесную или слишком свободную обувь.
- 2.3. Организованно под командой учителя убыть на трассу для выполнения учебного задания.

3. Требования охраны труда во время занятий.

3.1. Учащийся должен:

- соблюдать интервал при движении на лыжах. На дистанции – 3 – 4 м, при спуске с горы – не менее 30 м.;
- при спуске с горы не выставлять вперёд лыжные палки;
- после спуска с горы не останавливаться у подножия;
- наблюдать друг за другом и немедленно сообщать учителю (преподавателю) о первых признаках обморожения.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. Учащийся должен:

- при поломке или порче лыжного снаряжения, которую невозможно устранить в пути, сообщить об этом учителю (преподавателю) и с его разрешения двигаться к школе;
- при первых признаках обморожения, а так же при плохом самочувствии, прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь. При необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь.

5. Требования охраны труда по окончании занятий.

- 5.1. Организованно убыть на лыжную базу (в помещение школы).
- 5.2. Убрать лыжный инвентарь в места его хранения.
- 5.3. Внимательно осмотреть открытые участки тела на предмет отсутствия очагов обморожения.

Ключ к практическому заданию 2

Перелом — полное или частичное повреждение кости, которое вызвано внешним

воздействием. Чаще всего это травма: падение, удар или усталость кости от постоянных

микротравм. Риск переломов повышают остеопороз, туберкулез и рак костей, поскольку при этих заболеваниях незначительная травма может вызвать серьезные последствия.

Существует множество симптомов перелома:

- симптом осевой нагрузки — острая боль в месте травмы, которая усиливается при движении;
- неспособность пошевелить травмированной рукой или ногой;
- неестественная подвижность поврежденной конечности;
- отек, припухлость и гематомы на месте перелома;
- заметная деформация конечности;
- хруст костей при пальпации (крепитация);
- при открытом переломе в ране видна сломанная кость и возможно сильное кровотечение.

Самостоятельно, до приезда врача, можно определить только открытый перелом. Во всех остальных случаях, оказывая первую помощь, надо предполагать самый серьезный из возможных вариантов травмы

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-9

Формулировка компетенции:

Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-9.1. Понимает базовые принципы экономического развития и функционирования экономики, цели и формы участия государства в экономике.

ИУК-9.2. Применяет методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей, использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролирует собственные экономические и финансовые риски.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.03	Финансово-экономический практикум

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-9

ФИНАНСОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	а	в	б	в	а

КОМПЕТЕНЦИЯ УК-10

Формулировка компетенции:

Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-10.1. Понимает социально-экономические причины коррупции, принципы, цели и формы борьбы с проявлениями коррупционного поведения.

ИУК-10.2. Идентифицирует и оценивает коррупционные риски, демонстрирует способность противодействовать коррупционному поведению.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.04	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности и антикоррупционное поведение
Б1.О.03.03	Безопасность жизнедеятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-10

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И АНТИКОРРУПЦИОННОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	г	а	б	г	г

Ключ к практическому заданию:

В действиях Н. содержатся признаки составов преступлений предусмотренных ч.3 ст. 290 УК РФ «Получение взятки». Квалификация содеянного зависит от того, знало или нет подставное лицо о незаконности доходов, полученных Н.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	а	в	б	а	г

Ключ к практическому заданию:

Номер вопроса	Алгоритм действия
2	1. Не поддавайтесь панике; 2. Не идите против толпы, избегайте ее центра и краев; 3. Обходите все неподвижные предметы на своем пути;

	4. Не цепляйтесь ни за что руками; 5. Выбросите все острые и режущие предметы; 6. Защитите грудную клетку, сцепленными «в замок» руками или согнув руки в локтях и прижав их к туловищу; 7. Проследите, чтобы вся ваша одежда была застегнута, шарфы необходимо снять, избавьтесь от мешающих вещей; 8. Если Вы упали, необходимо встать на четвереньки, ступней толчковой ноги опереться о землю, оттолкнуться, используя движение толпы сделать рывок и резко разогнуться. Держитесь руками за плечи впереди идущего.
--	---

КОМПЕТЕНЦИЯ ОПК-1

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-1.1. Понимает и объясняет сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.

ИОПК-1.2. Применяет в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.01.04	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности и антикоррупционное поведение
Б1.О.07.03	Организационно-правовые основы физкультурно-спортивной деятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-1

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И АНТИКОРРУПЦИОННОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Ключ к практическому заданию 1:

- образования,
- Федеральным,
- нормативными,
- правовыми,
- регулирующими,
- образования.

Ключ к практическому заданию 2:

Гражданин Латвии будет отвечать в соответствии с положениями УК РФ, при наличии признаков преступления, предусмотренного ст.290 УК РФ «Получение взятки». В рамках привлечения к уголовной ответственности будет решаться вопрос о том, какую должность занимает гражданин Латвии, полномочия и т.д. Так же может быть привлечен к ответственности по ст. 291 УК РФ «Дача взятки» российский гражданин.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Ответы на вопросы:

В данном случае действия администрации спортивного клуба неправомерны. ТК РФ в ч. 1 ст. 192 не предусматривает такого дисциплинарного взыскания как штраф. Согласно ч. 4 ст. 192 ТК РФ не допускается применение дисциплинарных взысканий, не предусмотренных ФЗ, уставами и положениями о дисциплине. Т.е., в данном случае такое взыскание было установлено незаконно, поэтому ПВТР ухудшали положение работника по сравнению с ТК РФ, и они должны быть отменены полностью (или в части противоречащей ТК РФ - этого не знаю).

Работодатель понесёт ответственность по ст. 5.27 КоАП РФ нарушение трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права.

Что касается премии, то ее включение в ПВТР было произведено правомерно, поскольку такое правило улучшает положение работника.

Ключ к практическому заданию 2:

Ответы на вопросы:

1. В целях охраны здоровья и предупреждения профессиональных заболеваний и спортивного травматизма для спортсменов трудовое законодательство предусматривает проведение медицинских осмотров – ст. 348.3 Осмотры могут быть предварительными (при поступлении на работу), периодическими (в течение трудовой деятельности, но не реже одного раза в год), внеочередными (по просьбе спортсменов по медицинским рекомендациям).

2. Все медицинские осмотры проводятся за счёт средств работодателя, а за спортсменом сохраняется работа (должность) и средний заработок.

3. В период отстранения от работы (недопущения к работе) спортсмена, не прошедшего в установленном порядке обязательный медицинский осмотр заработная плата спортсмену не начисляется - ч. 3 ст. 76 ТК РФ; п. 15 Постановлении Пленума ВС РФ № 52.

4. В случаях отстранения от работы спортсмена, который не прошел обязательный медицинский осмотр не по своей вине, ему производится оплата за все время отстранения от работы как за простой - ч. 3 ст. 76 ТК РФ; п. 15 Постановлении Пленума ВС РФ № 52.

5. Отказ или уклонение без уважительных причин от медицинского осмотра является нарушением трудовой дисциплины – п. 3 Постановления Пленума ВС РФ от 17.03.2004 № 2 (ред. от 24.11.2015).

КОМПЕТЕНЦИЯ ОПК-2

Формулировка компетенции:

Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.

ИОПК-2.2. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.

ИОПК-2.3. Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.02.03	Технологии цифрового образования
Б1.О.04.02	Педагогика
Б1.О.04.05	Педагогические технологии социализации и языковой адаптации обучающихся с миграционной историей

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-2

ТЕХНОЛОГИИ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Ключ к практическому заданию

Выясните, какие инструментальные средства для разработки электронных образовательных ресурсов вам известны. Укажите эти инструментальные средства.

1. Служба «Диск Google»
2. Пакет программ MS Office
3. Графический редактор Adobe Photoshop
4. Графический редактор GIMP
5. Текстовый редактор «Блокнот»
6. Текстовый редактор WordPad
7. Язык HTML
8. Среда программирования Borland Delphi
9. Пакет графических программ CorelDRAW
10. Видео-редактор Movie Maker
11. Редактор 3D-графики Maya
12. Редактор 3D-графики Blender
13. Редактор 3D-графики 3D MAX
14. Пакет программ MS Framework

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1:

Личностные УУД обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях и межличностных

отношениях.

Регулятивные УУД	обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности.
Познавательные УУД	включают: общеучебные, логические учебные действия, а также постановку и решение проблемы.
Коммуникативные УУД	обеспечивают социальную компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог.

Ключ к практическому заданию 2.

Целевой компонент	постановка целей, определение задач образовательной работы на основе учёта образовательных потребностей, индивидуальных способностей и возможностей обучающегося.
-------------------	---

Содержательный компонент	отбор содержания программного материала на основе программ, в том числе и реализуемых в учреждении дополнительного образования детей, культуры и спорта.
--------------------------	--

Технологический компонент	определение используемых педагогических технологий, методов, методик, систем обучения и воспитания с учетом индивидуальных особенностей ребенка.
---------------------------	--

Результативный компонент	формулируются ожидаемые результаты, сроки их достижения и критерии оценки эффективности реализуемых мероприятий.
--------------------------	--

Ключ к практическому заданию 3.

Существует 3 этапа (фазы) ТРКМ: Вызов. Осмысление. Рефлексия.

1 этап – вызов. Пробуждение интереса к предмету

Задачи:

Актуализировать имеющиеся у учащихся знания.

Пробудить познавательный интерес к изучаемому предмету.

Помочь учащимся самим определить направление в изучении темы.

2 этап – осмысление материала во время работы над ним.

Задачи:

Помочь активно воспринимать изучаемый материал.

Помочь соотнести старые знания с новыми.

3 этап – рефлексия. Обобщение материала, подведение итогов.

Помочь учащимся самостоятельно обобщить изучаемый материал.

Помочь учащимся самостоятельно определить направления в дальнейшем изучении материала.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ СОЦИАЛИЗАЦИИ И ЯЗЫКОВОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С МИГРАЦИОННОЙ ИСТОРИЕЙ

Ключ к заданию:

К наиболее значимым проблемам в работе с детьми-инофонами можно отнести:

1. Преодоление языкового барьера. Некоторые учили русский язык в национальных школах как иностранный, а теперь он становится для них основным языком общения, одним из главных способов адаптации к новым жизненным условиям.
2. Психологический стресс. Попадая в новую языковую среду, ребенок получает стресс, в результате которого резко снижается его эмоциональный фон, что создает дополнительные препятствия на пути установления контактов со сверстниками.
3. Трудности в подготовке домашнего задания. Так как трудности возникают и при усвоении учебного материала, для успешной подготовки домашнего задания приходится тратить значительное количество времени, особенно в младших классах.
4. Отсутствие помощи родителей. Родители многих учеников с трудом разговаривают по-русски и, следовательно, не могут помочь ребенку в выполнении домашнего задания. В условиях дома родители общаются с детьми на родном языке, а в школе ребенок сталкивается с русским языком (как иностранным) и в результате, у ребенка происходит пролонгированный стресс, что тормозит адаптацию к новым условиям проживания.
5. Наличие национального акцента. Отсюда типичные ошибки: неправильное ударение, низкая грамотность, глотание окончаний и так далее.

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-3

Формулировка компетенции:

Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

ИОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.

ИОПК-3.3. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.02	Основы медицинских знаний
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.04.03	Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями
Б1.О.05.02	Психология воспитательных практик
Б1.О.05.03	Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-3

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Ключ к заданию

Практическое задание	<ul style="list-style-type: none">- вынести пострадавшего на свежий воздух,- расстегнуть стесняющую одежду на шее, груди и животе,- дать понюхать нашатырный спирт,- положить холодный компресс на голову,- при отсутствии дыхания - провести искусственную вентиляцию легких,- при отсутствии пульса - непрямой массаж сердца. <p>В последующем необходимо провести воспитательную работу.</p>
----------------------	--

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к практическому заданию № 1

Структура ИОП:

1. Содержание
2. Титульный лист программы
3. Пояснительная записка
4. Индивидуальный учебный
5. Содержание программы
6. Мониторинг достижений обучающегося
7. Заключение и рекомендации

Ключ к практическому заданию № 2

- 1 шаг: анализ воспитательной ситуации и выявление проблемы
- 2 шаг: обоснование и выдвижение целей
- 3 шаг: определение путей их достижения
- 4 шаг: проектирование ожидаемого результата

Ключ к практическому заданию № 3

- 1 направление - качество результатов воспитания школьников (как школьники воспитаны);
- 2 направление - качество воспитательной деятельности педагогов (как педагоги воспитывают);
- 3 направление - качество управления воспитательным процессом (как администрация общеобразовательной организации осуществляет управление в сфере воспитания).

ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С ОВЗ И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Ключ к практическому заданию 1.

- 1.Необходима предварительная подготовительная работа с родителями учеников перед поступлением ребенка с ОВЗ (одного!) в общеобразовательный класс.
- 2.Провести родительское собрание с привлечением специалистов команды психолого - педагогического сопровождения ребенка с ОВЗ, которые объяснят необходимость интегрирования данного ребенка в класс, которое проводится в соответствии с « Законом об образовании в РФ», «Закон о социальной защите инвалидов» и др.

- 3.Объяснить родителям, что совместное обучение дает многое здоровым школьникам: формирование у здоровых детей терпимости к физическим и психическим недостаткам людей, чувство взаимопомощи и стремления к сотрудничеству.
- 4.Предложить родителям, которые согласны на совместное обучение, выступить на родительском собрании с аргументами в пользу

Ключ к практическому заданию 2.

- 1.В данном случае педагог должен поговорить с родителями (законными представителями) ребенка с ОВЗ, а в случае конкретных инцидентов, в которых принимали участие обычные (нормально развивающиеся) дети, и с родителями (законных представителей) этих детей.
- 2.В ходе беседы порекомендовать родителям (законных представителей) и того и другого ребенка обратиться за помощью к специалистам (психологам, дефектологам, социальным педагогам или ППк) для выработки рекомендаций и поиска возможных путей исправления ситуации, негативно влияющей, на развитие отношений между детьми.
- 3.В соответствии со статьей 42 Федерального закона "Об образовании в РФ" психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь оказывается детям, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.

Ключ к практическому заданию 3.

- 1.Очень важно педагогам и родителям найти единый подход в воспитании и обучении ребенка. Комплексный и системный подход позволяет успешно осуществить коррекцию образовательного маршрута.
- 2.Родители могут вносить предложения в индивидуальную образовательную программу. Нужно объяснить им, что они не должны это делать спонтанно. Ребенок должен развиваться. Изменения можно вносить при соответствующем мониторинге образовательного маршрута специалистами.
- 3.Классный руководитель должен обратиться за помощью в ПМПк, специалисты которой должны проводить систематический мониторинг и, если нужно, коррекцию образовательной программы. Специалисты должны следить за динамикой развития ребенка. Преодоление выявленного нарушения зависит от правильности и точности его установки.
- 4.Провести беседу с родителями о возможности развития ребенка. Также классный руководитель планирует формы работы по реализации индивидуальной образовательной программы.
- 5.Руководитель ОУ несет ответственность за содержание и выполнение образовательного маршрута. Контролировать коррекционно - педагогический процесс, следить за эффективностью выполнения коррекционных программ.

ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

Ключ к практическому заданию 1:

Цель: воспитывать в учащихся патриотизм, гордость за свою Родину, мужество, героизм.

Ключ к практическому заданию 2: работа в команде, тренинг, деловая игра, дебаты.

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Ключ к практическому заданию 1.

убеждение	метод воздействия на сознание и волю воспитанника
-----------	---

упражнение	способ педагогического воздействия, с помощью которого вырабатываются разнообразные полезные привычки поведения, развиваются и совершенствуются волевые качества
поощрение	метод внешнего активного стимулирования, побуждения воспитуемого к положительной, инициативной, творческой деятельности
наказание	метод воспитательного воздействия на ребенка, целью которого является побуждение виновного понять недопустимость совершенного им поступка

Ключ к практическому заданию 2.

Целевой компонент	постановка целей, определение задач образовательной работы на основе учёта образовательных потребностей, индивидуальных способностей и возможностей обучающегося.
Содержательный компонент	отбор содержания программного материала на основе программ, в том числе и реализуемых в учреждении дополнительного образования детей, культуры и спорта.
Технологический компонент	определение используемых педагогических технологий, методов, методик, систем обучения и воспитания с учетом индивидуальных особенностей ребенка.
Результативный компонент	формулируются ожидаемые результаты, сроки их достижения и критерии оценки эффективности реализуемых мероприятий.

Ключ к практическому заданию 3.

«сыпучий песок», «комоч сырой глины», «горящий факел», «алый парус» - примеры

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-4

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-4.1. Демонстрирует знание духовно-нравственных ценностей личности, базовых национальных ценностей, модели нравственного поведения в профессиональной деятельности.

ИОПК-4.2. Демонстрирует способность к формированию у обучающихся гражданской позиции, толерантности и навыков поведения в поликультурной среде, способности к труду и жизни в современном мире, общей культуры на основе базовых национальных ценностей.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.05.01	Основы государственной политики в сфере межэтнических и межконфессиональных отношений
Б1.О.05.02	Психология воспитательных практик
Б1.О.05.03	Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)
Б1.О.05.04	Основы вожатской деятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-4

ОСНОВЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ МЕЖЭТНИЧЕСКИХ И МЕЖКОНФЕССИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Ключ к практическому заданию:

Юноша, очевидно, является представителем чеченского или ингушского народа. Для его семьи этот день связан с началом трагической депортации 1944 года. Учителю необходимо знать состав своего класса и учитывать подобные ситуации. В этот день нужно рассказать об истории праздника и о героях – защитниках отечества, представителях разных национальностей. Нельзя игнорировать и острые вопросы истории. Учителю следует знать, что в годы Великой Отечественной войны и до неё были принудительно депортированы многие народы СССР, в том числе в 1937 г. – корейцы, в 1941 г. – поволжские немцы, в 1943–1944 гг. – калмыки, в мае 1944 г. – крымские татары. 8 марта 1944 г. началась депортация балкарцев. Впоследствии репрессированные народы были реабилитированы, но принудительная депортация унесла множество жизней.

ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

Ключ к практическому заданию:

Во время прохождения практики проводили тренинги на сплочение для подростков.

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Ключ к практическому заданию .

Прием	Описание приема
«Ролевая маска»	Учащемуся предлагается войти в некоторую роль и выступать уже не от своего имени, а от лица соответствующего персонажа.
«Непрерывная эстафета мнений»	Учащиеся «по цепочке» высказываются на заданную тему: одни начинают, другие продолжают, дополняют, уточняют. От простых суждений необходимо перейти к аналитическим.
«Самостимулирование»	Учащиеся, разделенные на группы, готовят друг другу определенное количество встречных вопросов. Поставленные вопросы и ответы на них подвергаются затем коллективному обсуждению
«Импровизация на свободную тему»	Учащиеся выбирают ту тему, в которой они сильны и которая вызывает у них интерес, творчески развивают основные сюжетные линии, переносят события в новые условия, по-своему интерпретируют смысл происходящего и т.п.

ОСНОВЫ ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

К базовым национальным ценностям согласно «Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России» относятся следующие: патриотизм, гражданственность, социальная солидарность, семья, труд и творчество, искусство и литература, традиционные российские религии, наука, природа, человечество.

Ключ к практическому заданию 2:

Пидкасистый П.И. выделяет следующие взаимосвязанные уровни формирования ценностей: рациональный («я знаю» - усвоение знаний об окружающем мире в контексте ценностей); эмоциональный («я чувствую» - проживание ценностных ориентаций на эмоциональном уровне); практический («я действую» - реализация ценностных установок в разнообразной деятельности воспитанника).

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-5

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-5.1. Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.

ИОПК-5.2. Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов на основе принципов объективности и достоверности.

ИОПК-5.3. Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.02	Педагогика
Б1.О.04.03	Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями
Б1.О.07.07	Теория и методика физического воспитания
Б1.О.08.04	Управление качеством в системе дополнительного образования спортивной направленности
Б1.О.08.05	Теория и методика детско-юношеского спорта
Б1.О.08.07	Интеграция общего и дополнительного образования в условиях школьного спортивного клуба
Б1.О.08.09	Теория и методика спортивной тренировки

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-5

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1.

- | | |
|---|--|
| 1. Предварительный (диагностический) контроль | а) его функциональное назначение состоит в том, чтобы изучить уровень готовности учащихся к восприятию нового материала. |
| 2. Текущий контроль | б) основная цель этого контроля – провести анализ хода формирования знаний и умений. |
| 3. Тематический контроль | в) проводится после изучения какой-либо темы или двух небольших тем, связанных между собой линейными связями. |

- 4.Итоговый контроль г) призван констатировать наличие и оценить результаты обучения за достаточно большой промежуток учебного времени

Ключ к практическому заданию 2.

Внутренние факторы, определяющие неуспеваемость учащихся - особенности здоровья детей и характер их развития.

Внутренние факторы, определяющие неуспеваемость учащихся:

- а) недостатки дидактических и воспитательных воздействий;
- б) организация педагогического процесса в школе;
- в) недостатки учебных планов, программ, методических пособий, а также недостатки внешкольных влияний, включая и семью.

ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С ОВЗ И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Ключ к практическому заданию 1.

- 1. Педагогические работники – наряду с высшим профессиональным педагогическим образованием по соответствующему занимаемой должности направлению (профилю, квалификации) подготовки должны иметь удостоверение о профессиональной переподготовке или повышении квалификации в области сурдопедагогики установленного образца.
- 2. Да. Согласно АООП для глухих.
- 3. Да. Вариант АООП 1.2 предполагает, что глухой ребенок получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения, образованию слышащих сверстников.

Ключ к практическому заданию 2.

- 1. Основным результатом является наличие положительной динамики развития обучающихся в интегративных показателях:
 - 1.1 сформированность навыка использовать все анализаторы в учебном процессе.
 - 1.2 Сформированность навыков ориентировки в микро и макространстве
 - 1.3 Сформированность адекватных предметных, пространственных представлений
 - 1.4 Проявление познавательного интереса.
 - 1.5 Проявление стремления к самостоятельности
 - 1.6 Сформированность умений использовать речевые и неречевые средства общения.
 - 1.7 Способность к проявлению социальной активности.
 - 1.8 Способность осуществления самоконтроля и саморегуляции.

Ключ к практическому заданию 3.

- 1. Общий подход к оценке знаний и умений, составляющих предметные результаты освоения АООП НОО (вариант 7.2), предлагается в целом сохранить в его традиционном виде.
- 2. При этом, обучающийся с ЗПР имеет право на прохождение текущей, промежуточной и государственной итоговой аттестации в иных формах, что может потребовать внесения изменений в их процедуру в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающихся с ЗПР и связанными с ними объективными трудностями.
- 3. Текущая, промежуточная и итоговая аттестация на ступени начального общего образования должна проводиться с учетом возможных специфических трудностей

- ребенка с ЗПР в овладении письмом, чтением или счетом, что не должно являться основанием для смены варианта АООП НОО обучающихся с ЗПР.
4. Вывод об успешности овладения содержанием образовательной программы должен делаться на основании положительной индивидуальной динамики.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1.

Типовой план внеурочного мероприятия «Веселые старты»:

1. Подготовительный этап. Разработка сценария. Заданий, эстафет. Подготовка спортивного инвентаря. Объявление о мероприятии.
2. Организационный этап. Проведение веселых стартов. Вводная часть. Основная часть. Интерактивная лекция с использованием технологий ИКТ. Объяснение заданий эстафет постпредством интерактивной доски. Эстафеты должны быть подобраны в соответствии с требованием взаимодействия участников образовательного процесса. Выполнение эстафет (примерные задания эстафет: парный челночный бег; бег с мячом; передача мяча над головой; попадание мячом в щит; парные и групповые эстафетные виды). Решение интерактивных заданий эстафетной команды. Подведение итогов после каждого конкурса (качественное и количественное).
3. Заключительный этап. Общее подведение итогов мероприятия. Награждение победителей.

Ключ к практическому заданию 2.

В словесных методах на уроках физической культуры используются: объяснения, когда идет сообщение нового материала или дополнения к технике элементов; пояснения и комментарии при выполнении обучающихся отдельных элементов двигательных действий для исправления ошибок и неточностей.

Главные требования словесных методов: конкретность и точность пояснений; соответствие этическим, коммуникативным, речевым и языковым нормами.

При правильном выполнении упражнений комментарий играет роль поощрения интереса к занятию, повышения мотивации на учебу.

Рассказ, беседа проводится при изучении инструкции по технике безопасности. Диалог помогает активизации обучающихся на освоение данного материала. Лекции проводятся при сообщении теоретических сведений.

Для повышения активности деятельности обучающихся на занятиях физической культуры применяются следующие словесные методы:

- команды: для перестроений и построений, движений по залу;
- указания (методические и организационные);
- подсчет: для проведения упражнений разминки на месте и в ходьбе.

Ключ к практическому заданию 3.

Типовые правила разрешения конфликтов в начальной школе:

1. Погасить конфликт, т. е. перевести отношение его участников на уровень, взаимоприемлемый для обеих сторон, переключить внимание с аффективно-напряженных отношений в сферу деловых, учебных.
2. Конфликт в педагогической деятельности легче предупредить, чем успешно разрешить.
3. Конфликты надо решать без задержек, пусть и на частично приемлемой платформе, но открывающей дорогу совместным позитивным действиям.

УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Требования к безопасности в начале занятия (на разминке).

Требования к безопасности в середине занятия (на тренировке).

Требования к безопасности в чрезвычайных ситуациях.

Особенности безопасности на занятиях секции игровых видов спорта, лыжной, легкоатлетической, гимнастики, силовых видов спорта.

Ключ к практическому заданию 2:

Программу можно представить в таблице

Мероприятие	Сроки	Ответственные

Анализ результатов с позиций предполагаемых компетенций обучающихся.

Ключ к практическому заданию 3:

Спортивно-массовая работа включает:

- Набор и комплектование спортивных секций по: лыжным гонкам, ОФП, волейболу, баскетболу, гимнастике, шахматам и шашкам, туризму и др.
- Создание команд по трем возрастным группам (младшая, средняя, старшая).
- Назначение тренеров-общественников в игровые команды, заключение договоров.
- Организацию систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год).
- Проведение зимней спартакиады по разным видам спорта: хоккею, футболу на снегу, лыжным гонкам, конькам, стрельбе.
- Проведение летней спартакиады среди спортивных площадок по разным видам спорта: футболу, легкой атлетике, плаванию, бадминтону, волейболу, настольному теннису, легкоатлетическому кроссу, русской лапте.
- Участие в соревнованиях разных уровней (согласно календарю спортивных соревнований).

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО СПОРТА

Ключ к практическому заданию 1:

Типовые стратегии педагогического воздействия, применяемые в профессиональной деятельности тренера-педагога:

1. Конкуренция предполагает борьбу за приоритет, которая в наиболее яркой ее форме проявляется в конфликте. Такой конфликт может быть деструктивным и продуктивным. Деструктивный конфликт ведет к рассогласованию, расшатыванию взаимодействия. Он часто не зависит от породившей его причины и потому ведет к переходу «на личности», порождая стрессы. Продуктивный конфликт возникает в том случае, когда столкновение между взаимодействующими сторонами порождено различием их точек зрения на какую-либо проблему, способы ее разрешения.

2. Кооперация предполагает посильный вклад каждого участника взаимодействия в решение общей задачи. Средством объединения людей здесь являются возникающие в ходе совместной деятельности отношения.
3. Понимание означает умение видеть воспитанника «изнутри», стремление взглянуть на мир одновременно с двух точек зрения: своей собственной и ребенка.
4. Принятие предполагает безусловное положительное отношение к воспитаннику, уважение его индивидуальности независимо от того, радуется он взрослому в данный момент или нет. Таким отношением педагог признает и утверждает уникальность воспитанника, видит и развивает в нем личность; только идя «от ребенка», можно разглядеть заложенный в нем потенциал развития, своеобразие и непохожесть, которые присущи подлинной личности.
5. Признание – это безоговорочное утверждение права воспитанника быть личностью, самостоятельно решать те или иные проблемы, по существу, это право быть взрослым.

Ключ к практическому заданию 2.

Основные формы коммуникации в профессиональной деятельности тренера-педагога:

- монологическая (преобладают коммуникативные действия субъекта-организатора – тренера, когда он дает установки или информацию, исключающую опровержение);
- диалогическая (субъекты взаимодействуют и взаимно активны и инициативны – когда тренер соучаствует в акте воспитания, образования, обучения и тренировки);
- полилогическая (многостороннее общение – когда тренер целенаправленно организует дискуссии и «круглые столы» с целью определения различных точек зрения по заявленной теме, и очень часто, если тренер умеет прислушиваться, дети предлагают оригинальные подходы к решению проблемы).

Ключ к практическому заданию 3.

Факторы, благотворно влияющие на решение педагогических ситуаций, в профессиональной деятельности тренера-педагога:

- общий перспективный прорывной план, который принят всеми занимающимися команды на сознательном и эмоциональном уровне;
- четко расписанные цели на определенные промежутки времени, увязанные с планом;
- строгая внутренняя дисциплина как каждого занимающегося в отдельности, так и всей команды в целом;
- взаимодополняемость одних игроков другими игроками команды;
- удачное распределение ролей между занимающимися, где каждый находится на своем месте;
- общая цель, которая стоит выше личных интересов каждого из игроков команды;
- способность брать ответственность за результат каждым занимающимся на себя.

ИНТЕГРАЦИЯ ОБЩЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА

Ключ к практическим заданиям

Практическое задание 1.

Требования к безопасности в начале занятия (на разминке).

Требования к безопасности в середине занятия (на тренировке).

Требования к безопасности в чрезвычайных ситуациях.

Особенности безопасности на занятиях секции игровых видов спорта, лыжной, легкоатлетической, гимнастики, силовых видов спорта.

Практическое задание 2

. Программу можно представить в таблице

Мероприятие	Сроки	Ответственные

Практическое задание 3. Спортивно-массовая работа включает:

- Набор и комплектование спортивных секций по: лыжным гонкам, ОФП, волейболу, баскетболу, гимнастике, шахматам и шашкам, туризму и др.
- Создание команд по трем возрастным группам (младшая, средняя, старшая).
- Назначение тренеров-общественников в игровые команды, заключение договоров.
- Организацию систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год).
- Проведение зимней спартакиады по разным видам спорта: хоккею, футболу на снегу, лыжным гонкам, конькам, стрельбе.
- Проведение летней спартакиады среди спортивных площадок по разным видам спорта: футболу, легкой атлетике, плаванию, бадминтону, волейболу, настольному теннису, легкоатлетическому кроссу, русской лапте.
- Участие в соревнованиях разных уровней (согласно календарю спортивных соревнований).

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Практическое задание 1:

1) Составить микроцикл предсоревновательного этапа подготовки легкоатлетов 12-13 лет (спринт) в зимнем соревновательном сезоне.

Ключ к практическому заданию 1:

Дата	Содержание	дозировка	Примечания
1	30 м*6 раз (91-95%) через 3 мин отдыха 60 м* 2 раза (85-91%) через 4 мин отдыха Выбегание с колодок на скорость реакции 5-6 раз по 10 м	18 мин 8 мин 7-8 мин	
2	Кросс восстановительный Упражнения на гибкость Имитация длинного шага из виса	20 мин 30 мин 15 мин	
3	Бег в упоре на частоту шагов 8 сек. с ускорением 35-40 метров отдых 2-2,5 мин Бег с помощью партнеров или тяги по 60 м до полного восстановления 5-6 мин	8-10 раз 25 мин 3-4 повторения	
4	Отдых		
5	Фартлек 2 км (30 м через 200-250 метров) Статодинамическое офп на все группы мышц Выбегание с колодок на технику стартового разбега 5-6 раз по 30 метров	12 мин 15 мин 10-12 мин	
6	Повторная работа 6 по 60 м 91-95% через 5-6 минут отдыха	30 мин	

7	Восстановительный кросс Упражнения на гибкость и расслабление	30 мин 30 мин	
---	--	------------------	--

Практическое задание 2:

Подготовить план тренировочного занятия для юных баскетболистов 10-11 лет в подготовительном этапе

Ключ к практическому заданию 2:

Пн. ОРУ 8-10 упражнений , кросс по пересеченной местности 15 мин, упражнения на гибкость и подвижность суставов 10 мин, офп в парах на развитие силовой выносливости 20 мин, прыжки на скакалке 500 прыжков + броски мяча со средней линии 10-12 минут, стрейчинг 5мин.

Практическое задание 3:

Разработать систему расписания игр по круговой системе

Ключ к практическому заданию 3:

При розыгрыше расписания проводится жеребьевка и по ее итогам проводится распределение расписания игр по круговой системе

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-6

Формулировка компетенции:

Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-6.1. Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.

ИОПК-6.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.04.02	Педагогика
Б1.О.04.03	Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями
Б1.О.05.02	Психология воспитательных практик
Б1.О.05.03	Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-6

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к практическому заданию № 1

1. Организационная беседа;
2. Рассказ клиента, расспрос.

3. Коррекционное воздействие.
4. Подведение итогов, рефлексия.

Ключ к практическому заданию № 2

1. Приветствие, ритуал приветствия;
2. Постановка цели;
3. Оглашение задач занятия;
4. Упражнение-ледокол (5-10 минут)
5. Основное упражнение, направленное на организацию взаимодействия обучающихся (20-30 минут)
6. Подведение итогов, рефлексия занятия (10 минут). Ритуал прощания.

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1.

Авторитарный стиль	Учитель единолично определяет направление деятельности группы, указывает, "кто как должен сидеть, работать, пресекает всякую инициативу учащихся, учащиеся живут в мире догадок.
Демократичный стиль	Проявляется в опоре руководителя на мнение коллектива. Учитель старается донести цель деятельности до сознания каждого, подключает всех к активному участию в обсуждении хода работы; видит свою задачу не только в контроле и координации, но и в воспитании; каждый ученик поощряется, у него появляется уверенность в себе; развивается самоуправление.
Либеральный стиль	Анархический, попустительский. Учитель старается не вмешиваться в жизнь коллектива, (не проявляет активности, вопросы рассматривает формально, легко подчиняется другим подчас противоречивым влияниям.
Ситуативный стиль	Смешение всех стилей управления, при котором учитель играет различные роли в зависимости от педагогической ситуации.

ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С ОВЗ И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Ключ к практическому заданию 1.

1. Вторая группа. Дети имеют лишь самые простые формы активного контакта с людьми, используют стереотипные формы поведения, в том числе речевого, стремятся к скрупулёзному сохранению постоянства и порядка в окружающем. Их аутистические установки более выражаются в активном негативизме (отвержении). В зависимости от уровня интеллектуального развития обучающиеся этой группы могут осваивать варианты 8.3. или 8.2. образовательной программы.
2. Третья группа. Дети имеют развёрнутые, но крайне косные формы контакта с окружающим миром и людьми – достаточно сложные, но жёсткие программы

поведения (в том числе речевого), плохо адаптируемые к меняющимся обстоятельствам, и стереотипные увлечения. В зависимости от уровня интеллектуального развития обучающиеся этой группы могут осваивать варианты 8.3 (реже) или 8.1, 8.2 (чаще) образовательной программы.

3. Четвертая группа. Для этих детей произвольная организация очень сложна, но в принципе доступна. Они быстро устают, могут истощаться и перевозбуждаться, имеют выраженные проблемы организации внимания, сосредоточения на речевой инструкции, ее полного понимания. В зависимости от уровня интеллектуального развития обучающиеся этой группы могут осваивать варианты 8.2. или 8.1. образовательной программы.

Ключ к практическому заданию 2.

1. Технические средства обучения (включая компьютерные инструменты обучения, мультимедийные средства) дают возможность удовлетворить особые образовательные потребности обучающихся с РАС, способствуют мотивации учебной деятельности, развивают познавательную активность обучающихся.
2. К техническим средствам обучения обучающихся с РАС, ориентированным на их особые образовательные потребности, относятся:
 - компьютеры с колонками и выходом в Internet;
 - принтер;
 - сканер;
 - мультимедийные проекторы с экранами;
 - интерактивные доски;
 - коммуникационные каналы;
 - программные продукты;
 - средства для хранения и переноса информации (USB накопители);
 - музыкальные центры с набором аудиодисков со звуками живой и неживой природы, музыкальными записями, аудиокнигами и др.
3. Информационно-образовательная среда образовательной организации должна включать в себя совокупность технологических средств, культурные и организационные формы информационного взаимодействия компетентных участников образовательного процесса в решении учебнопознавательных и профессиональных задач с применением информационнокоммуникационных технологий (ИКТ), а также наличие служб поддержки применения ИКТ

ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

Ключ к практическому заданию:

Во время прохождения практики проводили тренинги на сплочение для подростков.

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Ключ к практическому заданию .

- постановка педагогической задачи на основе анализа ситуации и конкретных условий;
- конструирование способа педагогического взаимодействия (воздействия);
- осуществление плана решения педагогической задачи на практике;

- анализ результатов решения педагогической задачи.

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-7

Формулировка компетенции:

Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-7.1. Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.

ИОПК-7.2. Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.

ИОПК-7.3. Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.04.02	Педагогика

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-7

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к практическому заданию № 1

договор об образовании, заключаемый в случаях:

- приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования (п. 2 ст. 53 ФЗ «Об образовании в РФ»);
- приема на обучение по дополнительным образовательным программам;
- обучения за счет средств физических и (или) юридических лиц (п. 2 ст. 53 ФЗ «Об образовании в РФ»);

Ключ к практическому заданию № 2

Наиболее важный возраст для диагностики детей с ММД – 3-6 лет. В качестве диагностического материала используются:

Вопросники для родителей и учителей;

Специальная диагностическая система Гордона для непосредственного обследования ребенка;

Диагностика интеллекта и познавательной сферы ребенка:

1. Тест Тулуз-Пьерона (диагностика ММД, скорости и точности внимания)
2. Тест Векслера (вербальная и невербальная креативность);
3. Матрица Ровена;
4. Визуально-моторный тест Бендер-Гештальта (уровень интеллектуального развития);
5. Экспресс-диагностика “Лурия-90”, разработанная Э.Г. Симерницкой, направленная на диагностику специфических трудностей в обучении детей младшего школьного возраста
6. Диагностика видео-моторной коррекции (рисунок “Дом – дерево – человек”, “Несуществующее животное”);
7. Диагностика эмоционального развития (тест на уровень тревожности, тест руки и т.д.).

Ключ к практическому заданию № 3

Воспитательная система школы в своем развитии проходит 4 этапа:

1. становление системы,
2. отработка воспитательной системы,
3. окончательное оформление системы,
4. перестройка воспитательной системы.

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1.

Семья, образовательная организация (школа), референтная группа, организации дополнительного образования детей, СМИ.

Ключ к практическому заданию 2.

Информационно-аналитическая	Формирование базы данных на детей и подростков с отклонениями в развитии
Консультативная	Консультирование детей и подростков, родителей (законных представителей), специалистов образовательных учреждений по всем вопросам, находящимся в компетенции ПМПК.
Просветительская	Просвещение специалистов образовательных учреждений, организаций, с которыми взаимодействует ПМПК, родителей по вопросам, находящимся в сфере компетенции ПМПК
Организационная	Координация деятельности структурных единиц (ПМПк)

КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-8

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-8.1. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области.

ИОПК-8.2. Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания предметной области, психолого-педагогические знания и научно-обоснованные закономерности организации образовательного процесса.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.04.02	Педагогика
Б1.О.07.04	Физиология физкультурно-спортивной деятельности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-8

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к практическому заданию № 1:

Возможные варианты ответа:

Вседозволенность: ребенку можно все, пока у нас, взрослых, хватит нервов и сил. Взрослый запрещает себе ограничивать выбор ребенка за исключением только ситуаций, чреватых нанесением серьезного вреда ребенку или другим людям.

Взрослый запрещает любое принуждение по отношению к личности ребенка.

Единственная задача взрослого заинтересовать ребенка.

Взрослый исходит из идей гуманизма, которые в представлении взрослого, сами по себе гарантируют благополучие ребенка.

Позиция снизу - интересы ребенка выше интереса взрослого.

Ключ к практическому заданию № 2:

М.М. Рыбакова, выделяет следующие конфликты (ситуации) в педагогическом процессе:

1. Конфликты деятельности возникают по поводу выполнения учеником учебных заданий, успеваемости, внеучебной деятельности математические, физические, экологические. Возникают между педагогом и учащимися и чаще всего проявляются в отказе учащегося выполнять учебное задание или связаны с плохим (недобросовестным) его выполнением. Это может происходить по различным причинам: утомление, трудность в усвоении учебного материала, а иногда неудачное замечание педагога вместо конкретной помощи при затруднениях в работе. Подобные конфликты чаще происходят с учащимися, испытывающими трудности в учебной деятельности, когда педагог ведет учебные занятия по своему предмету непродолжительное время, и отношения между ним и группой ограничиваются только учебной работой. В последнее время наблюдается увеличение числа таких конфликтов из-за того, что педагоги часто предъявляют завышенные требования к усвоению предмета, а оценки (отметки) используют как средство наказания тех, кто нарушает дисциплину или не выполняет предъявляемые требования. Эти ситуации часто становятся причиной ухода из учебных заведений разного уровня способных, самостоятельных и творчески мыслящих учащихся, а у остальных снижается интерес к познанию вообще.

2. Конфликты поведения возникают по поводу нарушения учеником правил поведения в школе, чаще на уроках, вне школы. в основном связаны с особенностями поведения отдельных учащихся как в учебных, так и во внеучебных ситуациях. Педагогическая ситуация может привести к конфликту в том случае, если педагог ошибся при анализе поступка учащегося, не выяснил мотивы, сделал необоснованный вывод. Один и тот же поступок может вызываться разными мотивами. Педагог часто корректирует поведение учащихся, оценивая их поступки при недостаточной информации об их подлинные причины. Иногда он лишь догадывается о мотивах поступков, плохо знает отношения между своими воспитанниками, поэтому вполне возможны ошибки при оценке их поведения. Это вызывает вполне оправданное несогласие учащихся.

3. Конфликты отношений возникают в сфере эмоциональных личностных отношений учащихся и учителей, в сфере их общения в процессе педагогической деятельности. часто возникают в результате неумелого разрешения педагогом проблемных ситуаций и имеют, как правило, длительный характер. Эти конфликты приобретают личностный смысл, порождают длительную неприязнь учащегося к педагогу, надолго нарушают их взаимодействие.

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1.

системные	взаимосвязь обучения и социальной системы; взаимозависимость
закономерности	процесса обучения и педагогического сознания общества и конкретных субъектов педагогического процесса
исторические	взаимосвязь проявления всех компонентов процесса обучения и
закономерности	особенностей эпохи; взаимозависимость и в результате

функциональные закономерности	вариативность целей обучения и содержания образования от условий развития общества взаимозависимость качественных характеристик процесса обучения и подготовки учащихся к самостоятельному овладению социальным опытом; взаимозависимость процесса обучения и подготовки учащихся к саморегуляции и оценке своих достижений
содержательные закономерности	взаимосвязь и взаимозависимость научной, мировоззренческой и нравственно-ценностной направленности содержания процесса обучения

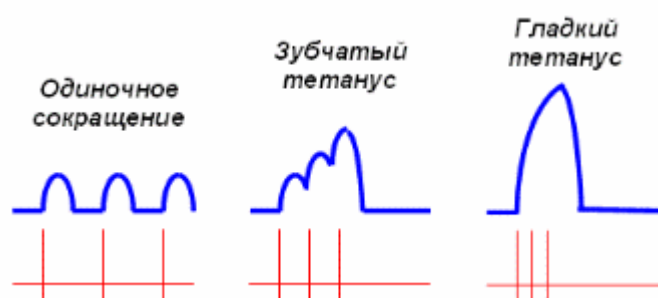
ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Адаптация – совокупность физиологических реакций, обеспечивающих приспособление строения и функций организма или его органа к изменению окружающей среды (к общеприродным, производственным или социальным условиям, в том числе и к занятиям физической культурой и спортом).

Ключ к практическому заданию 2:

1. Одиночное
2. Тетаническое
3. Зубчатый тетанус
4. Гладкий тетанус



КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-9

Формулировка компетенции:

Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИОПК-9.1. Выбирает современные информационные технологии и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности.

ИОПК-9.2. Демонстрирует способность использовать цифровые ресурсы для решения задач профессиональной деятельности.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.02.03	Технологии цифрового образования
Б1.О.06.01	Методы проектной и исследовательской деятельности
Б1.О.06.02	Методы качественного и количественного анализа данных

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ОПК-9

ТЕХНОЛОГИИ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1: 600.

Ключ к практическому заданию 2:

Таблица создаётся в любом программном средстве: текстовый редактор, электронные таблицы, среда разработки презентаций и т.п.

ФИО	Образовательное учреждение	Пол м/ж	Хобби	Любимый предмет

МЕТОДЫ ПРОЕКТНОЙ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Типовой алгоритм поиска и обработки информации в области проектирования:

- определяется информационная потребность и формулируется запрос;
- определяется комплекс источников, в которых может находиться нужная информация;
- информация извлекается из выявленных источников;
- происходит ознакомление с данными, и оцениваются результаты поиска.

Ключ к практическому заданию 2.

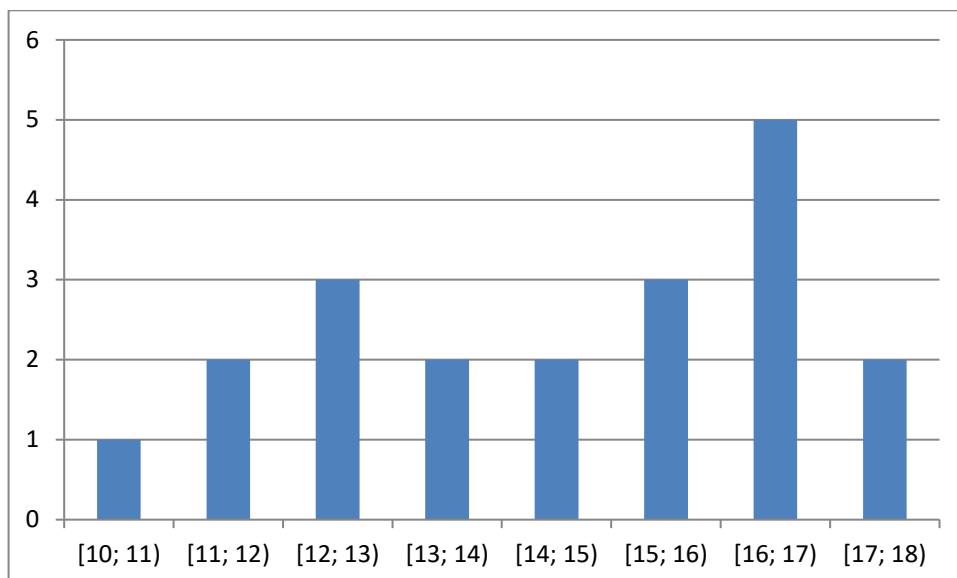
1. Представление темы проекта. Темы проектных работ обучающихся лучше выбирать из содержания учебных предметов или близких к ним областей. Осуществляется поиск идей, которые помогут решить проблему, лежащую в основе проекта.
2. Выбор проблемы. Проблема проекта или исследования, обеспечивающая мотивацию включения обучающихся в самостоятельную работу, должна быть в области познавательных интересов.
3. Формулировка подтем (мелких проблем). Эта работа идет в группах. Дети определяют все подтемы, которые войдут в план решения проблемы. Проводятся консультации.
4. Планирование работы. В рабочих группах обсуждается план предстоящей работы, определяются пути поиска необходимой информации. Принимается решение: в какой форме будет представлен проект.
5. Осуществление проекта. Самостоятельная работа участников проекта по группам (сбор информации, исследование проблемы, выбор вариантов решения, оформление работ).
6. Представление проекта (защита). Презентация (защита) проекта.
7. Оценка проекта. Оценка выполненных проектов, которая должна носить стимулирующий характер.

МЕТОДЫ КАЧЕСТВЕННОГО И КОЛИЧЕСТВЕННОГО АНАЛИЗА ДАННЫХ

Ключ к практическому заданию 1. (решению практической задачи):

№	$[x_i; x_{i+1})$	n_i
1	$[10; 11)$	1
2	$[11; 12)$	2

3	[12; 13)	3
4	[13; 14)	2
5	[14; 15)	2
6	[15; 16)	3
7	[16; 17)	5
8	[17; 18)	2



Ключ к практическому заданию 2. $\bar{x} = 14,505$, $\sigma = 2,043$.

КОМПЕТЕНЦИИ ПК-1

Формулировка компетенции:

Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).

ИПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.

ИПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.05	Педагогические технологии социализации и языковой адаптации обучающихся с миграционной историей
Б1.О.07.05	Методика преподавания предмета "Физическая культура"
Б1.О.07.07	Теория и методика физического воспитания
Б1.О.07.08	Гимнастика с методикой преподавания
Б1.О.07.09	Легкая атлетика с методикой преподавания
Б1.О.07.10	Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания
Б1.О.07.11	Плавание с методикой преподавания
Б1.О.07.12	Лыжная подготовка с методикой преподавания
Б1.О.08.01	Спортивная подготовка обучающихся

Б1.О.08.02	Основы антидопингового обеспечения
Б1.О.08.03	Организация дополнительного образования в сфере Физической культуры и спорта
Б1.О.08.05	Теория и методика детско-юношеского спорта
Б1.О.08.07	Интеграция общего и дополнительного образования в условиях школьного спортивного клуба
Б1.О.08.09	Теория и методика спортивной тренировки
Б1.О.08.10	Спортивные сооружения
Б1.О.08.11	Адаптивная физическая культура
Б1.О.08.14	Спортивная метрология
Б1.О.08.15	Спортивная биохимия
Б1.О.08.16	Биомеханика двигательной активности
Б1.О.08.17	Профессиональная деятельность детского тренера по базовым видам спорта
Б1.В.ДВ.01.01	ПФСС легкая атлетика
Б1.В.ДВ.01.02	ПФСС плавание
Б1.В.ДВ.02.01	ПФСС волейбол
Б1.В.ДВ.02.02	ПФСС лыжная подготовка
Б1.В.ДВ.03.01	ПФСС футбол, мини-футбол
Б1.В.ДВ.03.02	ПФСС подвижные игры
Б1.В.ДВ.04.01	ПФСС баскетбол
Б1.В.ДВ.04.02	ПФСС гимнастика

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ПК-1

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ СОЦИАЛИЗАЦИИ И ЯЗЫКОВОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С МИГРАЦИОННОЙ ИСТОРИЕЙ

Ключ к заданию:

Обучение детей-инофонов русскому языку может проходить в несколько этапов.

1. На первом этапе происходит осмысление нового лексико-грамматического материала. Обучаемый отчётливо понимает цель, но имеет неясное представление о способах её достижения. При выполнении конкретных операций он допускает грубые ошибки.
2. Ко второму этапу относится сознательное, но недостаточно умелое выполнение операций (действий). Его характерной особенностью является интенсивная концентрация произвольного внимания, требующего заметных волевых усилий.
3. Третий этап – это этап автоматизации навыка (операций) – характеризуется ослаблением произвольного внимания. На этом уровне появляется возможность положительного переноса в процессе научения.
4. Четвёртый этап – этап высокоавтоматизированного навыка. Осуществление речевого действия на изучаемом русском языке подвергается контролю сознания, ошибки исправляются как с помощью самоконтроля, так и указанием со стороны учителя.
5. Пятый этап именуется этапом деавтоматизации навыка. Деавтоматизация навыков – типичное явление, имеющее место после перерыва в процессе обучения. Детям мигрантов следует систематически пользоваться языком, в противном случае наступает деавтоматизация, т. е. утрачивается быстрота, лёгкость, плавность и

другие качества, характерные для автоматизированных действий. В этом случае следует работать и с семьёй: необходимо объяснить родственникам, что ребёнку и за пределами школы нужно как можно больше общаться с русскоязычным населением. Иногда и учителю приходится дополнительно работать с инофонами.

6. Шестой этап сопровождается формированием вторичной автоматизации, при этом восстанавливаются особенности, присущие этапу высокоавтоматизированного навыка

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПРЕДМЕТА "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"

Ключ к практическому заданию 1.

Типовой план внеурочного мероприятия «Веселые старты»:

4. Подготовительный этап. Разработка сценария. Заданий, эстафет. Подготовка спортивного инвентаря. Объявление о мероприятии.
5. Организационный этап. Проведение веселых стартов. Вводная часть. Основная часть. Интерактивная лекция с использованием технологий ИКТ. Объяснение заданий эстафет постпредством интерактивной доски. Эстафеты должны быть подобраны в соответствии с требованием взаимодействия участников образовательного процесса. Выполнение эстафет (примерные задания эстафет: парный челночный бег; бег с мячом; передача мяча над головой; попадание мячом в щит; парные и групповые эстафетные виды). Решение интерактивных заданий эстафетной команды. Подведение итогов после каждого конкурса (качественное и количественное).
6. Заключительный этап. Общее подведение итогов мероприятия. Награждение победителей.

Ключ к практическому заданию 2.

В словесных методах на уроках физической культуры используются: объяснения, когда идет сообщение нового материала или дополнения к технике элементов; пояснения и комментарии при выполнении обучающихся отдельных элементов двигательных действий для исправления ошибок и неточностей.

Главные требования словесных методов: конкретность и точность пояснений; соответствие этическим, коммуникативным, речевым и языковым нормами.

При правильном выполнении упражнений комментариев играет роль поощрения интереса к занятию, повышения мотивации на учебу.

Рассказ, беседа проводится при изучении инструкции по технике безопасности. Диалог помогает активизации обучающихся на освоение данного материала. Лекции проводятся при сообщении теоретических сведений.

Для повышения активности деятельности обучающихся на занятиях физической культуры применяются следующие словесные методы:

- команды: для перестроений и построений, движений по залу;
- указания (методические и организационные);
- подсчет: для проведения упражнений разминки на месте и в ходьбе.

Ключ к практическому заданию 3.

Типовые правила разрешения конфликтов в начальной школе:

1. Погасить конфликт, т. е. перевести отношение его участников на уровень, взаимоприемлемый для обеих сторон, переключить внимание с аффективно-напряженных отношений в сферу деловых, учебных.
2. Конфликт в педагогической деятельности легче предупредить, чем успешно разрешить.
3. Конфликты надо решать без задержек, пусть и на частично приемлемой платформе, но открывающей дорогу совместным позитивным действиям.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1:

Алгоритм действия
<ol style="list-style-type: none">1. Согласовать с администрацией школы (завуч или зам.директора).2. Определить и проверить туристический маршрут.3. Провести родительское собрание. Назначить ответственных лиц (минимально 4-х родителей для сопровождения детей)4. Согласовать список с медицинским работником школы.5. Оформить документацию (план похода):<ul style="list-style-type: none">- Техника безопасности;- Физкультурно-оздоровительная программа;- Программа питания;- Программа передвижения;6. Согласовать с администрацией школы (завуч или зам.директора).

Ключ к практическому заданию 2:

Алгоритм действия
<ol style="list-style-type: none">1. Построить команды и заслушать мнения капитанов команд участников «Папа, мама и я»2. Провести анонс правил соревнований для команд «Папа, мама и я»3. Провести детальный разбор конфликтной спортивной ситуации по правилам.4. Произвести при необходимости перерасчет очков по данной спортивной ситуации «Папа, мама и я»5. Обоснованно на основе отчета в устной и письменной форме показать результаты капитанам и представителям команд.6. Объявить окончательные результаты командам и их представителям с приложением соответствующей документации.7. Представить отчет о результатах проведения апелляции главному судье и секретарю соревнований «Папа, мама и я»

Ключ к практическому заданию 3:

Алгоритм действия
<ol style="list-style-type: none">1. Провести анонс правил выполнения тестирования ГТО2. Провести детальный разбор выполнения ГТО..3. Оформить документацию по ответу на протест или апелляцию по тестированию ГТО4. Произвести при необходимости перерасчет очков по данной спортивной ситуации.5. Обоснованно на основе отчета в устной и письменной форме показать результаты капитанам и представителям команд.6. Объявить окончательные результаты командам и их представителям с приложением соответствующей документации.7. Представить отчет о результатах проведения апелляции главному судье и

ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
<ol style="list-style-type: none">1. План-схема должна включать в себя 6 этапов обучения<ul style="list-style-type: none">- создание целостного представления о технике изучаемого двигательного действия- разминка основных мышц, задействованных в выполнении двигательного действия- упражнения для обучения группировке- упражнения для обучения перекатам в группировке- упражнения для правильной постановки рук- упражнения для эффективного отталкивания ногами2. Набор упражнений должен соответствовать обучению методом строго регламентированного упражнения (разучивание по частям)3. Каждый этап должен включать в себя несколько подготовительных и имитационных упражнений3.В имитационных упражнениях можно использовать спортивный инвентарь, оборудование.4. Запись конспекта плана-схемы осуществляется в традиционной форме

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования
<ol style="list-style-type: none">1. Запись конспекта урока должна осуществляться в традиционной форме2. В конспекте должны найти отражение<ul style="list-style-type: none">- решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач- обеспечение безопасности, на основе знаний причин травматизма на занятиях гимнастикой- дидактические принципы обучения- строгое следование методике обучения3. В конспекте должна быть выдержана структура занятия4. В разделе ОМУ должны быть указаны возможные ошибки, их предупреждение и исправление5. Приветствуется тематический урок, использование цифровых технологий и средств оздоровительной гимнастики (базовой аэробики, степ –аэробики...)

Ключ к практическому заданию 3

Методические требования
<ol style="list-style-type: none">1. Сюжет должен соответствовать гимнастической тематике.2. Сценарий должен состоять из 3 частей:<ul style="list-style-type: none">- водной- основной- заключительной3. В конкурсные задания должны быть включены элементы школьной программы по разделу Гимнастика

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">4. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту участников.5. В мероприятии должны быть задействованы как можно больше участников.6. Мероприятие должно быть зрелищным, музыкальным.7. Продолжительность мероприятия не должна превышать 60 мин.8. Запись сценария осуществляется в свободной форме |
|---|

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении городских соревнований по легкой атлетике «Глазовская Верста»
в рамках празднования «Дня города»

Номер – код вид спорта легкая атлетика 002 000 1611 Я

Х. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Городские соревнования по легкой атлетике «Глазовская Верста» в рамках празднования «Дня города» (далее-соревнования) проводятся согласно Единому календарному плану официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования «Город Глазов».

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта Легкая атлетика, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации и ВФЛА, далее – Соревнования.

Цели и задачи:

- Популяризация легкой атлетики;
- Повышение спортивного мастерства и соревновательного опыта спортсменов;
- Отбор сильнейших спортсменов в состав сборной города;
- Патриотическое воспитание подрастающей молодежи.

II. РУКОВОДСТВО ОРГАНИЗАЦИЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство по организации несет МБОУ ДО «ДЮСШ №1».

Организацию и проведение осуществляет главная судейская коллегия:

Главный судья - А.Б. Волков тел.89199100645

Главный секретарь - Л.В. Волкова тел. 89124693207

III. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 4 июня 2022 года на стадионе МАУ СКК «Прогресс» г. Глазова.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТИНКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки 2006 г.р. и старше, не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом, но не моложе 2009 года рождения. Основанием для допуска спортсмена к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена с надписью врача и заверенной личной печатью, при наличии подписи и расшифровки ФИО врача в конце заявки.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

4 июня 2021 г.

11.30-12.30 - мандатная

12.30 – 100 метров девушки

12.45 – 100 метров юноши

13.00 – Верста девушки

13.10 - Верста юноши

13.20 – финал 100 метров девушки + юноши

13.30 - Награждение

VI. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Технические заявки, по форме (приложение №1 в формате excel), подаются до 03.06.2022 года на электронную почту lexavolk2008@yandex.ru. Медицинские заявки, по форме (приложение №2), подаются в день соревнований 04 июня до 12.00 часов. Участники не подавшие техническую заявку, к участию в соревнованиях не допускаются.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Определение победителей и призеров соревнований осуществляется согласно правил соревнований «Легкая атлетика».

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами и медалями.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению соревнований за счет привлеченных спонсорских средств.

X. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. №353, а также требованиям действующих правил по виду спорта «Легкая атлетика», утвержденных Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16 октября 2019 г. N 839.

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий».

В связи с сохранением рисков распространения новой коронавирусной инфекции организаторы обеспечивают соблюдение следующих профилактических мероприятий в

соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденным Минспортом России и Роспотребнадзором от 31.07.2020 (с учетом дополнений и изменений от 19.08.2020 г. и от 13.11.2020 г.). Ответственность за соблюдение вышеуказанных мероприятий лежит на Главном судье соревнований.

В местах проведения соревнований должен находиться квалифицированный медицинский персонал, контроль за обеспечением медицинского сопровождения осуществляет проводящая организация и Главный судья соревнований.

Ответственность за жизнь и здоровье участников Соревнований в пути следования, выполнением участниками Соревнований правил техники безопасности, соблюдения дисциплины и порядка во время проведения Соревнований несут руководители команд.

Данное положение является вызовом на соревнования.

Ключ к практическому заданию 2.

Протокол Первенства Удмуртской республики по легкой атлетике среди девушек и юношей 2007-08 г.р.													
	ручной хронометраж		г.Глазов		стадион МАУ СКК "Прогресс"								
	7-8 июня 2022 год				пасмурно, дождь, 10*								
	прыжки в длину девушки				попытки						результат	место	разряд
		год рожде ния		тренер									
№	Фамилия Имя		организация		1	2	3	4	5	6			
146	Белозерова Анастасия	2007	СШОР 5	Воронов, Поздеев, Богданова	472	497	498	501	496	505	505	1	III
144	Ефремова Софья	2008	СШОР 5	Воробьев И.А.	493	468	479	487	474	485	493	2	III
131	Егорова Ульяна	2008	СШОР -3	Чигорева А.В	448	417	462	462	474	478	478	3	III

Ключ к практическому заданию 3:

БЕГ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ СПРИНТЕРСКИЙ БЕГ 100,200,400м, ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ:

Совершенствование техники бега; исправление индивидуальных технических ошибок, совершенствование скоростных возможностей, воспитание скоростно-силовых и силовых качеств, специальной выносливости спринтера; приобретение соревновательного опыта.

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ:

Спринтерский бег(на контролируемых скоростях).Стартовые упражнения, старт с ходьбы или медленного бега, старт с падения, старты с опорой на одну руку; бег с низкого старта в затрудненных и облегченных условиях

(с партнером отягощениями), имитация работы рук.

Просмотр кинокольцовок и техники бега сильнейших спортсменов. Разнообразные прыжки и прыжковые упражнения, специальные беговые упражнения; Спринтерский бег с различной интенсивностью от 20 до 300м. Упражнения с отягощениями и на тренажерах; эстафеты, старт и стартовые упражнения; бег сходу, с переменной темпа движений. Подвижные и спортивные игры. Кроссы. Спринтерский бег, прыжковые и беговые упражнения в облегченных и затрудненных условиях(бег в гору 30-40~гр.; бег по песку, по снегу, против ветра, бег с отягощениями (1,5-2.5 кг) на голених, бег с отягощением на поясе 2-5 кг, бег с использованием искусственной тяги (7-8-кг. и т.д.); упражнения типа «спрыгивание -выпрыгивание»; прыжки в длину с укороченного разбега; упражнения с н/мячом, броски вперед и через голову и т.д.; участие в соревнованиях в беге на 60,100,200,300,400м.эстафетах 4х100м,4х400м.

СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание
Практическое задание 1.	<p>1.Выбор игр.</p> <p>2.Сбор детей на игру.</p> <p>3.Создание интереса к игре.</p> <p>4.Организация играющих, объяснение правил игры.</p> <p>5. Проведение игры и руководство ею.</p> <p>6.Окончание игры и подведение итогов.</p>
Практическое задание 2.	<p>Основные задачи применения спортивных игр в образовательном процессе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся; - популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха; - формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; - обучение технике и тактике спортивных игр; - развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); - формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; - воспитание моральных и волевых качеств.
Практическое задание 3.	<p>Типовые формы обучения на занятиях по спортивным играм:</p> <p>В учебно-тренировочном процессе по спортивным играм существуют три основные группы методов обучения: словесные, наглядные и практические.</p> <p>Первые две группы создают предпосылки, а реализация осуществляется при непосредственном использовании практического действия упражнения. Все методы взаимообусловлены и применяются в комплексе.</p> <p>Словесные методы: рассказ, объяснения, беседа, разбор, задание, указание, распоряжение.</p> <p>Наглядные методы: показ упражнений, демонстрация, наглядных пособий (схем, таблиц, кинокольцовок, кино программ и т.д.), просмотр учебных игр или официальных соревнований. Показ должен носить образцовый и четкий характер выполнения – это позволит создать зрительный образ разучиваемого игрового действия. Демонстрация наглядных пособий дает хороший эффект при изучении групповых и командных тактических действий. В обучении спортивным играм часто практикуют повторный или замедленный показ и демонстрацию. Это дает возможность сосредоточить внимание детей на наиболее существенных элементах двигательных действий, на моментах, где вероятность появления ошибок является наибольшей.</p> <p>Практические методы основываются на активной двигательной</p>

	<p>деятельности занимающегося. Метод упражнения предусматривает многократное повторение движений, которые помогают овладеть элементом техники игры или целого игрового приема. Повторение может осуществляться в целом или по частям. Отдельные технические приемы рекомендуется разучивать только в целостном виде, т.к. расчленение нарушает структуру движений и усложняет овладение ими.</p>
--	--

ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
<p>1. План-схема должна включать в себя 6 этапов обучения</p> <ul style="list-style-type: none"> - ознакомление со свойствами воды, с плотностью и сопротивлением воды, преодоление чувства страха перед ней - обучение правильному дыханию - обучение погружению под воду и открывание глаз в воде - обучение всплыванию и лежанию на воде - обучение скольжению, элементарным движениям руками и ногами в скольжении <p>2. Каждый этап должен включать в себя несколько имитационных упражнений</p> <p>3. В имитационных упражнениях можно использовать спортивный инвентарь, оборудование: гимнастические скамейки, коврики, плавательные доски и др.</p> <p>4. Запись конспекта плана-схемы осуществляется в традиционной форме</p>

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования
<p>1. План-схема изучения техники спортивных способов плавания должна включать в себя упражнения в методической последовательности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - имитационные упражнения на суше - упражнения в воде с неподвижной опорой - упражнения в воде с подвижной опорой - упражнения в воде без опоры) <p>2. На каждом этапе обучения должны быть разобраны не менее 2-х упражнений «от простого к сложному»</p> <p>3. Упражнения для изучения техники плавания должно осуществляться в следующей последовательности: общая характеристика способа, положение и движения тела и головы пловца, движения ногами в согласовании с дыханием, движения руками в согласовании с дыханием, общее согласование движений.</p> <p>3. При обучении необходимо использовать спортивный инвентарь, оборудование: гимнастические скамейки, коврики, плавательные доски и др.</p> <p>4. Запись конспекта плана-схемы осуществляется в традиционной форме</p>

Ключ к практическому заданию 3

Методические требования
<p>1. Сценарий должен состоять из 3 частей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - водной - основной

- заключительной

2. Основной сюжет должен происходить вблизи водоема, строиться на персонажах, соответствующих «водной» тематике.
3. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту участников.
4. В мероприятии должны быть задействованы как можно больше участников.
5. Мероприятие должно быть зрелищным, музыкальным.
6. Продолжительность мероприятия не должна превышать 60 мин.
7. Запись сценария осуществляется в свободной форме

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

Примерные указания к содержанию конспекта

Необходимо поставить конкретные задачи, раскрыть их содержание с дозировкой и методическими указаниями.

Задачи урока:

1. Обучать или совершенствовать.
2. Развивать и содействовать развитию физических качеств.
3. Воспитывать.

1. Инвентарь:

2. Место проведения:

3. Время проведения: содержание дозировка

Организационно-методические указания

1. Подготовительная часть .

Записываются: построение, рапорт, Сообщение задач урока, характер строевых упражнений, виды перестроений, описание общеразвивающих упражнений.

Время, количество раз, круги, расстояние Записывается: на что обратить внимание, размещение играющих, изменение темпа и амплитуды движений.

Методы и приемы используемые на занятиях.

2. Основная часть Записываются: способы перестроений, способы передвижений на лыжах, краткое их содержание (поэтапно).

Время, количество раз, круги, расстояние Записываются: схематически размещение игроков, место расположения преподавателя, типичные ошибки, правила.

Методы и приемы используемые на занятиях.

3. Заключительная часть Записывается: построение, подведение итогов занятий, домашнее задание.

Время, количество раз, круги, расстояние Записывается: способы выбора и смены водящих, определение победителя, варианты.

Методы и приемы используемые на занятиях.

Ключ к практическому заданию 2

Положение о соревнованиях является основным документом, регламентирующим условия и порядок проведения соревнования. Отдельные разделы положения должны быть тщательно продуманы и подробно изложены. Ни один пункт положения не должен вызывать никаких сомнений или различных толкований. Положение составляется на основании календарного плана и правил соревнований по лыжному спорту и рассылается участвующим организациям заранее, не позднее чем за месяц до проведения соревнований, а для соревнований всероссийского и республиканского масштаба - за 3 месяца.

Положение обычно состоит из следующих разделов:

- а) цели и задачи соревнований;

- б) место и время проведения соревнований;
- в) руководство подготовкой и проведением соревнований;
- г) участники соревнований;
- д) программа и условия проведения соревнований;
- е) порядок определения победителей личного и командного первенства;
- ж) награждение победителей личного и командного первенства;
- з) условия приема участников;
- и) сроки и порядок подачи заявок на участие в соревнованиях.

Содержание этих разделов зависит от вида и масштаба соревнований. Выбирая место и сроки соревнований, следует учитывать климатические условия: время образования устойчивого снежного покрова (в начале зимы) и таяния снега (весной), температуру воздуха и т.д. При выборе местности для дистанции необходимо учитывать масштаб соревнований и уровень подготовки участников: рельеф трасс должен соответствовать квалификации спортсменов. При планировании времени начала соревнований нужно учитывать продолжительность светлого времени дня, длину дистанций, количество участников и удаленность старта и финиша от мест размещения и питания спортсменов. Время старта назначается так, чтобы соревнования закончились до наступления темноты. В этом же разделе положения указывается транспорт, которым можно доехать до места старта. При подготовке крупных лично-командных соревнований с участием различных команд и ведомств, с большим количеством участников требуется тщательно и подробно изложить все разделы положения. Особое внимание следует уделить изложению разделов участники соревнований, программа и условия проведения соревнований и порядок определения победителей личного и командного первенства. В разделе «Участники соревнований» подробно указывается, какие организации, по каким группам допускаются к участию в данных соревнованиях, количественный состав команд. Подробно излагаются условия допуска отдельных участников по возрасту, квалификации, принадлежности к обществу, ведомству и коллективу, перечисляются документы, которые представляются на каждого участника для подтверждения этих данных. В этом же разделе указываются условия и возможные ограничения допуска участников к соревнованиям на личное первенство.

В разделе «Программа и условия проведения соревнований» перечисляются все виды лыжного спорта и отдельные дистанции, включенные в программу соревнований, по всем возрастным группам и для всех коллективов, а также распределение видов (дистанций) по дням. В случае большого количества участников следует предусмотреть групповую жеребьевку и указать порядок распределения участников по группам. В этом же разделе приводится характеристика местности, трасс и трамплинов, на которых будут проходить соревнования.

В разделе «Порядок определения победителей личного и командного первенства» предельно ясно и четко указывается состав команды и число зачетных участников по отдельным видам лыжного спорта и дистанциям, условия подведения итоговых командных результатов. Определение победителей в командном первенстве может быть осуществлено различными способами:

1. По наименьшей сумме мест, занятых всеми зачетными участниками на всех дистанциях. Такая система подведения итогов применяется в массовых соревнованиях с большим количеством зачетных участников. Недостатком этой системы следует считать то, что она не позволяет учитывать возможные разрывы во времени в результатах участников.
2. По наибольшей сумме очков. Первое место оценивается количеством очков, равным числу зачетных мест, за последнее зачетное место дается одно очко. Количество зачетных мест указывается в положении. Участники, не попавшие в число зачетных мест, получают 0 очков. Например, положением на данной дистанции установлено 50 зачетных мест. Тогда за 1-е место участник получает 50 очков, за 2-е - 49, за 3-е - 48 и т.д., за 50 место - 1

очко; все последующие места в командный зачет не включаются. Эта система зачета применяется с целью поощрения высоких результатов.

3. По наименьшей сумме времени, полученной от сложения времени всех зачетных участников на данной дистанции. Победитель по всей программе соревнований выявляется по сумме мест (очков), занятых командами в отдельных видах соревнования. Сложение времени всех зачетных участников по всем видам программы недопустимо в связи с различной длиной и сложностью трасс и обычно различным количеством зачетных участников в разных видах программы соревнований. Эта система зачета в настоящее время наиболее часто применяется в лыжных гонках, биатлоне и горнолыжных видах. Она наиболее объективна и стимулирует достижение высоких результатов.

4. По таблицам оценки результатов лыжных гонок. В этих таблицах все результаты по всем дистанциям переведены в очки. Соответствующие результаты у мужчин и у женщин на различных дистанциях в таблицах оцениваются примерно одинаковым количеством очков. Коллектив-победитель определяется по наибольшей сумме очков всех зачетных участников.

Ключ к практическому заданию 3

ПРОТОКОЛ

первого дня первенства Устиновского района по лыжным гонкам «Быстрая лыжня»

05 марта 2020 года, гор. Ижевск, лыжные трассы МБОУ СОШ № 77

ДЕВУШКИ Дистанция: 3км Ход: классический

Время старта: 13:00

М	Ф.И. спортсмена	школа	зачет	Нагрудный №	Время старта	Время финиша	Результат	разряд
1	Иванова Кира	1	ком	15	1:00,00	15:15,30	14:15,30	
2								
3								

Главный судья соревнований О.Ю. Наумов (МБОУ СОШ № 77)

Главный секретарь соревнований А.Ю. Воронов (МБУ СШ № 4)

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Практическое задание 1:

Составить протокол соревнований по легкой атлетике прыжки в длину.

Ключ к практическому заданию 1:

Протокол Первенства Удмуртской республики по легкой атлетике среди девушек и юношей 2007-08 г.р.													
ручной хронометраж			г.Глазов		стадион МАУ СКК "Прогресс"								
7-8 июня 2022 год					пасмурно, дождь, 10*								
прыжки в длину девушки					попытки					результат	место	разряд	
№	Фамилия Имя	год рожде ния	организация	тренер	1	2	3	4	5	6			
146	Белозерова Анастасия	2007	СШОР 5	Воронов, Поздеев, Богданова	472	497	498	501	496	505	505	1	III
144	Ефремова Софья	2008	СШОР 5	Воробьев И.А.	493	468	479	487	474	485	493	2	III
131	Егорова Ульяна	2008	СШОР -3	Чигорева А.В	448	417	462	462	474	478	478	3	III

Практическое задание 2:

Разработайте комплекс физических упражнений для подготовительной части занятия волейболу.

Ключ к практическому заданию 2:

Типовой комплекс упражнений для подготовительной части занятий по волейболу:

- для головы.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны головой. На счёт 1 наклон головы вперёд, на счёт 2 назад, на счёт три 3 в левую сторону, на счёт 4 в правую сторону.
- и.п. тоже. Повороты головой. На счёт 1,2 поворот головы в левую сторону, на счёт 3,4 в правую сторону.
- и.п. тоже. Круговые движения головой. На счёт 1,2,3,4 круговые движения в левую сторону. На счёт 1,2,3,4 в правую сторону.
- для рук.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки перед грудью. Рывки руками. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в левую сторону. На счёт 1,2 рывки руками перед собой, на счёт 3,4 рывки руками с отведением рук в правую сторону.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки к плечам. Круговые движения плечами. На счёт 1,2,3,4 круговые движения вперёд. На счёт 1,2,3,4 круговые движения назад.
- для туловища.
- и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны туловищем. На счёт 1 наклон туловища вперёд, на 2 назад, на 3 в левую сторону, на 4 в правую сторону.
- и.п. (для девочек) руки на пояс, ноги на ширине плеч. (для мальчиков) руки за голову ноги на ширине плеч. Приседания.
- и.п. ноги на ширине плеч. Выполнение прыжков на месте.

Практическое задание 3:

Перечислите пункты организации игры «Пионербол»

Ключ к практическому заданию 3:

1. Построение обучающихся.
2. Совместное определение целей и задач подвижной игры.
3. Организация играющих, объяснение правил игры.
4. Проведение игры и руководство ею.
5. Окончание игры и подведение итогов.

ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Ключ к практическому заданию №1

Обратиться в РУСАДА, написав письмо или воспользовавшись анонимным разделом «Сообщи о допинге» на официальном сайте агентств

Ключ к практическому заданию №2

На этапе уведомления

На этапе посещения пункта допинг-контроля

На этапе упаковки пробы и заполнении документов

На всех этапах допинг-контроля

Ключ к практическому заданию №3

- оказания неотложной медицинской помощи или резком ухудшении состояния здоровья

- отсутствия в силу исключительных обстоятельств у спортсмена достаточного времени или возможности для того, чтобы подать запрос, а у Комитета по терапевтическому использованию (КТИ) для того, чтобы рассмотреть запрос до сдачи пробы
- если спортсмен не является спортсменом национального и международного уровня, в том числе после обнаружения запрещенной субстанции
- если ВАДА и РУСАДА согласились, что принцип справедливости требует выдачи ретроактивного разрешения на ТИ

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ключ к заданиям.

Задание 1. При создании спортивной школой должны руководствоваться:

- законом Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012; федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ в ред. от 25.12.2012 года;
- методическими рекомендациями министерства образования и науки Российской Федерации и министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 г. № МД-1077/19 (НП-02-07/4568);
- распоряжением правительства Российской Федерации «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» от 7 августа 2009 года № 1101;
- «Концепция развития физической культуры и спорта в системе департамента образования города Москвы на среднесрочный период (2012- 2016 г.г.)»;
- типовым положением «О физическом воспитании детей и учащихся в образовательных учреждениях города Москвы»;
- рекомендациями утвержденные Управлением развития физической культуры

Задание 2. Физкультурно-оздоровительная работа клуба включает в себя:

- Организацию ежедневной утренней гимнастики, как в помещении, так и на открытом воздухе (в течение года).
- В дни школьных каникул, а также в выходные дни организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- Организацию оздоровительных и закаляющих мероприятий в летнее время.
- Проведение массовых подвижных игр, соревнований «Веселые старты» на детских площадках в дни школьных каникул.
- Еженедельное проведение на детских площадках спортивных развлечений с участием актива из числа старшеклассников.
- Организация туристических походов, походов выходного дня членами туристской секции, родителями.

Задание 3. Спортивно-массовая работа включает:

- Набор и комплектование спортивных секций по: лыжным гонкам, ОФП, волейболу, баскетболу, гимнастике, шахматам и шашкам, туризму и др.

- Создание команд по трем возрастным группам (младшая, средняя, старшая).
- Назначение тренеров-общественников в игровые команды, заключение договоров.
- Организацию систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год).
- Проведение зимней спартакиады по разным видам спорта: хоккею, футболу на снегу, лыжным гонкам, конькам, стрельбе.
- Проведение летней спартакиады среди спортивных площадок по разным видам спорта: футболу, легкой атлетике, плаванию, бадминтону, волейболу, настольному теннису, легкоатлетическому кроссу, русской лапте.
- Участие в соревнованиях разных уровней (согласно календарю спортивных соревнований).

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО СПОРТА

Ключ к практическому заданию 1.

- Типовой план исследования физического развития занимающихся в секциях детско-юношеского спорта:
- 1. Актуальность научного исследования.
- 2. Цели и задачи исследования.
- 3. Особенности физического воспитания занимающихся в секциях детско-юношеского спорта.
- 4. Специфика физического воспитания занимающихся в секциях детско-юношеского спорта.
- 5. Физиологические особенности развития занимающихся в секциях детско-юношеского спорта.
- 6. Проведение педагогического эксперимента.
- 7. Определение выводов исследования.
- 8. Список используемой литературы.

Ключ к практическому заданию 2

Содержание	часо в	се н	ок т	но я	де к	ян в	фе в	ма рт	ап р	ма й	ию нь	ию ль	авг
ОФП	240												
СФП	60	3	5	7	7	5	4	5	7	7	5	3	2
ТТМ													
Соревнования	6			2					2	2			
Теоретическая подготовка	8	1	1	1	1		1	1	1	1			
ИТОГО:	312	26	26	26	26	24	24	26	26	28	28	26	26

Ключ к практическому заданию 3.

Понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	Воскресение	Итого
-------------	---------	-------	---------	---------	---------	-------------	-------

Кросс 20 мин.	Восстановительный кросс 50 мин.	Велосипед 70 мин.	отдых	Игровая тренировка 60 мин	Длительный кросс-поход 2 ч.	отдых	60 км.
ОРУ	Гибкость	ОРУ		ОРУ	Гибкость		18 ч.
футбол		ОФП на перекладине		ОФП на ноги			

ИНТЕГРАЦИЯ ОБЩЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА

Ключ к заданиям.

Задание 1. При создании Клуба организаторы должны руководствоваться:

- законом Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012; федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ в ред. от 25.12.2012 года;
- методическими рекомендациями министерства образования и науки Российской Федерации и министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 г. № МД-1077/19 (НП-02-07/4568);
- распоряжением правительства Российской Федерации «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» от 7 августа 2009 года № 1101;
- «Концепция развития физической культуры и спорта в системе департамента образования города Москвы на среднесрочный период (2012- 2016 г.г.)»;
- типовым положением «О физическом воспитании детей и учащихся в образовательных учреждениях города Москвы»;
- рекомендациями утвержденные Управлением развития физической культуры

Задание 2. Физкультурно-оздоровительная работа клуба включает в себя:

- Организацию ежедневной утренней гимнастики, как в помещении, так и на открытом воздухе (в течение года).
- В дни школьных каникул, а также в выходные дни организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- Организацию оздоровительных и закаливающих мероприятий в летнее время.
- Проведение массовых подвижных игр, соревнований «Веселые старты» на детских площадках в дни школьных каникул.
- Еженедельное проведение на детских площадках спортивных развлечений с участием актива из числа старшеклассников.
- Организация туристических походов, походов выходного дня членами туристской секции, родителями.

Задание 3. Спортивно-массовая работа включает:

- Набор и комплектование спортивных секций по: лыжным гонкам, ОФП, волейболу, баскетболу, гимнастике, шахматам и шашкам, туризму и др.
- Создание команд по трем возрастным группам (младшая, средняя, старшая).
- Назначение тренеров-общественников в игровые команды, заключение договоров.
- Организацию систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год).
- Проведение зимней спартакиады по разным видам спорта: хоккею, футболу на снегу, лыжным гонкам, конькам, стрельбе.
- Проведение летней спартакиады среди спортивных площадок по разным видам спорта: футболу, легкой атлетике, плаванию, бадминтону, волейболу, настольному теннису, легкоатлетическому кроссу, русской лапте.
- Участие в соревнованиях разных уровней (согласно календарю спортивных соревнований).

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Ключ к практическому заданию 1:

Круговая тренировка в парах 60 сек через 30 сек отдыха. Набивные мячи 2 кг

- 1 станция – броски двумя руками от груди
 - 2 станция – броски двумя руками из-за головы
 - 3 станция – броски правой рукой из-за головы
 - 4 станция – броски двумя руками из под «юбки»
 - 5 станция – броски левой рукой из-за головы
 - 6 станция-и.п. сед ноги врозь поймать мяч лечь руки за голову, вставая бросок партнеру двумя руками из-за головы
- Отдых между сериями 2 минуты повторять 3-4 серии

Ключ к практическому заданию 2:

Положение о соревнованиях

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Открытое Первенство Удмуртской республики по легкой атлетике среди ДЮСШ (далее-соревнования) проводятся согласно Единому календарному плану официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Удмуртской Республики и согласно единого календарного плана официальных физкультурно-спортивных и спортивных мероприятий муниципального образования «Город Глазов».

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта Легкая атлетика, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации и ВФЛА, далее – Соревнования.

Цели и задачи:

- Популяризация легкой атлетики;
- Повышение спортивного мастерства и соревновательного опыта спортсменов;

- Отбор сильнейших спортсменов в состав сборной города;
- Патриотическое воспитание подрастающей молодежи.

II. РУКОВОДСТВО ОРГАНИЗАЦИЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство по организации несет Управление культуры, спорта и молодежной политики Администрации города Глазова. Организацию и проведение осуществляет главная судейская коллегия:

Главный судья - А.Б. Волков тел.89199100645

Главный секретарь - Л.В. Волкова тел. 89124693207

III. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 29-30 октября 2022 года на легкоатлетическом манеже (ул. Парковая 40 «а») МАУ СКК «Прогресс» г.Глазова.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТИНКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки 2005-2006, 2007 -2008 г.г.р., не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом, но не моложе 2010 года рождения. Основанием для допуска спортсмена к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена с подписью врача и заверенной личной печатью, при наличии подписи и расшифровки ФИО врача в конце заявки.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

1 день - 29.10. 2022 г.

13.00-14.00 - мандатная
 14.45 - парад
 15.00 – 60 метров девушки
 15.30 – 60 метров юноши
 16.00 – 1000 метров девушки
 16.20 - финал 60 метров девушки + юноши (4 забега)
 16.40 – 1000 метров юноши
 17.00 – 300 метров девушки
 17.15 – 300 метров юноши
 17.30 – прыжки в длину девушки
 18.10 – прыжки в длину юноши
 18.30 – награждение

2 день – 30.10.2022 г.

10.00 – Спортивная ходьба 3000 м девушки
 10.20 – Спортивная ходьба 3000 м юноши
 11.00 – 100 метров девушки
 11.30 – 100 метров юноши
 12.00 – 3000 метров девушки
 12.20 – 3000 метров юноши
 12.50 –финал 100 метров девушки
 12.55- финал 100 метров юноши
 13.10 – 600 метров девушки
 13.30 – 600 метров юноши
 13.50 – смешанная эстафета 4 x 250м
 14.20 – награждение

Виды:

1-ый день: 60 м, 1000 м, 300 м., прыжки в длину с разбега;

2-ой день: 100м, 3000м, 600м., сп. \х 3000 м, 5000 м, эстафета 4 х 250 м (смешанная).

Каждый участник имеет право выступать или в двух спринтерских дисциплинах, или 1 спринтерском и одном виде на средние и длинные дистанции в день.

VI. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Технические заявки, по форме (приложение №1), подаются до 29.10.2022 года на электронную почту lexavolk2008@yandex.ru. Медицинские заявки, по форме (приложение №2), подаются в день соревнований 29 октября до 14.00 часов. Участники не подавшие техническую заявку, к участию в соревнованиях не допускаются.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Определение победителей и призеров соревнований осуществляется согласно правил соревнований «Легкая атлетика».

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами и медалями.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению соревнований за счет привлеченных спонсорских средств.

Расходы по командированию (проезд, питание, проживание) участников соревнований обеспечивают командирующие организации. Проживание участников от 350 рублей.

X. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. №353, а также требованиям действующих правил по виду спорта «Легкая атлетика».

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Оказание медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. №134н «О порядке оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке к проведению физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок

медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

В местах проведения соревнований должен находиться квалифицированный медицинский персонал, контроль за обеспечением медицинского сопровождения осуществляет проводящая организация и главный судья соревнований.

Ответственность за жизнь и здоровье участников Соревнований в пути следования, выполнением участниками Соревнований правил техники безопасности, соблюдения дисциплины и порядка во время проведения Соревнований несут руководители команд.

Ключ к практическому заданию 3:

Календарь соревнований

№	Уровень соревнований	Сен.	Окт.	Ноябрь	Дек.	январь	Февр.	Март.	Апрель.	Май	итог
1	Групповые		2	2				2	2		8
2	Отборочные				2					2	4
3	Городские				2	2				2	6
											18 часов

СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ

Ключ к практическим заданиям:

№1 –учебно-тренировочные;

–демонстрационные;

–физкультурно-оздоровительные;

–детские спортивные сооружения.

№2 Сооружения 2-й категории предназначаются для одновременного ведения учебно-тренировочной работы и занятий населения. Для работы с населением предусматривается 40 % нормативного времени использования сооружения.

№3 Основными источниками дохода спортивных организаций и сооружений являются:

–финансовые ресурсы на развитие физической культуры и спорта, выделяемые государственными органами;

–бюджеты муниципалитетов;

–профсоюзные организации;

–образовательные структуры.

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Ответ на практическое задание 1.

Типовые задачи формирования образовательной среды в рамках Адаптивной физической культуры:

- создание адаптивной образовательной среды, обеспечивающей удовлетворение как общих, так и особых образовательных потребностей ребенка с ОВЗ;
- обеспечение индивидуального педагогического подхода к ребенку с ОВЗ с учетом специфики и выраженности нарушения развития, социального опыта, индивидуальных и семейных ресурсов;
- построение обучения особым образом – с выделением специальных задач, разделов содержания обучения, а также методов, приемов и средств достижения тех образовательных задач, которые в условиях нормы достигаются традиционными способами;
- интеграция процесса освоения знаний и учебных навыков и процесса развития социального опыта, жизненных компетенций;
- разработка специализированных программно-методических комплексов для обучения детей с ОВЗ;
- координация и взаимодействие специалистов адаптивной физической культуры и родителей, вовлеченных в процессе образования;
- формирование толерантного восприятия и отношения участников образовательного процесса к различным нарушениям развития и детям с ОВЗ.

Ответ на практическое задание 2.

К базовым условиям успешности социализации обучающегося с нарушением здоровья относят:

- состояние психического здоровья детей;
- наличие эмоционально-комфортной атмосферы в группе (классе);
- создание благоприятных условий для протекания процесса социализации ребёнка, в частности для обеспечения психологического комфорта в коллективе;
- обеспечение тесного взаимодействия педагогов и родителей;
- организация психолого-педагогического мониторинга динамики показателей здоровья, воспитания и развития детей;
- построение отношений партнёрского сотрудничества и готовности работать в социально-ориентированном процессе.

Ответ на практическое задание 3.

Основные принципы организации внеурочной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

- принцип соответствия содержания и организационных форм внеурочной деятельности возрастным особенностям детей и особенностям психофизического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- принцип использования основ поликультурного образования и социокультурной среды региона во внеурочной деятельности;
- принцип преемственности технологий организации внеурочной деятельности обучающихся с технологиями деятельностного типа, реализуемыми в урочной деятельности;
- принцип тематической взаимосвязанности внеурочной и урочной деятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- принцип учета ценностей воспитательной системы образовательного учреждения при проектировании содержания и организационных форм внеурочной деятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- принцип опоры на традиции дополнительного образования детей;

- принцип учета потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, запросов их родителей (законных представителей);
- принцип реализации свободного выбора курсов внеурочной деятельности на основе личных интересов и склонностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- принцип разнообразия направлений и организационных форм внеурочной деятельности;
- принцип реализации коррекционно-компенсирующей направленности внеурочной деятельности;
- принцип социально-адаптирующей направленности программ внеурочной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ

Ключ к практическим заданиям:

Ключ к практическим заданию №1
1-А, 2-А, 3-В, 4-Б, 5-Б

Ключ к практическим заданию №2
Принцип иерархичности

Ключ к практическим заданию №3
Измерение физических величин в ФКиС

1. Понятие физической величины и измерения
2. Единицы измерений
3. Параметры измеряемые в ФКиС
4. Шкалы и средства измерений
5. Точность измерения

СПОРТИВНАЯ БИОХИМИЯ

Ключ к практическому заданию:

Правильный вариант ответа	
Задание 1	Адреналин
Задание 2	<p>Для того, чтобы пересчитать количество нужной аминокислоты на заданное количество белка необходимо умножить количество аминокислоты в 1г белка на заданное количество белка. Аминокислотный скор рассчитывается по формуле:</p> $\alpha = \frac{A_{\text{пр}}}{A_{\text{ст}}} * 100, \% \text{ (5.1)}$ <p>где $A_{\text{пр}}$ – содержание незаменимых аминокислот в 1г исследуемого белка, мг;</p> <p>$A_{\text{ст}}$- содержание той же аминокислоты в 1г «идеального» (стандартного) белка, мг.</p> <p>100-коэффициент пересчета в проценты.</p>

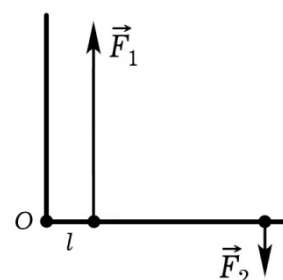
Задание 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Больше разделится при электрофорезе в зависимости от заряда. Более отрицательно заряженные движутся к аноду, а отрицательно заряженные к катоду 2. Альбумины 3. Возможна потеря альбуминов при нарушении функции почек, когда повышен переход в мочу из крови низкомолекулярных альбуминов (ММ 70 кДа), голодании; при поражении печени нарушается синтез альбуминов 4. γ-глобулины 5. Отрицательно заряженных радикалов асп и глу и положительно заряженных арг и лиз
-----------	---

БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Чтобы анализировать скольжение коньков по льду, нужно обратиться к таким физическим явлениям, как взаимодействие тел, трение, таяние льда. Необходимо знать способы уменьшения трения, закон сохранения энергии, способы изменения внутренней энергии тела. Существует теория, согласно которой лед под лезвием конька тает. Слой воды выполняет роль смазки и трение уменьшается. Тепло для таяния льда выделяется благодаря трению – внутренняя энергия изменяется из-за совершения работы. Значит, качество скольжения зависит, например, от температуры. При сильном морозе скольжение будет хуже.

Ключ к практическому заданию 2.

Схематически рука с локтевым суставом O показана на рисунке. Момент силы составляет $M = F_1 l$. Подстановка числовых данных дает $M = 800 \cdot 0,06 = 48$ (Н·м). Когда в руку взята гантель, на рычаг начинает действовать сила \vec{F}_2 . Нарисованная модель является весьма приближенной, потому что в системе действуют силы со стороны и других мышц.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТСКОГО ТРЕНЕРА ПО БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

Ключ к практическому заданию 1:

План-конспект урока

Класс: 6

Тема: Бег на короткие дистанции

Цель: Обучить технике бега с низкого старта

Задачи: 1) Развить скоростно-силовые качества, внимание, быстроту реакции

2) Воспитать морально-волевые качества, дисциплинированность

3) Укрепить опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную систему.

Инвентарь: свисток

Место проведения: Манеж.

Дата проведения: 20.04.2023г.

Ход урока

Содержание	Дозировка	ОМУ
Подготовительная часть (10-12 минут)		
1. Построение, приветствие, сообщение задач урока.	2 минуты	Организованный выход в манеж, Обратить внимание на технику безопасности, на форму учащихся. Следить за дисциплиной в строю.
2. Строевые упражнения (повороты на месте, повороты прыжком)	30 секунд	Соблюдение дистанции и дисциплины в строю, особое внимание за осанкой.
3. Разминка в шаге. Ходьба -на носках, -на пятках, -не внешней/внутренней стороне стопы, -перекаты, с пятки на носок, -в полуприсяде	по 10м (1 минута)	
4. Бег	250м (1.30-2 минуты)	Соблюдение дистанции и дисциплины в строю, правильная постановка ног и работа руками, бег ниже среднего (разминочный бег)
5. Восстановление дыхания, перестроение класса в две шеренги	30 секунд	
6. ОРУ на месте с игрой на внимание «Копейка/монетка» После каждого упражнения звучит	7 минут	Копейка - приседаем Монетка - выпрыгиваем вверх

сигнал копейка или монетка		
<p>Круговые вращения головой</p> <p>1.И.П.-ноги на ширине плеч, руки на пояс</p> <p>1-4-влево,</p> <p>5-8-вправо.</p>	2-4раза	Плечи не поднимаются, спина прямая.
<p>Повороты и наклоны головой</p> <p>2.И.П.-ноги на ширине плеч, руки на пояс</p> <p>1-повтор влево,</p> <p>2-И.п.</p> <p>3-наклон влево</p> <p>4.И.п.</p> <p>5-8-тоже в другую сторону</p>	4 раза	Плечи не поднимаются, спина прямая.
<p>Рывки руками.</p> <p>3.И.п-ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед грудью</p> <p>1-2-рывки руками, назад</p> <p>3-4-Рывки правая верху, левая внизу</p> <p>5-8-тоже со сменой положения рук</p>	4 раза	Лопатки соединяются, спина прямая, голова прямо смотрим вперед, руки прямые
<p>Круговые вращения в плечевом суставе.</p> <p>4.И.п-ноги на ширине плеч, руки к плечам,</p> <p>1-4-Вперед,</p> <p>5-8-Назад.</p>	4 раза	Спина прямая
<p>Упражнение «Мельница»</p> <p>5.И.п-широкая стойка ноги врозь, руки в стороны, наклон вперед</p>		Ноги в коленях не сгибаются, руками касаемся внешнего свода стопы.

<p>Наклоны</p> <p>6. И.п.-ноги на ширине плеч, руки на пояс,</p> <p>1-наклон влево,</p> <p>2-И.п.</p> <p>3-наклон вправо,</p> <p>4-И.п.</p> <p>5-7-наклон влево с отведением руки над головой.</p> <p>8-И.п.</p> <p>1-8 тоже начиная в правую сторону</p>	4 раза	Корпус не заваливаем вперед, рука прямая.
<p>Наклоны</p> <p>7.И.п.-широкая стойка ноги врозь, руки на пояс</p> <p>1-Наклон к левой ноге,</p> <p>2-И.п.</p> <p>3-Наклон вперед,</p> <p>4-И.п.</p> <p>5-Наклон к правой ноге,</p> <p>6-И.п.</p> <p>7-Наклон вниз,</p> <p>8-И.п.</p>	4 раза	
<p>Выпады</p> <p>8.И.п.-Выпад правой ногой вперед, руки на колени впереди стоящей ноги</p> <p>1-3-Пружинистые движения,</p> <p>4-Смена ног прыжком,</p> <p>5-8-тоже со сменой положения ног.</p>	4 раза	Корпус вперед, назад не заваливаем, активные пружинистые движения.
<p>Перекаты с одной ноги на другую</p>		

<p>9.И.п.-Сед на левой ноге, правая в сторону, руки прямые перед собой.</p> <p>1-4-Перенос тяжести с левой ноги на правую</p> <p>5-8-тоже со сменой положения ног.</p> <p>Махи ногами</p> <p>10. И.п.-ноги на ширине плеч, руки вперед-в стороны</p> <p>1-Мах левой ногой к правой руке,</p> <p>2-И.п.</p> <p>3-Мах правой ногой к левой руке,</p> <p>4-И.п.</p> <p>5-8-тоже</p> <p>11.О.с-прыжки на месте, руки на пояс</p> <p>12.Ходьба на месте, восстановление дыхания</p>	<p>4 раза</p> <p>4 раза</p> <p>10 прыжков</p> <p>8 счетов</p>	<p>Спина прямая, руки прямые, смотрим перед собой, сед глубокий.</p> <p>Спина прямая, руки прямые, ноги прямые.</p> <p>Колени не сгибаем, отталкиваемся стопой (заряжаем стопу), макушкой тянемся вверх.</p> <p>Глубокий вдох/выдох</p>
Основная часть (30 минут)		
<p>Специальные беговые упражнения (СБУ)</p>	<p>7 минут</p>	<p>Упражнения выполняются в колонне по 2, друг за другом дистанция 2 шага интервал 2 шага.</p> <p>Упражнения выполняются на дистанции 30м. По завершению упражнения левая колонна в обход на лево, а правая на право.</p>

1.Перекаты с пятки на носок		1.Спина прямая, макушкой тянемся вверх, мягкие перекаты
2. Бег с высоким подниманием бедра	1раз	2. Бедро поднимается на 90 градусов, движения частые, почти на месте., спина прямая,
3. Бег с захлестыванием голени	1раз	3.Пятка под себя, корпус слегка наклонен вперед, движения частые, почти на месте
4. Подскоки	1раз	4.Высокие подскоки, пятка под коленкой, спина прямая, вперед выносящаяся рука на уровне глаз.
5. Приставными шагами с выпрыгиванием вверх правым/левым боком	1раз	5.Продвижение боком в прыжке, руки помогаю выталкиваться вверх
6.Бег «колесо»	1раз	6.Соединение 3 и 2 пункта.
7.Ускорение	1 раз	7.Ускорение чуть выше среднего.
	2 раза	
Дополнительные упражнения для освоения техники низкого старта		Внимание акцентируется на быстром подъеме маховой ноги
	7 минут	
1.Стоя на одной ноге в упоре у стенки. Толчковая нога поднята, согнутая в колене. По команде резкая смена ног.	5-6 раз	Носок маховой ноги брать «на себя», сочетать окончание маха с окончанием выпрямления опорной ноги во всех суставах.
2.Стоя в упоре у гимнастической стенки на согнутой (толчковой) ноге, разгибание и сгибание опорной ноги в сочетании с движением маховой		Нога, стоящая сзади, активным движением бедра выносится вперед по кратчайшему пути, а нога, стоящая впереди, с нарастающим усилием, проталкивает учащегося вперед, он принимает положение как при беге с низкого старта в момент ухода с колодок и переходит на бег.
3.Наклоны туловища в ходьбе. Впереди стоящая нога слегка согнута, руки опущены. По сигналу резкое движение вперед головой и плечами.	5-6 раз	
	5-6 раз	По сигналу быстро перейти на бег

<p>4.. Выпады в ходьбе. Туловище наклонено, голова слегка опущена.</p>		Следить за положением ног и рук
<p>5.И. п. — стоя, ноги полусогнуты. Руки оттянуты назад партнером. Туловище подается вперед. При отпускании рук быстрый выход в стартовое положение с переходом на бег.</p>	<p>2-3 раза, бег 10-15м</p>	
<p>Демонстрация детям положения низкого старта:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Расстановка ног, -Положение рук, -Расположение корпуса. <p>Ознакомление детей с командами (на старт, внимание, марш) и положением тела в определенную команду.</p> <p>Ознакомление детей с фазами спринтерского бега, прикрепление СБУ в каждой фазе бега.</p>	<p>2 раза, бег 10-15м</p>	<p>Дети повторяют то, что делает преподаватель.</p>
<p>Бег детей с низкого старта:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Выход с низкого старта (стартовый разгон) под команды 	<p>12-15 минут</p>	<p>Следить за положением корпуса, голова не поднимается, бег затылком вперед, расталкивающие шаги.</p>
<ul style="list-style-type: none"> -Выход с низкого старта+маховый бег 		<p>Следить за правильной работой рук и ног.</p>
<ul style="list-style-type: none"> -Выход с низкого старта+маховый бег+финиширование 		
<p>Игра «Эстафета» бег из разных положений:</p>	<p>10м</p>	<p>Пара по команде стартует, финиширует и объявляется победитель в паре.</p>

-Сидя лицом, -Сидя спиной, -Лежа на животе, -Седа лицом, -Седа спиной.	20м 30м*2 30м 1 раз 1 раз 1 раз 1 раз 1 раз	
Заключительная часть 5 минут		
Заминочный медленный бег	2 минуты	Медленный бег ниже среднего, спокойный
Упражнения для восстановления дыхания	1 минута	Выполнять в ходьбе до восстановления дыхания
Построение группы для подведения итогов	1 минута	Проговорить выполненные задачи, обозначить плюсы и минусы урока
Оперативное покидание манежа		

Практическое задание 2:

Разработать сценарий спортивного праздника для учащихся ДЮСШ

Ключ к практическому заданию 2:

Конспект спортивного мероприятия «Веселые старты»

Дата: 28.11.23

ДЮСШ

Учитель:

Цель: Пропаганда физической культуры и спорта; Сохранение и укрепление здоровья учащихся; Приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта; Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, повышение их Двигательной активности
2. Обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков
3. Укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Время и место проведение: Спортивная площадка

Оборудование: мячи баскетбольные, мячи волейбольные, кегли, клюшки, гимнастические маты и скамейки, обручи, скакалки, магнитофон.

Содержание:

В соревнованиях «Веселые старты» участвуют 3 команды по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек). В жюри входят старшеклассники, они подсчитывают очки, объявляют результаты, подводят итоги соревнований.

Спортивно-массовое мероприятие « Веселые старты» включает в себя проведение 10 эстафет различной направленности. Это эстафеты с элементами таких видов спорта как, легкая атлетика, баскетбол, хоккей, гимнастика, футбол. Командам на каждом этапе начисляются за 1 место - 1 очко, за 2 место – 2 очка, за 3 место – 3 очка. Команда победительница определяется по наименьшей сумме набранных очков.

В конце соревнований, во время подведения итогов соревнований вниманию зрителей и участников предлагается выступление участников художественной самодеятельности (танцевальная пара). А также участникам и зрителям по ходу соревнований будет предложено отгадать несколько загадок, связанных с различным видами спорта. Во время проведения эстафет играет музыка.

Ведущий:

Добрый день, дорогие друзья. Мы рады видеть вас. Сегодня состоится спортивный праздник для девочек и мальчиков, обладающих вниманием, волей к победе, выдержкой, смекалкой. К соревнованиям допускаются ловкие, быстрые, не равнодушные к своему здоровью и физическому развитию ребята.

Давайте поприветствуем наших участников. Звучит маршевая музыка. Выходят участники соревнований. Строятся на парад.

Ведущий читает стихи:

Поиграйка, поиграйка

Наш веселый стадион.

С физкультурой всех ребят

Он подружит навсегда

Если хочешь стать умелым

Ловким, быстрым, сильным, смелым.

Научись любить скакалки

Вожжи, обручи и палки,

Никогда не унывай!

В цель снежками попадай,

В санках с горки быстро мчись

И на лыжи становись-

Вот здоровья в чем секрет,

Будь здоров! Физкульт привет!

Ведущий предоставляет слово командам для приветствия. Затем знакомит с составом жюри, в которое входят старшеклассники. Они будут оценивать эстафеты и подводить итоги соревнований.

Ведущий желает успехов участникам соревнований и объявляет о начале эстафет.

1 этап – Бег с эстафетной палочкой до ориентира (кегля) и обратно.

Примечание: обязательно обежать кеглю против часовой стрелки.

2 этап – «Футбол»: бег с ведением футбольного мяча ногой «змейкой» (препятствия – кегли), при возвращении ведение мяча ногой по прямой.

Примечание: стараться не сбивать кегли, за каждую сбитую кеглю присуждается 0,5 штрафного очка.

Ведущий загадывает загадку.

Не обижен, а надут,

Его по полю ведут,

А ударят нипочем,

Не угнаться за _____ (мячом)

3 этап – «Хоккей»: бег с ведением волейбольного мяча с помощью клюшки «змейкой» (препятствия – кегли), при возвращении бег с ведением мяча по прямой.

Примечание: см. 2 этап

4 этап – «Баскетбол»: все игроки команды стоят в колонне руки вверх, по команде передача мяча сверху по поднятым рукам, последний игрок получив баскетбольный мяч выполняет бег с ведением мяча «змейкой» (препятствия – кегли), при возвращении бег с ведением мяча по прямой с последующей передачей впереди стоящему игроку, сам встает впереди колонны.

Примечание: мяч не бросать, а передавать.

Ведущий загадывает загадку.

Два березовых коня

По снегам несут меня,

Кони эти рыжи

И зовут их _____ (лыжи)

5 этап – «Кенгуру»: прыжки с мячом, зажатым между колен.

Примечание: если мяч выпал, продолжать движение нужно с того места, где выпал мяч.

Обязательно передача эстафеты, задев плечо игрока рукой.

6 этап – «Гимнастика»: бег, подбежав к обручам, лежащим на полу, продеть через себя обруч, при возвращении бег по прямой минуя обручи.

Примечание: на полу лежит 3 обруча.

Ведущий загадывает загадку.

Кто на льду меня догонит,

Мы бежим в перегонки,

А несут меня не кони,

А блестящие _____ (коньки)

7 этап – «Болото»: игрок держит в руках два обруча, с их помощью необходимо добраться до ориентира, наступая только в обручи, при возвращении бег, обручи в руках.

8 этап – «Тоннель»: игроки команды встают в шеренгу в высокий упор лежа (домик) и образуют «тоннель». Стоящий впереди игрок начинает ползти по «тоннелю» и встает в положение упора лежа последним, за ним ползет следующий и так все игроки, пока первым не станет направляющий.

Примечание: ползти можно любым способом.

Ведущий загадывает загадку.

Просыпаясь утром рано

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кровать,

Быстро делаю _____ (зарядку)

9 этап – «Гимнастика»: бег, вращая скакалку вперед и прыгая через нее, при возвращении то же самое.

Примечание: оббегая ориентир скакалку не вращать.

10 этап – «Гимнастика»: кувырок вперед на гимнастическом мате, бег по гимнастической скамейке, при возвращении бег по прямой.

Ведущий: Пока подводятся итоги соревнований, предоставляем вашему вниманию выступление танцевальной пары. Ребята занимаются в спортивной школе бальных танцев.

Ведущий: Дорогие наши участники и зрители. Наши соревнования подошли к концу. Мне хочется сказать, что все участники соревнований с честью выдержали предложенные им испытания. Какая команда стала самой лучшей, самой быстрой, самой дружной и спортивной? Предоставляется слово жюри.

Жюри подводит итоги, объявляет победителей. Вручаются почетные грамоты и ценные призы.

Ведущий читает стихи:

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За азарт соревнования

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь,

Говорим мы «До свидания»,

До счастливых новых встреч.

Практическое задание 3:

Подготовить положение о соревнованиях внутришкольного уровня

Ключ к практическому заданию 3:

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ СОШ № 11
« 19 » Сентября 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ **о проведении спортивного мероприятия «Веселые старты!»**

I. Цель и задачи:

Цель: Пропаганда физической культуры и спорта; Сохранение и укрепление здоровья учащихся; Приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта; Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

4. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, повышение их двигательной активности
5. Обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков

6. Укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

II. Сроки и место проведения соревнований:

Дата: 28 ноября 2023г.

Начало: 10:00 часов

Место проведения: спортивный зал МКОУ СОШ №11 г. Глазова

III. Руководство соревнований:

Руководство мероприятия осуществляет учитель по физической культуре МКОУ СОШ №11 г. Глазова Веретенников Олег Юрьевич.

Для участия в мероприятии участники в срок до 19 ноября подают техническую заявку. (Приложение 1)

IV. Участники мероприятия:

К спортивно-оздоровительному мероприятию допускаются учащиеся 2-4 классов, прошедшие медицинский осмотр.

В соревнованиях «Веселые старты» участвуют 3 команды по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек). В жюри входят старшеклассники, они подсчитывают очки, объявляют результаты, подводят итоги соревнований.

Состав жюри: Педагог организатор, директор, школьный психолог.

Ответственный за проведение соревнований: Учитель физической культуры.

V. Программа соревнований:

1. Построение и приветствие команд
 - Визитная карточка команды (название, девиз, эмблема).
2. Цель и задачи мероприятия
3. Музыкальная разминка
4. Начало мероприятия
5. Подведение итогов
6. Награждение

VI. Определение победителей:

Спортивно-массовое мероприятие «Веселые старты» включает в себя проведение 10 эстафет различной направленности. Это эстафеты с элементами таких видов спорта как, легкая атлетика, баскетбол, хоккей, гимнастика, футбол. Командам на каждом этапе начисляются за 1 место - 1 очко, за 2 место – 2 очка, за 3 место – 3 очка. Команда победительница определяется по наименьшей сумме набранных очков.

По наибольшему количеству набранных очков.

По таблице баллов.

Название конкурса	Место	Баллы

Таблица баллов

Место	1	2	3	4
Баллы	4	3	2	1

VII. Награждение победителей:

В конце мероприятия, во время подведения итогов соревнований вниманию зрителей и участников предлагается выступление участников художественной самодеятельности (танцевальная пара). А также участникам и зрителям по ходу соревнований будет

предложено отгадать несколько загадок, связанных с различным видами спорта. Во время проведения эстафет играет музыка.
Команда – победитель и команды – призеры награждаются дипломами и ценными подарками, команды – участники – поощрительными призами.

Приложение 1

Техническая заявка «Веселые старты!»

(название команды) _____

№	Ф. И. О.	Класс
1		
2		
3		

(Ф.И.О. инструктора по физкультуре)

Подпись

(Ф.И.О. врача/старшей медсестры)

Подпись

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Подпись _____

« ____ » _____ 2023 года

ПФСС ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Ключ к практическому заданию 1:

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении городских соревнований по легкой атлетике «Глазовская Верста»
в рамках празднования «Дня города»

Номер – код вид спорта легкая атлетика 002 000 1611 Я

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Городские соревнования по легкой атлетике «Глазовская Верста» в рамках празднования «Дня города» (далее-соревнования) проводятся согласно Единому календарному плану официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципального образования «Город Глазов».

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта Легкая атлетика, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации и ВФЛА, далее – Соревнования.

Цели и задачи:

- Популяризация легкой атлетики;
- Повышение спортивного мастерства и соревновательного опыта спортсменов;
- Отбор сильнейших спортсменов в состав сборной города;
- Патриотическое воспитание подрастающей молодежи.

II. РУКОВОДСТВО ОРГАНИЗАЦИЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство по организации несет МБОУ ДО «ДЮСШ №1».

Организацию и проведение осуществляет главная судейская коллегия:

Главный судья - А.Б. Волков тел.89199100645

Главный секретарь - Л.В. Волкова тел. 89124693207

III. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 4 июня 2022 года на стадионе МАУ СКК «Прогресс» г. Глазова.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТИНКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки 2006 г.р. и старше, не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом, но не моложе 2009 года рождения. Основанием для допуска спортсмена к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена с надписью врача и заверенной личной печатью, при наличии подписи и расшифровки ФИО врача в конце заявки.

V. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

4 июня 2021 г.

11.30-12.30 - мандатная

12.30 – 100 метров девушки

12.45 – 100 метров юноши

13.00 – Верста девушки

13.10 - Верста юноши

13.20 – финал 100 метров девушки + юноши

13.30 - Награждение

VI. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Технические заявки, по форме (приложение №1 в формате excel), подаются до 03.06.2022 года на электронную почту lexavolk2008@yandex.ru. Медицинские заявки, по форме (приложение №2), подаются в день соревнований 04 июня до 12.00 часов. Участники не подавшие техническую заявку, к участию в соревнованиях не допускаются.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Определение победителей и призеров соревнований осуществляется согласно правил соревнований «Легкая атлетика».

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами и медалями.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению соревнований за счет привлеченных спонсорских средств.

Х. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. №353, а также требованиям действующих правил по виду спорта «Легкая атлетика», утвержденных Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16 октября 2019 г. N 839.

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Выполнение требований безопасности обеспечивают руководители учреждений (спортивных сооружений), привлекаемых для проведения мероприятий, контроль за выполнением требований и наличием акта технического обследования спортивного сооружения осуществляет главный судья соревнований.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий».

В связи с сохранением рисков распространения новой коронавирусной инфекции организаторы обеспечивают соблюдение следующих профилактических мероприятий в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденным Минспортом России и Роспотребнадзором от 31.07.2020 (с учетом дополнений и изменений от 19.08.2020 г. и от 13.11.2020 г.). Ответственность за соблюдение вышеуказанных мероприятий лежит на Главном судье соревнований.

В местах проведения соревнований должен находиться квалифицированный медицинский персонал, контроль за обеспечением медицинского сопровождения осуществляет проводящая организация и Главный судья соревнований.

Ответственность за жизнь и здоровье участников Соревнований в пути следования, выполнением участниками Соревнований правил техники безопасности, соблюдения дисциплины и порядка во время проведения Соревнований несут руководители команд.

Данное положение является вызовом на соревнования.

Ключ к практическому заданию 2:

Протокол Первенства Удмуртской республики по легкой атлетике среди девушек и юношей 2007-08 г.р.													
ручной хронометраж			г.Глазов		стадион МАУ СКК "Прогресс"								
7-8 июня 2022 год					пасмурно, дождь, 10*								
	прыжки в длину девушки				попытки						результат	место	разряд
№	Фамилия Имя	год рожде ния	организация	тренер	1	2	3	4	5	6			
146	Белозерова Анастасия	2007	СШОР 5	Воронов, Поздеев, Богданова	472	497	498	501	496	505	505	1	III
144	Ефремова Софья	2008	СШОР 5	Воробьев И.А.	493	468	479	487	474	485	493	2	III
131	Егорова Ульяна	2008	СШОР -3	Чигорева А.В	448	417	462	462	474	478	478	3	III

Ключ к практическому заданию 3:

БЕГ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ СПРИНТЕРСКИЙ БЕГ 100,200,400м, ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ:

Совершенствование техники бега; исправление индивидуальных технических ошибок, совершенствование скоростных возможностей, воспитание скоростно-силовых и силовых качеств, специальной выносливости спринтера; приобретение соревновательного опыта.

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ:

Спринтерский бег(на контролируемых скоростях).Стартовые упражнения, старт с ходьбы или медленного бега, старт с падения, старты с опорой на одну руку; бег с низкого старта в затрудненных и облегченных условиях

(с партнером отягощениями), имитация работы рук.

Просмотр киноколеек и техники бега сильнейших спортсменов. Разнообразные прыжки и прыжковые упражнения, специальные беговые упражнения; Спринтерский бег с различной интенсивностью от 20 до 300м. Упражнения с отягощениями и на тренажерах; эстафеты, старт и стартовые упражнения; бег сходу, с переменной темпа движений. Подвижные и спортивные игры. Кроссы. Спринтерский бег, прыжковые и беговые упражнения в облегченных и затрудненных условиях(бег в гору 30-40~гр.; бег по песку, по снегу, против ветра, бег с отягощениями (1,5-2.5 кг) на голених, бег с отягощением на поясе 2-5 кг, бег с использованием искусственной тяги (7-8-кг. и т.д.); упражнения типа «спрыгивание -выпрыгивание»; прыжки в длину с укороченного разбега; упражнения с н/мячом, броски вперед и через голову и т.д.; участие в соревнованиях в беге на 60,100,200,300,400м.эстафетах 4х100м,4х400м.

ПФСС ПЛАВАНИЕ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
1. План-схема должна включать в себя 6 этапов обучения - ознакомление со свойствами воды, с плотностью и сопротивлением воды, преодоление чувства страха перед ней - обучение правильному дыханию - обучение погружению под воду и открывание глаз в воде - обучение всплыванию и лежанию на воде - обучение скольжению, элементарным движениям руками и ногами в скольжении

2. Каждый этап должен включать в себя несколько имитационных упражнений
3. В имитационных упражнениях можно использовать спортивный инвентарь, оборудование: гимнастические скамейки, коврики, плавательные доски и др.
4. Запись конспекта плана-схемы осуществляется в традиционной форме

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования	
1. План-схема изучения техники спортивных способов плавания должна включать в себя упражнения в методической последовательности:	
- имитационные упражнения на суше	
- упражнения в воде с неподвижной опорой	
- упражнения в воде с подвижной опорой	
- упражнения в воде без опоры)	
2. На каждом этапе обучения должны быть разобраны не менее 2-х упражнений «от простого к сложному»	
3. Упражнения для изучения техники плавания должно осуществляться в следующей последовательности: общая характеристика способа, положение и движения тела и головы пловца, движения ногами в согласовании с дыханием, движения руками в согласовании с дыханием, общее согласование движений.	
3. При обучении необходимо использовать спортивный инвентарь, оборудование: гимнастические скамейки, коврики, плавательные доски и др.	
4. Запись конспекта плана-схемы осуществляется в традиционной форме	

Ключ к практическому заданию 3

Методические требования	
1. Сценарий должен состоять из 3 частей:	
- водной	
- основной	
- заключительной	
2. Основной сюжет должен происходить вблизи водоема, строиться на персонажах, соответствующих «водной» тематике.	
3. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту участников.	
4. В мероприятии должны быть задействованы как можно больше участников.	
5. Мероприятие должно быть зрелищным, музыкальным.	
6. Продолжительность мероприятия не должна превышать 60 мин.	
7. Запись сценария осуществляется в свободной форме	

ПФСС ВОЛЕЙБОЛ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание

Практическое задание 1.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Построение обучающихся. 2. Совместное определение целей и задач подвижной игры. 3. Организация играющих, объяснение правил игры. 4. Проведение игры и руководство ею. 5. Окончание игры и подведение итогов.
Практическое задание 2.	<p>Основные задачи применения волейбола в рамках учебно-тренировочного процесса, организованным образовательной организацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся; - популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха; - формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом; - обучение технике и тактике; - развитие физических способностей; - формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; - воспитание моральных и волевых качеств.
Практическое задание 3.	<p>1. Словесные методы (дидактический рассказ, описание, объяснение, беседа, лекция, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды и указания).</p> <p>Дидактический рассказ - изложение учебного материала в повествовательной форме. Назначение – обеспечить общее, достаточно широкое представление о каком-либо двигательном действии или целостной двигательной деятельности.</p> <p>Описание - предусматривает четкое, выразительное, образное раскрытие признаков и свойств предметов, их величины, расположения в пространстве, форм, сообщение о характере протекания явлений, событий.</p> <p>Объяснение - метод представляет собой последовательное, строгое в логическом отношении изложение преподавателем сложных вопросов, например понятий, законов, правил и т.д.</p> <p>Беседа - вопросно-ответная форма взаимного обмена информацией между преподавателем и учащимися.</p> <p>Разбор – форма беседы, проводимая преподавателем с занимающимися после выполнения какого-либо двигательного задания, участия в соревнованиях, игровой деятельности и т.д.</p> <p>Лекция - системное, всестороннее, последовательное освещение определенной темы (проблемы).</p> <p>Инструктирование – точное, конкретное изложение преподавателем предлагаемого занимающимся задания.</p> <p>Комментарии - в краткой форме оценка качества выполнения задания.</p> <p>Замечание - указание на допущенные ошибки при выполнении задания.</p> <p>Распоряжение - словесное указание преподавателя на занятии, которое не имеет определенной формы.</p>

	Команда – это сигнал к немедленному началу или окончанию двигательного действия (строевые и спортивные команды).
--	--

ПФСС ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА

Ключ к практическому заданию 1

Примерные указания к содержанию конспекта

Необходимо поставить конкретные задачи, раскрыть их содержание с дозировкой и методическими указаниями.

Задачи урока:

1. Обучать или совершенствовать.
2. Развивать и содействовать развитию физических качеств.
3. Воспитывать.

1. Инвентарь:

2. Место проведения:

3. Время проведения: содержание дозировка

Организационно-методические указания

1. Подготовительная часть.

Записываются: построение, рапорт, Сообщение задач урока, характер строевых упражнений, виды перестроений, описание общеразвивающих упражнений.

Время, количество раз, круги, расстояние Записывается: на что обратить внимание, размещение играющих, изменение темпа и амплитуды движений.

Методы и приемы используемые на занятиях.

2. Основная часть Записываются: способы перестроений, способы передвижений на лыжах, краткое их содержание (поэтапно).

Время, количество раз, круги, расстояние Записываются: схематически размещение игроков, место расположения преподавателя, типичные ошибки, правила.

Методы и приемы используемые на занятиях.

3. Заключительная часть Записывается: построение, подведение итогов занятий, домашнее задание.

Время, количество раз, круги, расстояние Записывается: способы выбора и смены водящих, определение победителя, варианты.

Методы и приемы используемые на занятиях.

Практическое задание 2

Составьте требования к написанию положения о соревнованиях?

Ключ к практическому заданию 2

Положение о соревнованиях является основным документом, регламентирующим условия и порядок проведения соревнования. Отдельные разделы положения должны быть тщательно продуманы и подробно изложены. Ни один пункт положения не должен вызывать никаких сомнений или различных толкований. Положение составляется на основании календарного плана и правил соревнований по лыжному спорту и рассылается участвующим организациям заранее, не позднее чем за месяц до проведения соревнований, а для соревнований всероссийского и республиканского масштаба - за 3 месяца.

Положение обычно состоит из следующих разделов:

- а) цели и задачи соревнований;
- б) место и время проведения соревнований;

- в) руководство подготовкой и проведением соревнований;
- г) участники соревнований;
- д) программа и условия проведения соревнований;
- е) порядок определения победителей личного и командного первенства;
- ж) награждение победителей личного и командного первенства;
- з) условия приема участников;
- и) сроки и порядок подачи заявок на участие в соревнованиях.

Содержание этих разделов зависит от вида и масштаба соревнований. Выбирая место и сроки соревнований, следует учитывать климатические условия: время образования устойчивого снежного покрова (в начале зимы) и таяния снега (весной), температуру воздуха и т.д. При выборе местности для дистанции необходимо учитывать масштаб соревнований и уровень подготовки участников: рельеф трасс должен соответствовать квалификации спортсменов. При планировании времени начала соревнований нужно учитывать продолжительность светлого времени дня, длину дистанций, количество участников и удаленность старта и финиша от мест размещения и питания спортсменов. Время старта назначается так, чтобы соревнования закончились до наступления темноты. В этом же разделе положения указывается транспорт, которым можно доехать до места старта. При подготовке крупных лично-командных соревнований с участием различных команд и ведомств, с большим количеством участников требуется тщательно и подробно изложить все разделы положения. Особое внимание следует уделить изложению разделов участники соревнований, программа и условия проведения соревнований и порядок определения победителей личного и командного первенства. В разделе «Участники соревнований» подробно указывается, какие организации, по каким группам допускаются к участию в данных соревнованиях, количественный состав команд. Подробно излагаются условия допуска отдельных участников по возрасту, квалификации, принадлежности к обществу, ведомству и коллективу, перечисляются документы, которые представляются на каждого участника для подтверждения этих данных. В этом же разделе указываются условия и возможные ограничения допуска участников к соревнованиям на личное первенство.

В разделе «Программа и условия проведения соревнований» перечисляются все виды лыжного спорта и отдельные дистанции, включенные в программу соревнований, по всем возрастным группам и для всех коллективов, а также распределение видов (дистанций) по дням. В случае большого количества участников следует предусмотреть групповую жеребьевку и указать порядок распределения участников по группам. В этом же разделе приводится характеристика местности, трасс и трамплинов, на которых будут проходить соревнования.

В разделе «Порядок определения победителей личного и командного первенства» предельно ясно и четко указывается состав команды и число зачетных участников по отдельным видам лыжного спорта и дистанциям, условия подведения итоговых командных результатов. Определение победителей в командном первенстве может быть осуществлено различными способами:

1. По наименьшей сумме мест, занятых всеми зачетными участниками на всех дистанциях. Такая система подведения итогов применяется в массовых соревнованиях с большим количеством зачетных участников. Недостатком этой системы следует считать то, что она не позволяет учитывать возможные разрывы во времени в результатах участников.
2. По наибольшей сумме очков. Первое место оценивается количеством очков, равным числу зачетных мест, за последнее зачетное место дается одно очко. Количество зачетных мест указывается в положении. Участники, не попавшие в число зачетных мест, получают 0 очков. Например, положением на данной дистанции установлено 50 зачетных мест. Тогда за 1-е место участник получает 50 очков, за 2-е - 49, за 3-е - 48 и т.д., за 50 место - 1

очко; все последующие места в командный зачет не включаются. Эта система зачета применяется с целью поощрения высоких результатов.

3. По наименьшей сумме времени, полученной от сложения времени всех зачетных участников на данной дистанции. Победитель по всей программе соревнований выявляется по сумме мест (очков), занятых командами в отдельных видах соревнования. Сложение времени всех зачетных участников по всем видам программы недопустимо в связи с различной длиной и сложностью трасс и обычно различным количеством зачетных участников в разных видах программы соревнований. Эта система зачета в настоящее время наиболее часто применяется в лыжных гонках, биатлоне и горнолыжных видах. Она наиболее объективна и стимулирует достижение высоких результатов.

4. По таблицам оценки результатов лыжных гонок. В этих таблицах все результаты по всем дистанциям переведены в очки. Соответствующие результаты у мужчин и у женщин на различных дистанциях в таблицах оцениваются примерно одинаковым количеством очков. Коллектив-победитель определяется по наибольшей сумме очков всех зачетных участников.

Практическое задание 3

Составьте и заполните итоговый протокол по лыжным гонкам среди девушек до 14 лет.

Ключ к практическому заданию 3

ПРОТОКОЛ

первого дня первенства Устиновского района по лыжным гонкам «Быстрая лыжня»

05 марта 2020 года, гор. Ижевск, лыжные трассы МБОУ СОШ № 77

ДЕВУШКИ Дистанция: 3км Ход: классический

Время старта: 13:00

М	Ф.И. спортсмена	школа	зачет	Нагрудный №	Время старта	Время финиша	Результат	разряд
1	Иванова Кира	1	ком	15	1:00,00	15:15,30	14:15,30	
2								
3								

Главный судья соревнований О.Ю. Наумов (МБОУ СОШ № 77)

Главный секретарь соревнований А.Ю. Воронов (МБУ СШ № 4)

ПФСС ФУТБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание
Практическое задание 1.	<p>Для учебно-тренировочного занятия характерна трехкомпонентная структура, в которой более или менее явно выражены три части. Обычно первую часть называют подготовительной (вводной или разминкой), вторую - основной и третью - заключительной.</p> <p>Деление занятия на части обусловлено изменениями работоспособности занимающихся при выполнении упражнений. Работоспособность в любом занятии характеризуется определенной фазовостью: вначале</p>

	уровень работоспособности возрастает, затем колеблется около некоторого оптимума и к концу занятий снижается. Соответственно этому выделяют три фазы: фаза вработываемости, фаза устойчивого состояния и фаза снижения работоспособности. Каждая из них характеризуется перестройками в функционировании организма, которые нужно учитывать при построении занятий.
Практическое задание 2.	<p>Образовательные: формирование необходимых теоретических знаний; обучение технике и тактике игры; обучение приемам и методам контроля самостоятельных занятий.</p> <p>Воспитательные: физической нагрузки при воспитание моральных и волевых качеств; выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи; формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям футболом; формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.</p> <p>Развивающие: развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости): повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта; совершенствование навыков п умений игры</p>
Практическое задание 3.	Основные формы подготовки на занятиях по футболу - спортивные и подвижные игры, соревнования, эстафеты, физические упражнения определённой направленности с элементами гимнастики, акробатики, лёгкой атлетики, а связующим звеном во всех этих формах является мяч.

ПФСС ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Ключ к практическому заданию 1:

Методические требования
<ol style="list-style-type: none"> 1. Мероприятие должно способствовать реализации оздоровительных, образовательных, воспитательных задач. 2. Мероприятие должно иметь определенную тематику, все конкурсные задания должны соответствовать этой тематике. 3. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту обучающихся. 4. Последовательность конкурсных заданий должна строиться с учетом направленности и интенсивности двигательной активности. 5. Судейство должно быть объективным и беспристрастным. 6. Студент должен обладать выработанным командным голосом, профессиональной лексикой. 7. В мероприятии должны быть использованы соответствующей тематики музыка и художественное оформление

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования

1. Игра должна способствовать реализации оздоровительных, образовательных, воспитательных задач, формированию толерантности.
 2. В игре должны быть задействованы этно-персонажи, национальные герои.
 3. Игра должна проводиться в методической последовательности.
 4. Судейство должно быть объективным и беспристрастным, воспитывать дружелюбие, честное соперничество
 5. Студент должен обладать выработанным командным голосом.
- Проявляет готовность к участию в игре в качестве обычного игрока, подчиняясь всем правилам.

ПФСС БАСКЕТБОЛ

Ключ к практическим заданиям:

Ключ к практическим заданию №1

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Номер правильного ответа	б	г		а	в

Ключ к практическим заданию №2

ведение баскетбольного мяча с низким отскоком

Ключ к практическим заданию №3

Игра начинается в центральном круге подбрасыванием мяча между двумя игроками разных команд. В это время в круг нельзя заходить другим игрокам. При попадании мяча в кольцо с игры из-за пределов «трехочковой» линии команде начисляется 3 (три) очка, за попадание с более близкого расстояния – 2 очка, а за попадание штрафного броска лишь одно очко. Этим как бы учитывается трудность попадания с дальних точек, поощряются игроки, умеющие поражать кольцо с дальних дистанций. Побеждает команда, набравшая за игру большее количество очков.

ПФСС ГИМНАСТИКА

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
<p>1. План-схема должна включать в себя этапы обучения</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание целостного представления о технике изучаемого двигательного действия - разминка основных мышц, задействованных в выполнении двигательного действия - упражнения для обучения группировке - упражнения для обучения перекатам в группировке - упражнения для правильной постановки рук - упражнения для эффективного отталкивания ногами <p>2. Набор упражнений должен соответствовать обучению методом строго регламентированного упражнения (разучивание по частям)</p> <p>3. Каждый этап должен включать в себя несколько подготовительных и имитационных</p>

упражнений

3. В имитационных упражнениях можно использовать спортивный инвентарь, оборудование.

4. Запись конспекта осуществляется в традиционной форме

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования

1. Запись конспекта урока должна осуществляться в традиционной форме

2. В конспекте должны найти отражение

- решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач

- обеспечение безопасности, на основе знаний причин травматизма на занятиях гимнастикой

- дидактические принципы обучения

- строгое следование методике обучения

3. В конспекте должна быть выдержана структура занятия

4. В разделе ОМУ должны быть указаны возможные ошибки, их предупреждение и исправление

5. Приветствуется тематический урок, использование цифровых технологий и средств оздоровительной гимнастики (базовой аэробики, степ –аэробики...)

Ключ к практическому заданию 3

Методические требования

1. Сюжет должен соответствовать гимнастической тематике.

2. Сценарий должен состоять из 3 частей:

- водной

- основной

- заключительной

3. В конкурсные задания должны быть включены элементы школьной программы по разделу Гимнастика

4. Конкурсные задания должны соответствовать возрасту участников.

5. В мероприятии должны быть задействованы как можно больше участников.

6. Мероприятие должно быть зрелищным, музыкальным.

7. Продолжительность мероприятия не должна превышать 60 мин.

8. Запись сценария осуществляется в свободной форме

КОМПЕТЕНЦИИ ПК-2

Формулировка компетенции:

Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.

ИПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.),

методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).

ИПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.05.02	Психология воспитательных практик
Б1.О.05.03	Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)
Б1.О.05.04	Основы вожатской деятельности
Б1.О.07.01	Психология физического воспитания и спорта
Б1.О.08.04	Управление качеством в системе дополнительного образования спортивной направленности

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ПК-2

ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК

Ключ к практическому заданию : «Мотивация школьника к обучению», «Прививаем любовь к чтению», «Коллектив: как помочь ребенку подружиться с одноклассниками?» и т.д.

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Ключ к практическому заданию 1:

- 1) системный: формулировка общих целей школьного образования;
- 2) предметный: выбор общей ориентации (профиль и уровень обучения);
- 3) модульный: выбор дидактической системы (вклад в реализацию общих целей);
- 4) поурочный: создание методического обеспечения для урока (воспитательного мероприятия).

Ключ к практическому заданию 2:

становление системы, отработка воспитательной системы, окончательное оформление системы, перестройка воспитательной системы.

ОСНОВЫ ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Алгоритм проведения КТД в детском оздоровительном лагере:

1.Подготовка: разработка коллективно-творческого дела. На данном этапе необходимо определить: цели проведения, возрастную группу участников, количество участников, содержание (идея, сюжет). При определении данных параметров стоит учитывать мнения участников и организаторов дела.

2.Организация. На данном этапе стоит распределить роли участников в процессе реализации дела. Для этого надо учесть способности участников, их желание в реализации

и развитие определенных умений. Так же необходимо определить и подготовить материально-техническую базу: помещение, реквизит, оборудование и т.п.

3.Проведение дела. Непосредственная реализация дела. При проведении дела вожатые, педагоги выступают в роли помощников и наставников, участвуют в совместной деятельности.

4.Анализ дела. Необходимо изучить мнения детей, их эмоции, предложения, замечания по итогам проведения дела. В процессе изучения данной информации вожатым следует провести анализ по проведенному делу и использовать полученный опыт при следующей организации КТД.

Ключ к практическому заданию 2:

Опишите решение предложенной ситуации в соответствии с ситуативным, операциональным и стратегическим уровнями, заполнив таблицу:

Описание кейса	Уровни решения		
	Ситуативный Что нужно сделать для устранения инцидента?	Операциональный Что нужно сделать, чтобы ситуация не вышла из-под контроля, не усугубилась?	Стратегический Почему так поступили?
Родительский день. Родители одного из мальчишек привезли пиццу на весь отряд. Уговаривают вас взять ее, рассказывают, что купили в хорошей пиццерии. Ваши действия?	Поблагодарить родителей за подарок и вежливо отказаться его принять	Показать родителям список продуктов, запрещенных в лагере, объяснить опасность нарушений для здоровья ребенка.	Действия по инструкции по технике безопасности

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Ключ к практическому заданию 1:

В качестве результата в процессе занятий физической культурой выступают:

- 1) биологический – прирост мышечной массы, повышение функциональных возможностей организма и т. д.;
- 2) педагогический – воспитание нравственных и волевых качеств, формирование характера и т. д.;
- 3) психологический – развитие психических процессов: ощущений, представлений, мышления, восприятия и т. д.

Ключ к практическому заданию 2:

Факторы, обуславливающие активность учащихся, таковы:

- 1) особенности организации деятельности учащихся на уроке;
- 2) оценка деятельности учащихся на уроке;

- 3) удовлетворенность учащихся уроками физической культуры;
- 4) отношение к учителю физкультуры;
- 5) интерес к физической культуре;
- 6) потребность в движениях.

Ключ к практическому заданию 3:

Основные положения концептуальной модели спортивной мотивации сводятся к следующему:

1. Спортивная мотивация представляет собой сложное психическое состояние личности спортсмена.
2. Возникновение спортивной мотивации у человека обусловлено воздействием на него окружающей среды (спортивной деятельности, ее исполнителей, родителей, учителей, тренеров и других факторов).
3. Предпосылкой формирования устойчивой спортивной мотивации к конкретному виду спорта является наличие у спортсмена способностей и соответствующих психофизиологических особенностей.
4. Спортивная мотивация проявляется во взаимодействии спортсмена с выбранным видом спорта по схеме «спортсмен ↔ спорт».
5. В процессе развития и функционирования спортивной мотивации степень влияния внешних и внутренних факторов может изменяться.
6. Сохранение (устойчивость) спортивной мотивации у спортсмена обуславливается его спортивными достижениями.
7. Спортивная мотивация включает следующие основания: побудительные, базисные, процессуальные. Уровень их сформированности у спортсмена существенно различается друг от друга.
8. В соревновательной мотивации выделяется два направления: мотивация на достижение успеха и на избегание неудачи: соотношение их на разных этапах спортивного совершенствования может быть различным.

Концептуальная модель спортивной мотивации дает возможность решать прикладные задачи в спорте:

- 1) разработать методический инструментарий для диагностики спортивной мотивации;
- 2) выявить факторы, влияющие на возникновение, формирование и сохранение мотивации у индивида;
- 3) выявить значимость мотивации в структуре спортивной деятельности и проявление ее структурных компонентов;
- 4) разработать методику формирования спортивной мотивации.

УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

При создании Клуба организаторы должны руководствоваться:

- законом Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012; федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ в ред. от 25.12.2012 года;

- методическими рекомендациями министерства образования и науки Российской Федерации и министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 г. № МД-1077/19 (НП-02-07/4568);
- распоряжением правительства Российской Федерации «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» от 7 августа 2009 года № 1101;
- «Концепция развития физической культуры и спорта в системе департамента образования города Москвы на среднесрочный период (2012- 2016 г.г.)»;
- типовым положением «О физическом воспитании детей и учащихся в образовательных учреждениях города Москвы»;
- рекомендациями утвержденные Управлением развития физической культуры

Ключ к практическому заданию 2:

Физкультурно-оздоровительная работа клуба включает в себя:

- Организацию ежедневной утренней гимнастики, как в помещении, так и на открытом воздухе (в течение года).
- В дни школьных каникул, а также в выходные дни организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- Организацию оздоровительных и закалывающих мероприятий в летнее время.
- Проведение массовых подвижных игр, соревнований «Веселые старты» на детских площадках в дни школьных каникул.
- Еженедельное проведение на детских площадках спортивных развлечений с участием актива из числа старшеклассников.
- Организация туристических походов, походов выходного дня членами туристской секции, родителями.

Оценить предполагаемые результаты с позиции сильных и слабых сторон.

Ключ к практическому заданию 3:

Спортивно-массовая работа включает:

- Набор и комплектование спортивных секций по: лыжным гонкам, ОФП, волейболу, баскетболу, гимнастике, шахматам и шашкам, туризму и др.
- Создание команд по трем возрастным группам (младшая, средняя, старшая).
- Назначение тренеров-общественников в игровые команды, заключение договоров.
- Организацию систематической тренировочной работы спортивных секций и команд (расписание занятий на год).
- Проведение зимней спартакиады по разным видам спорта: хоккею, футболу на снегу, лыжным гонкам, конькам, стрельбе.
- Проведение летней спартакиады среди спортивных площадок по разным видам спорта: футболу, легкой атлетике, плаванию, бадминтону, волейболу, настольному теннису, легкоатлетическому кроссу, русской лапте.
- Участие в соревнованиях разных уровней (согласно календарю спортивных соревнований).

Оценить предполагаемые результаты с позиции сильных и слабых сторон и предложений по совершенствованию.

КОМПЕТЕНЦИИ ПК-3

Формулировка компетенции:

Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.).

ИПК-3.2. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.04.01	Психология
Б1.О.04.02	Педагогика
Б1.О.07.02	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте
Б1.О.08.15	Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ПК-3

ПСИХОЛОГИЯ

Ключ к практическому заданию № 1

Тренинг, игра, дискуссия.

Ключ к практическому заданию № 2

Подготовка к дидактической игре-путешествию «Игра: от прошлого – в будущее».

Цель игры: формирование знаний студентов о развитии и совершенствовании игровых форм в истории человеческого общества.

Ролевые функции: старейшины, ораторы, гладиаторы, борцы, философы, педагоги-гуманисты, представители основных направлений и течений в педагогике («свободного воспитания», «экспериментальной педагогики», «неогуманистической педагогики» и пр.)

Правила игры: игровые модели, воссоздаваемые студентами должны соответствовать требованиям времени, эпохи, социальной ситуации развития общества, базироваться на научных теориях соответствующей исторической эпохи.

Первый этап – подготовительный – осуществляется на занятиях курса «Психология и педагогика игровой деятельности», где формируются знания студентов о динамике отношения общества к феномену игры, об изменении статуса игры в образовании.

Второй этап – организационный – предполагает «погружение» студентов в ту или иную эпоху и постижение ими форм бытования игры в ней, специфики обращения к игре как средству организации досуга, воспитания и образования. Воссоздание определенной исторической эпохи требует от студентов осознанного проникновения в специфику организации школьного дела, использования игры как средства стимулирования познания (Сократ), как средства физического развития ребенка (Платон, Аристотель), как универсального средства обучения (Я.А.Коменский, Ж.-Ж.Руссо, И.Г.Песталоцци, Н.И.Пирогов, Д. Дьюи и др.), как средства развития ребенка (Ф. Фребель, К. Ушинский, А. Макаренко, В. Сухомлинский, Б. Никитин и др.).

Третий этап: Игра-путешествие. По творческим группам разыгрываются миниатюры, отражающие специфику эпохи и место игры в ней.

ПЕДАГОГИКА

Ключ к практическому заданию 1:

Различают три уровня интеграции содержания учебного материала:

внутрипредметная - интеграция понятий, знаний, умений и т.д. внутри отдельных предметов;

межпредметная - синтез фактов, понятий, принципов и т.д. двух и более дисциплин;

транспредметная - синтез компонентов основного и дополнительного содержания образования.

Ключ к практическому заданию 2:

Исследователи выделяют множество сред, в которых происходит социализация, индивидуализация и саморазвитие личности, в том числе:

социальная,

социокультурная,

образовательная (педагогическая) среда,

обучающая (дидактическая),

информационная,

коммуникационная среда (включая семью, референтные группы).

ОСНОВЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Ключ к практическому заданию 1:

Типовой алгоритм поиска и обработки информации в области проектирования:

- определяется информационная потребность и формулируется запрос;
- определяется комплекс источников, в которых может находиться нужная информация;
- информация извлекается из выявленных источников;
- происходит ознакомление с данными, и оцениваются результаты поиска.

Ключ к практическому заданию 2:

1. Представление темы проекта. Темы проектных работ обучающихся лучше выбирать из содержания учебных предметов или близких к ним областей. Осуществляется поиск идей, которые помогут решить проблему, лежащую в основе проекта.

2. Выбор проблемы. Проблема проекта или исследования, обеспечивающая мотивацию включения обучающихся в самостоятельную работу, должна быть в области познавательных интересов.

3. Формулировка подтем (мелких проблем). Эта работа идет в группах. Дети определяют все подтемы, которые войдут в план решения проблемы. Проводятся консультации.

4. Планирование работы. В рабочих группах обсуждается план предстоящей работы, определяются пути поиска необходимой информации. Принимается решение: в какой форме будет представлен проект.

5. Осуществление проекта. Самостоятельная работа участников проекта по группам (сбор информации, исследование проблемы, выбор вариантов решения, оформление работ).

6. Представление проекта (защита). Презентация (защита) проекта.
7. Оценка проекта. Оценка выполненных проектов, которая должна носить стимулирующий характер.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Ответ на практическое задание 1:

Факторы, благотворно влияющие на решение педагогических ситуаций, в профессиональной деятельности тренера-педагога:

- общий перспективный прорывной план, который принят всеми занимающимися команды на сознательном и эмоциональном уровне;
- четко расписанные цели на определенные промежутки времени, увязанные с планом;
- строгая внутренняя дисциплина как каждого занимающегося в отдельности, так и всей команды в целом;
- взаимодополняемость одних игроков, другими игроками команды;
- удачное распределение ролей между занимающимися, где каждый находится на своем месте;
- общая цель, которая стоит выше личных интересов каждого из игроков команды;
- способность брать ответственность за результат каждым занимающимся на себя.

Ответ на практическое задание 2:

Содержание	часо в	се н	ок т	но я	де к	ян в	фе в	ма рт	ап р	ма й	ию нь	ию ль	авг
ОФП	286	27	25	21	21	16	22	23	20	18	19	37	37
СФП	124	10	10	12	12	12	10	12	14	14	14	2	2
ТТМ	18		2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Соревнования	18			2	2	4			2	4	4		
Теоретическая подготовка	16	2	2	2	2	2	2	2	1	1			
ИТОГО:	462	39	39	39	39	36	36	39	39	39	39	39	39

КОМПЕТЕНЦИИ ПК-6

Формулировка компетенции:

Способен Использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИПК-6.1. Знает специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

ИПК-6.2. Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.

Индекс	Название дисциплины
--------	---------------------

**ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ
СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ПК-6****ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С ОВЗ И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ
ПОТРЕБНОСТЯМИ****Ключ к практическому заданию 1.**

1. Формирование коррекционных организаций для детей с ОВЗ осуществляется по принципу ведущего отклонения в развитии (примеры коррекционных организаций по выбору обучающегося).

2. Специфика обучения детей с нарушениями зрения (иного нарушения по выбору обучающегося) включает выполнение следующих требований:

1. Учет общих закономерностей и специфических особенностей развития детей, в опоре на здоровые силы и сохранные возможности;
2. Модификации учебных планов и программ, увеличении сроков обучения, перераспределении учебного материала и изменении темпа его прохождения;
3. Дифференцированном подходе к детям, уменьшении наполняемости классов и воспитательных групп, применении специальных форм и методов работы, оригинальных учебников, наглядных пособий, тифлотехники;
4. Специальном оформлении учебных классов и кабинетов, создании санитарно-гигиенических условий.

Ключ к практическому заданию 2.

1. Обязательно, поскольку МСЭ не определяет ни вариант АООП, ни специальные условия ее реализации.

Школьнику с нарушениями интеллекта родители могут не оформить инвалидность, поэтому нужно корректно и своевременно информировать родителей об имеющихся проблемах, возможных последствиях их игнорирования, а также их правах и обязанностях.

Многokrатно разъяснять пользу прохождения ПМПК: ребенок будет получать бесплатные коррекционно-развивающие занятия, снизиться психотравмирующее влияние школьной неуспешности, не будет травмирующих аттестационных испытаний, не будет бесконечных претензий со стороны педагогов.

2. Отношение к учителю и отношение к предмету – это одно и то же для ребенка с РАС. Он не может учиться у учителя, со стороны которого ощущает недоброжелательное или враждебное отношение.

Любое требование учителя к ребенку с РАС д.б. аргументировано, д.б. выстроена логическая цепочка, на языке ребенка с РАС объясняющая почему надо действовать так, а не иначе.

В действиях ребенка с РАС, всегда есть внутренняя логика, но она абсолютно нестандартна, и часто учитель воспринимает его поведение как каприз или сознательную провокацию.

Ребенок с РАС не может смириться с несправедливостью и будет бороться за справедливость так, как ОН ее понимает, поэтому будет бесконечно спорить, отнимая время урока и вызывая раздражение учителя.

КОМПЕТЕНЦИИ ПК-7

Формулировка компетенции:

Способен к Обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИПК-7.1. Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.

ИПК-7.2. Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.01	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
Б1.О.03.02	Основы медицинских знаний
Б1.О.03.03	Безопасность жизнедеятельности
Б1.О.07.04	Физиология физкультурно-спортивной деятельности
Б1.О.07.08	Гимнастика с методикой преподавания
Б1.О.07.09	Легкая атлетика с методикой преподавания
Б1.О.07.10	Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания
Б1.О.07.11	Плавание с методикой преподавания
Б1.О.07.12	Лыжная подготовка с методикой преподавания
Б1.О.08.01	Спортивная подготовка обучающихся
Б1.О.08.03	Организация дополнительного образования в сфере Физической культуры и спорта
Б1.О.08.04	Управление качеством в системе дополнительного образования спортивной направленности
Б1.О.08.06	Медико-биологическое сопровождение многолетней подготовки квалифицированных спортсменов
Б1.О.08.08	Организация спортивных соревнований и мероприятий
Б1.О.08.10	Спортивные сооружения
Б1.О.08.12	Гигиена физического воспитания
Б1.О.08.13	Анатомия человека
Б1.О.08.14	Спортивная метрология
Б1.О.08.17	Профессиональная деятельность детского тренера по базовым видам спорта
Б1.В.ДВ.01.01	ПФСС легкая атлетика
Б1.В.ДВ.01.02	ПФСС плавание

Б1.В.ДВ.02.01	ПФСС волейбол
Б1.В.ДВ.02.02	ПФСС лыжная подготовка
Б1.В.ДВ.03.01	ПФСС футбол, мини-футбол
Б1.В.ДВ.03.02	ПФСС подвижные игры
Б1.В.ДВ.04.01	ПФСС баскетбол
Б1.В.ДВ.04.02	ПФСС гимнастика

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ПК-7

ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

Ключ к практическому заданию 1:

Цифры говорят, что «школьные» травмы составляют 15-20% всех травм у детей. Это значит, что примерно каждая пятая травма у детей получена в школе. Почти половина (43,8%) всех травм возникают на перемене.

Ключ к практическому заданию 2:

1. Диагноз: носовое кровотечение.
2. Алгоритм оказания неотложной помощи:
 - а. в положение сидя наклонить голову ребенка вперед, успокоить ребенка;
 - б. приложить холод (вода, лед, замороженный продукт...) на переносицу, прижать крылья носа к перегородке.
 - в. при неэффективности заложить нос стерильным марлевым тампоном или ватой, смоченной 3% раствором перекиси водорода или применить гемостатическую губку.
 - г. при отсутствии эффекта, вызвать бригаду «скорой медицинской помощи».

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Ключ к практическому заданию

Задание 1	Диагноз: Синдром сдавления (краш-синдром). Первая помощь: 1. Бережное освобождение верхней части бедра для подведения жгута. 2. Наложение жгута на освобожденную верхнюю часть конечности. 3. Быстрое освобождение от груза. 4. При наличии снять одежду, раны, ссадины, порезы обработать (раны 3% раствором перекиси водорода, края раны – 5% раствором Йода). 5. Тугое бинтование конечности от жгута вниз. 6. Осторожное снятие жгута.
-----------	---

	<p>7. По возможности, при отсутствии реакции на т анальгетики, дать анальгин и обильное питье.</p> <p>8. Иммобилизация.</p> <p>9. Холод на конечность.</p> <p>10. Срочная госпитализация.</p>
Задание 2	<p>Диагноз: Травматическое повреждение нижних конечностей.</p> <p>Первая помощь:</p> <p>1. Быстрое освобождение от давящего груза.</p> <p>2. Оказание помощи при сопутствующих травмах.</p> <p>3. Обезболивание.</p> <p>4. Иммобилизация.</p> <p>5. Согревание.</p>

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию

Правильный вариант ответа	
Задание 1	<p>Необходимые условия безопасности при занятиях физическими упражнениями и спортом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перед спортивными соревнованиями проводить предварительные медицинские осмотры; - перед занятием напомнить о правилах безопасности на данном занятии и требовать их исполнения; - перед началом занятий необходимо проверить готовность спортивной площадки, зала, убрать все посторонние и выступающие предметы; - на спортивных площадках должны отсутствовать выступающие предметы, стекло, ямки и т.д. - проверить исправность спортивного инвентаря, оборудования; - дети при спортивных занятиях должны быть в соответствующей занятию в соответствующей спортивной форме; в спортивной обуви с завязанными шнурками; - на руках не должно быть часов, браслетов, украшений и других предметов для избегания травм; - соблюдать питьевой режим; - не проводить соревнования в ненастную погоду (дождь, сильный ветер и т.д.) - чередовать нагрузку и отдых во время занятия; - при плохом самочувствии освободить ребенка от занятия; - не допускать перегрузки детей; - не оставлять детей без присмотра во время занятия.
Задание 2	<p>Первая помощь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - зафиксировать голень пострадавшего транспортными шинами, - дать обезболивающее средство, предварительно уточнить переносимость препарата, - вызвать скорую медицинскую помощь, - приложить холод к месту предполагаемого перелома.

ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

Вопрос 1	Вопрос 2	Вопрос 3
а) Изометрическое сокращение.	Сокращение мышц без движения.	Удержание груза.
б) Концентрическое сокращение.	Мышца укорачивается.	Сгибание.
с) Эксцентрическое сокращение.	Мышца удлиняется.	Разгибание.

Ключ к практическому заданию 2:

Во время бега резко возрастает потребность в кислороде из-за усиления работы мышц. Однако системы кровообращения и дыхания не могут перестроиться так же быстро, как мышцы. Поэтому вначале возникает кислородная задолженность, что в какой-то момент и приводит к появлению «мертвой точки». При продолжении бега кровообращение и дыхание усиливается до необходимого уровня и наступает «второе дыхание».

ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
<p>1. Инструкция должна состоять из 5 разделов, включающих в себя</p> <ul style="list-style-type: none"> - общие требования безопасности - требования безопасности перед началом занятия - требования безопасности во время занятия - требования безопасности в аварийных ситуациях - требования безопасности по окончании занятия <p>2. В Инструкции должны найти отражения требования безопасности к гимнастическим залам, оборудованию и инвентарю</p> <p>3. В Инструкции подробно должны быть отражены действия персонала в аварийных ситуациях.</p> <p>4. Запись Инструкции должна осуществляться в традиционной форме.</p>

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования		
Сравнительный анализ должен включать в себя:		
	Утомление	Переутомление
1 симптомы, внешние признаки		
2 стадии		
3 причины		
4 средства восстановления		
5 профилактические средства		

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1.

1. Общие требования к безопасности

1.1. Занятия легкой атлетикой на спортивной площадке (стадионе) проводятся в сухую, теплую погоду.

1.2. К занятиям легкой атлетикой допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

1.3. Всем обучающимся необходимо уметь оказывать первую доврачебную помощь. Они должны знать, что во время занятий легкой атлетикой чаще всего травмы возникают при:

- падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- нахождении в зоне броска во время выполнения метаний;
- выполнении упражнений без разминки.

1.4. У учителя (тренера) должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. При переходе через улицу (дорогу) обучающиеся обязаны соблюдать правила дорожного движения.

2. Требования к безопасности перед началом занятий

2.1. Перед началом занятий обучающиеся обязаны:

- надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме (место приземления), проверить отсутствие на нем посторонних предметов;
- протереть сухой тряпкой снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.д.);
- провести разминку.

2.2. Перед выполнением метания обучающийся обязан убедиться, что в секторе для метания нет людей.

Ключ к практическому заданию 2

Перелом — полное или частичное повреждение кости, которое вызвано внешним воздействием. Чаще всего это травма: падение, удар или усталость кости от постоянных микротравм. Риск переломов повышают остеопороз, туберкулез и рак костей, поскольку при этих заболеваниях незначительная травма может вызвать серьезные последствия.

Существует множество симптомов перелома:

- симптом осевой нагрузки — острая боль в месте травмы, которая усиливается при движении;
- неспособность пошевелить травмированной рукой или ногой;
- неестественная подвижность поврежденной конечности;
- отек, припухлость и гематомы на месте перелома;
- заметная деформация конечности;
- хруст костей при пальпации (крепитация);
- при открытом переломе в ране видна сломанная кость и возможно сильное кровотечение.

Самостоятельно, до приезда врача, можно определить только открытый перелом. Во всех остальных случаях, оказывая первую помощь, надо предполагать самый серьезный из возможных вариантов травмы

СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание
Практическое задание 1.	<p>Основными общими мерами профилактики травматизма на занятиях по подвижным играм являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильная организация и методика проведения занятий, строгое соблюдение правил соревнований; - овладение технически правильными приемами игры; - контроль за состоянием площадок и полей, оборудованием и инвентарем, используемым на занятиях и соревнованиях; - тщательная подготовка одежды и обуви, использование - предусмотренных правилами защитных приспособлений; - проведение воспитательной работы с обучаемыми по предупреждению нарушений дисциплины и установленных правил во время занятий и соревнований; - поддержание высокой физической подготовленности занимающихся; - безусловное выполнение руководителями занятий и тренерами требований и правил по предупреждению травматизма.
Практическое задание 2.	<p>При оказании первой помощи необходимо на занятиях по спортивным играм:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вынести пострадавшего с места происшествия. 2. Обработать поврежденные участки тела и остановить кровотечение. 3. Имобилизовать переломы и предотвратить возможные осложнения (травматический шок, западение языка, аспирация и т. п.). 4. Доставить или же обеспечить транспортировку пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
<p>1. Инструкция должна состоять из 5 разделов, включающих в себя</p> <ul style="list-style-type: none"> - общие требования безопасности - требования безопасности перед началом занятия - требования безопасности во время занятия - требования безопасности в аварийных ситуациях - требования безопасности по окончании занятия <p>2. В Инструкции должны найти отражения требования безопасности при организации и проведении плавания в условиях естественного водоема, в ДОЛ.</p> <p>3. В Инструкции должны быть подробно отражены действия персонала в аварийных ситуациях.</p> <p>4. Запись Инструкции должна осуществляться в традиционной форме.</p>

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования
Сравнительный анализ должен включать в себя:

	Утомление	Переутомление
1. Симптомы, внешние признаки		
2. Стадии		
3. Причины		
4. Средства восстановления		
5.Профилактические средства		

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий по лыжам ИОТ – 074

1. Общие требования охраны труда.

- 1.1.К занятиям лыжной подготовкой допускаются лица, относящиеся к основной и подготовительной группе, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- 1.2. Опасность возникновения травм:
 - при ненадёжных креплениях лыж;
 - при падении во время спуска с горы;
 - обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5 – 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже 20 градусов.
- 1.3. На занятиях по лыжной подготовке должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

- 2.1.Надеть лёгкую. Тёплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки (последние предпочтительнее). Для защиты от ветра желательно сверху надеть лёгкую куртку из плащевой ткани.
- 2.2.Проверить исправность лыжного инвентаря подогнать крепления лыж к обуви. Во избежание потёртостей не надевать тесную или слишком свободную обувь.
- 2.3.Организованно под командой учителя убыть на трассу для выполнения учебного задания.

3. Требования охраны труда во время занятий.

- 3.1.Учащийся должен:
 - соблюдать интервал при движении на лыжах. На дистанции – 3 – 4 м, при спуске с горы – не менее 30 м.;
 - при спуске с горы не выставлять вперёд лыжные палки;
 - после спуска с горы не останавливаться у подножия;
 - наблюдать друг за другом и немедленно сообщать учителю (преподавателю) о первых признаках обморожения.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. Учащийся должен:

- при поломке или порче лыжного снаряжения, которую невозможно устранить в пути, сообщить об этом учителю (преподавателю) и с его разрешения двигаться к школе;
- при первых признаках обморожения, а так же при плохом самочувствии, прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь. При необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь.

5. Требования охраны труда по окончании занятий.

5.1. Организовано убыть на лыжную базу (в помещение школы).

5.2. Убрать лыжный инвентарь в места его хранения.

5.3. Внимательно осмотреть открытые участки тела на предмет отсутствия очагов обморожения.

Ключ к практическому заданию 2

Перелом — полное или частичное повреждение кости, которое вызвано внешним воздействием. Чаще всего это травма: падение, удар или усталость кости от постоянных микротравм. Риск переломов повышают остеопороз, туберкулез и рак костей, поскольку при этих заболеваниях незначительная травма может вызвать серьезные последствия.

Существует множество симптомов перелома:

- симптом осевой нагрузки — острая боль в месте травмы, которая усиливается при движении;
- неспособность пошевелить травмированной рукой или ногой;
- неестественная подвижность поврежденной конечности;
- отек, припухлость и гематомы на месте перелома;
- заметная деформация конечности;
- хруст костей при пальпации (крепитация);
- при открытом переломе в ране видна сломанная кость и возможно сильное кровотечение.

Самостоятельно, до приезда врача, можно определить только открытый перелом. Во всех остальных случаях, оказывая первую помощь, надо предполагать самый серьезный из возможных вариантов травмы

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Ключ к практическому заданию 1:

Основные задачи применения волейбола в рамках учебно-тренировочного процесса, организованным образовательной организацией:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- обучение технике и тактике;

- развитие физических способностей;
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Ключ к практическому заданию 2:

Инструкция по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике ИОТ - 018 – 2001

1. Общие требования безопасности

- 1.1. К занятиям легкой атлетикой допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении занятий по легкой атлетике соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий по легкой атлетике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
 - травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
 - выполнение упражнений без разминки.
- 1.4. При проведении занятий по легкой атлетике должна быть медаптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.
- 1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю, воспитателю), который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю, воспитателю).
- 1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.
- 1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- 2.3. Протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.п.).
- 2.4. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку.
- 3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановки
- 3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте не приземляться при прыжках на руки.
- 3.4. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
- 3.5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя) не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- 3.6. Не стоять справа от метаемого, не находиться в зоне броска, не ходить снарядами для метания без разрешения учителя (преподавателя).
- 3.7. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об учителю (преподавателю).

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Ключ к практическим заданию №3

Главный тренер, помощники тренера, запасные, удаленные игроки и сопровождающие члены делегации могут выходить на площадку только с разрешения судьи для оказания помощи травмированному игроку, прежде чем он будет заменен.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Практическое задание 1.

Требования к безопасности в начале занятия.

Требования к безопасности в середине занятия

Требования к безопасности в конце занятия

Требования к безопасности в чрезвычайных ситуациях.

Особенности безопасности на занятиях секции игровых видов спорта, лыжной, легкоатлетической, гимнастики, силовых видов спорта.

Практическое задание 2

. Программу можно представить в таблице

Мероприятие	Сроки	Ответственные

УПРАВЛЕНИЕ КАЧЕСТВОМ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Ключ к практическому заданию 1:

1. Волкова Н.В. Событийное проектирование : учебное издание / Н. В. Волкова ; [науч. ред. Г. С. Петрищева] ; Алтайский гос. гуманитар.-пед. ун-т. - Бийск : АГППУ, 2018. - 176 с. - Библиогр.: с. 96-97. - URL: <https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/6648/read.php> (дата обращения: 01.04.2023)

2. Горбашко, Е. А. Управление качеством : учебник для вузов / Е. А. Горбашко. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 397 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14539-7. — Текст : электронный // Образовательная

платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510566> (дата обращения: 23.04.2023).

3. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 246 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438400> (дата обращения: 02.03.2023).

Ключ к практическому заданию 2:

МОУ СОШ № 2 г.Глазова – Химический профиль.

МОУ СОШ № 4 г.Глазова – Здоровьесберегающие технологии.

МОУ СОШ № 6 г.Глазова – Педагогический профиль.

МОУ СОШ № 12 г.Глазова - Юридический, правовой профиль

Данные направления представляют интерес для разработки проектов по данным профилям.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Ключ к практическому заданию

Задание 1	Ведущие факторы, повышающие вероятность возникновения травм у детей в школе: - их недисциплинированность; - неумение распознавать травмоопасную ситуацию; - необученность необходимым навыкам поведения; - недооценка степени опасности внезапно возникшей ситуации; - физическая слабость; - определенные особенности развития.
Задание 2	Повреждение копчиковой кости. Первая помощь: 1. Успокоить пострадавшую и уложить ее на живот в удобное положение. 2. Покой. 3. К месту повреждения приложить любой доступный холод минимум на 10–15 минут. 4. Обезболить (при сильной боли), предварительно выяснить переносимость анальгетика. 5. Вызов скорой помощи.

ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ

Ключ к практическому заданию 1:

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда в спортивном зале

(разработана на основе ИОТ-003-98, в соответствии с «Методическими рекомендациями по разработке инструкций по охране труда», утвержденными Министерством труда и социального развития РФ 13 мая 2004 г.)

1. Общие требования охраны труда в спортивном зале.

1.1. Данные положения инструкции по охране труда в спортивном зале распространяются на всех сотрудников Университета, которые проводят учебные занятия с учащимися в спортивном зале (преподавателей, сотрудников Школы спорта, физического развития и здорового образа жизни АГУ, инструкторов физкультуры и т.д.).

1.2. К самостоятельной работе в спортзале имеют допуск лица, которые ознакомлены с настоящей инструкцией, со всеми инструкциями по эксплуатации спортивного оборудования и приспособлений, а также:

- достигли возраста 18 лет, имеют обязательный периодический медицинский осмотр при отсутствии каких-либо медицинских противопоказаний для самостоятельной работы в спортивном зале;
- получили специальное образование необходимого уровня;
- прошли вводный инструктаж по технике безопасности и инструктаж на рабочем месте.

1.3. Сотрудник, проводящий учебные занятия в спортивном зале, обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, данную «Инструкцию по охране труда в спортивном зале», а также режим работы Университета. График работы в спортивном зале определяется расписанием учебных занятий, которое должно быть утверждено директором учебного заведения.

1.4. Вредными и опасными факторами при работе в спортивном зале являются:

- физические факторы, такие как различное спортивное оборудование и инвентарь; высокое напряжение в электрической сети; система вентиляции; статические и динамические перегрузки);
- химические факторы, такие как повышенное загрязнение воздуха в помещении пылью.

1.5. Обо всех выявленных неисправностях на рабочем месте, преподаватель, проводящий учебные занятия в спортивном зале, обязан незамедлительно сообщить начальнику хозяйственного отдела корпуса, а в случае его отсутствия на рабочем месте – старшему администратору. К таким неисправностям относятся:

- неисправности в работе электропроводки;
- неисправности спортивного оборудования и инвентаря;
- неисправности сантехнического и вентиляционного оборудования в спортзале, раздевалках, тренерской;
- неисправности мебели;
- нарушение целостности оконных рам и стекол.

Факт выявления неисправности необходимо обязательно внести в виде соответствующей записи в журнал заявок.

1.6. Для обеспечения пожарной безопасности в спортивном зале в строго определенном и легкодоступном месте должен храниться исправный огнетушитель.

1.7. Для оказания первой неотложной доврачебной помощи в строго определенном и легкодоступном месте спортивного зала должна находиться медицинская аптечка, полностью укомплектованная всеми необходимыми медикаментами и перевязочными средствами, срок годности которой должен регулярно проверяться.

1.8. В спортивном зале на видном месте должна быть размещена данная инструкция

1.9. В начале каждого учебного года необходимо проводить со всеми учащимися вводный инструктаж (для этого необходимо выделить отдельный урок по плану) по технике безопасности с обязательным внесением записи в соответствующий журнал.

1.10. Перед началом работы с новым видом спортивного оборудования (инвентаря) и выполнением новых видов физических упражнений необходимо провести с учащимися инструктаж по технике безопасности с обязательным внесением записи в соответствующий журнал.

1.11. В случае получения травмы кем-либо из учащихся преподаватель, проводящий учебные занятия в спортивном зале, обязан срочно сообщить о случившемся дежурному администратору и медицинскому работнику данного образовательного заведения. При необходимости экстренно оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшим.

1.12. В случае невыполнения или нарушения кем-либо из учащихся техники безопасности со всеми учащимися необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его обязательной регистрацией в соответствующем журнале.

1.13. Окна в спортивном зале не должны иметь решеток, либо иметь распашные решетки с замками, ключи от которых должны храниться в строго определенном и легкодоступном месте.

1.14. За любое невыполнение или нарушение положений настоящей *инструкции по охране труда в спортзале*, преподаватель, проводящий учебные занятия в спортивном, несет персональную ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

2. Требования охраны труда перед началом занятий в спортзале

2.1. Необходимо визуально проверить исправность электропроводки, спортивного инвентаря, сантехнического оборудования, системы вентиляции, мебели, а также целостность всех стекол в оконных проемах.

2.2. В случае выявления любых неисправностей спортивного оборудования и инвентаря преподаватель, проводящий учебные занятия в спортивном зале, обязан своевременно проинформировать начальника хозяйственного отдела корпуса.

2.3. Необходимо проверить правильность установки спортивного оборудования и исправность спортивного инвентаря, провести необходимые изменения с целью исключения травмоопасных ситуаций с учащимися.

2.4. Вновь прибывших учащихся, до момента предоставления ими медицинской справки о группе здоровья, считать отнесенными к IV группе.

2.5. Необходимо проверить наличие у учащихся необходимой спортивной одежды и обуви.

2.6. Необходимо оградить учащихся от занятий в спортзале в случае выявления любых несоответствий спортивного оборудования и инвентаря установленным параметрам, а также при невозможности выполнить указанные в данной инструкции подготовительные действия к работе.

2.7. Необходимо отстранить от учебных занятий учащихся, одежда и (или) обувь которых не соответствуют установленным требованиям при проведении конкретного вида физкультурно-спортивной деятельности, а также тех учащихся, которые имеют медицинские противопоказания.

3. Требования охраны труда во время проведения работы в спортивном зале

3.1. Во время проведения занятий в спортивном зале необходимо также строго соблюдать рекомендации медицинского работника по дозировке физической нагрузки для учащихся.

3.2. Преподаватель обязан обеспечить:

- поддержание надлежащего порядка и чистоты в спортивном зале;
- проведение инструктажа учащихся по технике безопасности перед началом выполнения упражнений на спортивных снарядах и (или) упражнений с их использованием;
- строгое соблюдение учащимися требований техники безопасности при выполнении упражнений на спортивных снарядах и при использовании спортивного оборудования;

3.3. Во время занятий запрещено:

- использовать спортивное оборудование и инвентарь в качестве подставок под предметы;
- допускать повышенное скопление неиспользуемого спортивного оборудования и любого другого инвентаря в спортивном зале;
- самостоятельно проводить ремонт спортивного оборудования и приспособлений;
- оставлять учащихся в спортивном зале во время урока или занятий одних без присмотра.

3.4. После завершения выполнения физических упражнений учащимися необходимо обеспечить приведение спортивного инвентаря и оборудования в безопасное состояние.

3.5. Использование ионизаторов воздуха возможно только во время перерывов в работе и при отсутствии людей в помещении спортзала.

3.6. При открывании оконных рам необходимо следить за отсутствием сквозняков, которые могут повлечь за собой повреждение оконных стекол.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. В случае возникновения аварийных ситуаций, которые могут повлечь за собой получение учащимися травм или отравлений, сотрудник, проводящий занятия, обязан экстренно эвакуировать из спортивного зала всех учащихся, руководствуясь схемой эвакуации и соблюдая при этом спокойствие и порядок. К аварийным ситуациям относятся: замыкание электропроводки, прорыв водопроводных труб, задымление, появление посторонних запахов и т.п. Затем необходимо проинформировать о случившемся начальника хозяйственного отдела корпуса.

4.2. В случае наличия пострадавших среди учащихся сотрудник, проводящий занятия в спортивном зале, обязан немедленно оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшим, при необходимости – вызвать скорую помощь по тел: **03, 112.**

4.3. В случае возникновения возгорания необходимо отключить электропитание, немедленно сообщить об этом в ближайшее отделение пожарной охраны, а также своему непосредственному руководителю, после чего приступить к ликвидации пожара всеми имеющимися в наличии первичными средствами пожаротушения.

5. Требования охраны труда после завершения работы в спортивном зале

5.1. После завершения работы в спортивном зале сотрудник, проводящий занятия, обязан:

- привести спортивное оборудование и приспособления в их исходное состояние;
- сложить используемый спортивный инвентарь в специально отведенные места, предназначенные для его хранения;
- организованно вывести всех учеников из спортивного зала.

5.2. Выключить освещение, перекрыть водопроводные краны и закрыть все окна.

5.3. При выявлении любых неисправностей мебели, спортивного оборудования, системы вентиляции, нарушения целостности стекол на окнах необходимо своевременно проинформировать начальника хозяйственного отдела корпуса.

Ключ к практическому заданию 2:

в группе 3-4 участника Круг Встречающиеся участники

круг	Первая игра	Вторая игра
1	1-4	2-3
2	3-1	4-2
3	1-2	3-4

Сценарий спортивного соревнования «Веселый туристический марафон» для детей младшего школьного возраста

Сценарий спортивного соревнования «Веселый туристический марафон» для детей младшего школьного возраста

Цели:

- Прививать детям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.
- Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

Оборудование:

- 1 эстафета –гимнастическая скамейка
- 2 эстафета –листочки -дощечки
- 3 эстафета –кегли или кубики, следы ног, гимнастический обруч
- 4 эстафета –гимнастический обруч
- 5 эстафета - мячи
- 6 эстафета –мяч и кольцо
- 7 эстафета –две гимнастические скамейки

Зал школы украшен спортивными флагами, плакатами, транспарантами. Транслируются спортивные песни, марши, веселая музыка.

Ход мероприятия.

(Звучит музыка на спортивную тему. В это время в зал заходят команды участники. Построение команд- школ)

Ведущий.

На спортивную площадку
Приглашаем мы всех вас!
Праздник спорта и здоровья
Начинаем мы сейчас!

Вступительное слово. Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем спортивные соревнования «Спортивный туристический марафон» и наш спортивный зал превращается в веселый стадион. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

Ведущий: Сегодня мы рады приветствовать дружные спортивные команды. Пришло время с ними познакомиться. В соревнованиях примут участие команды Спасской школы, Вазьянской школы, Красноватрасской школы, Высокоосельской школы, Татаромаклаковской школы
У участников было задание подготовить визитную карточку своей команды (название, девиз, эмблема). Представление команд

Ведущий

Осталось представить жюри

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

Судейской коллегией являются: Сергей Александрович Бычков и Елена Валерьевна Коровина

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнования!

1 эстафета: Переползание по гимнастической скамейке в упоре лежа.

Учащиеся переползают одну скамейку. Каждый участник команды начинает выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

2 эстафета: Преодоление “Болота”

Перекладывая листочки-дощечки, команды должны перейти «болото», не замочив ноги. Выигрывает команда, затратившая на переход меньше времени, меньшее количество раз ступившая на землю.

3 эстафета: «Перенеси предмет».

На старте стоят у каждой команды 6 предметов (кубики или кегли), до финиша расположены гигантские следы босых ног. Необходимо взять один предмет и прыгая по следам, донести его до финиша и поставить в обруч, вернуться. Выигрывает та команда, которая перенесет быстрее всех.

4 эстафета: “Переправа в обручах”

Капитан и первый участник влезает в обруч и движется до ориентира, первый участник остаётся, а капитан с обручем возвращается за вторым участником. И так до тех пор, пока капитан не переведёт всю команду.

5 эстафета: «Пингвины»

В одну сторону игроки передвигаются прыжками, с мячом, зажатым между колен.

Обратно – взять мяч в руки и вернуться бегом.

6 эстафета: “Мини – бол”

Попасть в корзину максимально возможное количество раз за 3 мин. За каждое попадание присуждается 1 очко. Каждый участник команды начинает выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

7 эстафета: Преодоление “Мышеловки”

“Мышеловку” мы строим так: между двумя гимнастическими скамейками натягиваем волейбольную сетку. Пролезание под сеткой. Каждый участник команды начинает выполнять задание только после того, как закончит выполнять задание предыдущий участник.

Ведущий:

Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой:... (*велосипед*).

Кинешь в речку - он не тонет,

Бьешь о стенку - он не стонет,

Будешь оземь ты кидать,

Станет кверху он летать. (*мяч*)

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На брусках набил я планки.

Где же снег? Готовы... (*санки*)

Ног от радости не чуя,

С горки снежной вниз лечу я.

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом?... (*лыжи*).

Мчусь как пуля я вперед,

Лишь поскрипывает лед

И мелькают огоньки.

Кто несет меня? (*коньки*).

Ведущий.

Провели мы состязанья

И желаем на прощанье

Всем здоровье укреплять

Мышцы крепче накачать.

Всем ребятам мы желаем

Не стареть и не болеть

Больше спортом заниматься

И в учёбе не отстать!

Предоставляем слово нашему уважаемому жюри, которое подведет итог наших соревнований и наградит победителей .

Участникам вручаются грамоты и призы.

Ведущий. Наши соревнования подошли к концу. Но думаем, что это только начало, небольшой шаг в сторону здоровья и хорошего настроения. Спасибо нашим командам за участие, за их мужество. Спасибо всем кто пришел сегодня на наше спортивное мероприятие – участникам, жюри, учителям, болельщикам.

Успехов всем, удачи, крепкого здоровья и отличного настроения!!!!!!

Практическое задание 6

Подготовить сценарий праздника «День Нептуна» в загородном лагере

Сценарий праздника «День Нептуна» в лагере с конкурсами

Мероприятие в летнем лагере. Сценарий «День Нептуна»

Цель: Познакомить детей с персонажем - владыкой морей и океанов - Нептуном.
Формирование здорового образа жизни детей.

Задачи:

- Совершенствовать способности детей проявлять выносливость и силу во время выполнения упражнений;
- Повысить работоспособность детского организма;
- Закрепить знания детей о морских обитателях;
- Создать хорошее настроение.

Домашнее задание каждому отряду: любую массовую игру переделать на морской лад.

Ход праздника

Кикимора: На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Продолжаем мы сейчас!

Теперь, ребята, вы повторяйте за мной:

О-оле (*о-оле*),

олес бомбалас (*олес бамбалас*),

осаласа бимиба (*осаласа бимиба*),

оакилес бамба (*оакилес бамба*),

о, собрались мы все (*о, собрались мы все*),

вовсе не в сентябре (*вовсе не в сентябре*),

может вы уже устали? (*мы с тобой таких не брали*),

настроенье каково? (*во!*),

настроенье каково? (*во!!!*),

все такого мнения? (*все без исключения*).

Кикимора: Внимание! Внимание!

Царь Нептун – правитель вод,

в гости к нам сейчас придет.

Вы ж ребята помогите...

Хором дружно повторяйте:

«Царь Нептун – правитель вод,

Ждет тебя честной народ!»

Кикимора: Что – то не слышит нас царь Нептун,

Давайте, попробуем еще разок. Повторяйте за мной.

Царь Нептун, приди в наш дом, мы тебя давно уж ждем!

Пора праздник начинать, нет терпенья, больше ждать.

(*никто не отзывается*)

Кикимора: Почему же он не появляется? Не пойму. Давайте спросим у дочери его –

Русалочки. Она очень любит солнце, скучает по нему, когда долго его не видит. Давайте мы ее разбудим солнцем, радостью.

Для этого вам нужно улыбнуться, затем улыбнуться соседу справа, потом – соседу слева, и, наконец, улыбнуться всем.

Все улыбаются. Русалочка просыпается под музыку и танцует.

Кикимора: Русалочка, скажи, пожалуйста, почему Нептун не появился, мы его так долго звали?

Русалочка пожимает плечами.

Кикимора: Кажется, я поняла, почему Нептун не появился. Он спрятался среди ребят. Он так шутит иногда. Давайте попробуем поучаствовать в моих испытаниях, там и выясним, кто из ребят – переодетый Нептун.

Конкурсная программа для команд по 5 человек

Между конкурсами Кикимора спрашивает у Русалочки, не узнала ли она Нептуна, не почувствовала ли запах моря.

Русалочка каждый раз отвечает отрицательно.

Кикимора всегда удивляется, как хорошо замаскировался Нептун.

1. Не расплескай воду.

Оборудование: 3 стаканчика, 3 ложки

Задача: добежать до финиша и при этом не расплескать воду в стаканчике; после последнего участника проверить, у кого воды в стаканчике больше. Команда, сохранившая больше воды получает, фант «морскую звезду»

2. Дружные лягушки.

Оборудование: отсутствует.

Задача: пропрыгать, как лягушки до финиша и обратно. Команда, пропрыгавшая быстрее, получает фант.

3. Кто быстрее сложит волшебницу и сказки «О рыбаке и золотой рыбке».

Оборудование: геометрические фигурки из картона – 1 набор.

Задача: капитаны выбирают фигуры произвольно. Из попавших фигур надо сложить рыбку. Команда, сложившая быстрее – получает фант.

4. Китенок пускает струи.

Оборудование: стаканчики, бутылки с водой.

Задача: каждый участник, добегаая до финиша, наливает в свой стаканчик воды, набирает ее в рот и пускает струю как можно дальше. Результаты каждого участника фиксируется, затем складываются. Команда, пустившая самую длинную струю – получает фант.

5. Глаз – алмаз.

Оборудование: бутылки с водой, на крышечках которых сделаны дырочки; кегли.

Задача: каждый участник пытается струей воды из бутылки сбить кеглю. Команда, сбившая кегли большее количество раз – получает фант.

Команда, получившая большее количество фантов, получает право называться королевской свитой.

Все участники аплодируют свите. Свита всем красиво, как положено при королевском дворе, кланяется.

Кикимора: Что-то наше море заволновалось? Наверно, Нептун занервничал, что мы слишком близко подобралась к нему. Давайте поиграем в игру «Море волнуется». Может

быть, Царь морей заиграется и выдаст себя.

Игра «Море волнуется»

Каждый раз, когда все замирают, Русалочка выбирает самую красивую фигуру. Участник, выбранный Русалочкой красиво, как положено при королевском дворе, кланяется.

Кикимора: Как хорошо замаскировался Царь Нептун! Ну никак не можем его узнать!

Может быть ваши игры помогут его раскрыть?

Далее проходит блок массовых игр «Домашнее задание».

После первых двух игр Кикимора спрашивает Русалочку, не узнала ли она Нептуна.

Русалочка растерянно разводит руками.

Кикимора: *(После последней массовой игры обращает внимание на самого активного участника всех конкурсов и игр)* Я нашла его, нашла, смотрите – у него самый мокрый лоб и синие глаза. Русалочка, согласна ли ты со мной? Ребята, посмотрите сами. *(дети трогают лоб выбранного мальчика)*

Русалочка соглашается. Дети трогают лоб.

Выбранный ребенок надевает тельняшку, синюю мантию и корону. В руки он берет презубец.

Кикимора: Вот видите, Ваше Великомокрейшество, мы Вас узнали. Вы были самым активным участником наших игр. *(кланяется)* Поклонитесь и вы, ребята. Так положено при королевском дворе. *(кланяются все)* А теперь круг почета для Его Величества. Нептун садится на украшенный стул. Мальчики со всех сторон берут этот стул и несут его по кругу. Все опять красиво кланяются.

Кикимора: А сейчас, Ваше Великомокрейшество, вам нужно намочить руки всех Ваших гостей, иначе все будут болеть, чихать и кашлять. Все встают в круг и руки поднимают вверх. Задача Его Величества – намочить руки каждому участнику. Задача ребят – убирать руки, как только Его Величество к вам приблизится. Тот, чьи ладошки были намочены, из игры выбывает. Самому ловкому Нептун обливает голову.

Игра «Мокрые ладошки»

Оборудование: водный пистолет

Кикимора: Ура! Теперь все ребята будут сильными и здоровыми. В честь этого Приглашаю всех мальчиков на танец осьминогов.

Нептун и мальчики танцуют импровизированный танец осьминожек.

Кикимора: Девочки, не жалейте ладошки, хлопайте громче. А теперь Русалочка приглашает всех на танец медуз.

Русалочка и девочки танцуют танец медуз.

Кикимора: Мальчики, теперь вы не жалейте ладошки, хлопайте девочкам громче. А теперь давайте споем нашу лагерную песню, порадуем Его Величество своим пением.

Все поют песню «О дружбе»

Кикимора:

Этот летний светлый праздник

Всех нас очень подружил.

С Нептуном мы танцевали

И с Русалкой в пляс неслись,

Песни пели и играли,

Эй, Нептун, нам улыбнись.
Мы желаем всем вам счастья и улыбок, и добра,
И в душе пусть вашей праздник не проходит никогда.

СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ

Ключ к практическим заданиям:

№1 –учебно-тренировочные;

–демонстрационные;

–физкультурно-оздоровительные;

–детские спортивные сооружения.

№2 Сооружения 2-й категории предназначаются для одновременного ведения учебно-тренировочной работы и занятий населения. Для работы с населением предусматривается 40 % нормативного времени использования сооружения.

№3 Основными источниками дохода спортивных организаций и сооружений являются:

–финансовые ресурсы на развитие физической культуры и спорта, выделяемые государственными органами;

–бюджеты муниципалитетов;

–профсоюзные организации;

–образовательные структуры.

№4 Задачи:

–определить правильность планировки;

–определить размеры и пропускную способность;

–определить состояние пола, стен, потолка;

–определить микроклимат в спортсооружении;

–определить состояние освещения, вентиляции, отопления;

–определить состояние оборудования.

№5 Причины (этиология) возникновения травм и заболеваний могут быть самые различные:

-недочеты и ошибки в методике проведения занятий (форсированная тренировка, плохая разминка без учета возраста, пола, подготовленности и др.);

-недостатки в организации проведения занятий (плохое освещение, неподготовленные снаряды, покрытие и пр.);

-неполноценная материально-техническая база (несоответствующие возрасту снаряды, например, в спортивной гимнастике, обувь, одежда и т. д.);

-неблагоприятные климатические гигиенические условия (влажность, температура воздуха, воды в бассейне и др.);

-неправильное поведение занимающегося (поспешность, невнимательность и др.);

-врожденные особенности опорно-двигательного аппарата;

-недостаточная физическая подготовленность;

-наклонность к спазмам мышц и сосудов;

-переутомление (перетренированность), приводящее к нарушению координации движений;

-несоблюдение сроков возобновления занятий после перенесенных травм или заболеваний);

-нарушение врачебных требований к организации процесса;

-тренировки (допуск к тренировкам без врачебного осмотра)

ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Ключ к практическому заданию 1:

Номер вопроса	Правильный ответ
8	Гигиена физического воспитания и спорта

Ключ к практическому заданию 2:

Номер вопроса	Правильный ответ
8	<ul style="list-style-type: none"> - полноценный ночной сон (не менее 8 часов); - активный отдых на воздухе (не менее 1,5 часов); - гигиенические процедуры, самообслуживание, домашние дела, 5 часа); - еда (около 1 часа); - свободное время (чтение, TV, компьютер), 5 часа); - учебные занятия + дорога в школу (часов); - домашние занятия, 5 часа); - дополнительные занятия (факультативы, по выбору, музыка, ин. язык, спорт и т. д.), 5 часа).

АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА**Ключ к практическому заданию**

Задание 1	<p>Ведущие факторы, повышающие вероятность возникновения травм у детей в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - их недисциплинированность; - неумение распознавать травмоопасную ситуацию; - необученность необходимым навыкам поведения; - недооценка степени опасности внезапно возникшей ситуации; - физическая слабость; - определенные особенности развития.
Задание 2	<p>Повреждение копчиковой кости.</p> <p>Первая помощь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Успокоить пострадавшую и уложить ее на живот в удобное положение. 2. Покой. 3. К месту повреждения приложить любой доступный холод минимум на 10–15 минут. 4. Обезболить (при сильной боли), предварительно выяснить переносимость анальгетика. 5. Вызов скорой помощи.

СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ**Ключ к практическому заданию №6**
оперативное состояние

Ключ к практическим заданию №7

- 1) сведения, получаемые от спортсмена (самочувствие, отношение к происходящему, настроение и т. п.);
- 2) сведения о поведении спортсмена (какие тренировочные занятия выполнены, как это сделано, ошибки в технике и т. п.);
- 3) данные о срочном тренировочном эффекте (величина и характер тренировочных сдвигов под влиянием однократной физической нагрузки);
- 4) сведения о кумулятивном тренировочном эффекте (изменения функциональных резервных возможностей организма, технико-тактической подготовленности и т. п.).

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТСКОГО ТРЕНЕРА ПО БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

Ключ к практическому заданию:

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ И ИГР ПО ФУТБОЛУ

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К занятиям по футболу допускаются лица: А) прошедшие медицинскую диспансеризацию и предоставившие медицинскую справку от педиатра, обязательно содержащую следующие данные: - отметку о прохождении ЭКГ; – диагноз: «допущен к занятиям футболом»; Б) ознакомленные с правилами поведения на занятиях; В) прошедшие инструктаж по технике безопасности; Г) предоставившие страховку жизни и здоровья от несчастных случаев.

1.2. При занятиях футболом должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим. 1.3. Воспитанник должен знать и выполнять настоящую инструкцию.

1.4. График проведения спортивно-тренировочных занятий определяется расписанием, утвержденным генеральным директором Академии.

1.5. Опасными факторами являются: - физические (твердое покрытие или грунт, спортивное оборудование и инвентарь, опасное напряжение в электросети, система вентиляции и др.); – химические (пыль и др.).

1.6. Воспитанники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности.

1.7. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру, проводящему занятие.

1.8. Воспитанникам запрещается без разрешения тренера: подходить к имеющимся в спортивном зале, на площадке и во вспомогательных помещениях (раздевалки, душевые и т.п.) оборудованию и инвентарю и пользоваться им.

1.9. Выполнение требований настоящей инструкции обязательно. Воспитанники, допустившие нарушение или невыполнение инструкции, отстраняются от занятий и самостоятельно несут ответственность за травмы, полученные в период нахождения в академии.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Для занятий все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы) и однотипной спортивной обуви. Наличие щитков обязательно.

2.2. Для спортивно-тренировочных занятий на открытых площадках необходимо быть в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующей сезону и погоде. В холодное время года или во время дождя воспитанник должен быть в болоньевом костюме или куртке, шапке и перчатках.

2.3. С разрешения тренера, проводящего занятие, пройти в раздевалку, переодеться в спортивную форму и пройти на тренировку.

2.4. Разрешается брать с собой на занятие только вещи, необходимые для тренировки.

2.5. Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

2.6. Обеспечить индивидуальный водно-питьевой режим (каждый Воспитанник должен иметь индивидуальный источник питья).

2.7. Проводить занятия в спортивном зале после влажной уборки запрещается.

2.8. Опоздавшие к началу занятия или игры не допускаются к ней.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Во время занятий Воспитанник обязан: – соблюдать настоящую инструкцию; – строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, тренера, капитана команды; – начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) тренера. – во время проведения игр, обучающиеся должны соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести игру согласно правилам игры и/или соревнований; – при поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений; – использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством тренера, проводящего занятие; – при выполнении прыжков, при случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять самостоятельную страховку; – во избежание столкновений, при групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке, на игровых площадках и беговых дорожках исключить резкие остановки во время игры и бега. – Во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм. За воротами и в 10 метрах около них, а также в секторах для метания и прыжков не должны находиться посторонние лица и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта.

3.2. Воспитанникам запрещается: – выполнять любые действия без разрешения тренера, проводящего занятие; – использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению; – бить мячом в стены и потолок зала, в электронные табло и ограждения; – вносить на спортивную площадку и выносить из неё любые предметы без разрешения тренера, проводящего занятие; – жевать жвачку и принимать пищу во время занятия; – виснуть на футбольных воротах; – открывать инвентарные комнаты, доставать/ класть из/в них какой-либо инвентарь.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ И/ЛИ АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При плохом самочувствии, возникновении болей в суставах и мышцах, кровотечении Воспитанник должен прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

4.2. При возникновении неисправности оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования или инвентаря.

4.3. При получении Воспитанником травмы сообщить тренеру, проводящему занятие.

4.4. При необходимости и возможности помочь тренеру оказать пострадавшему первую помощь и вызвать «скорую помощь».

4.5. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

4.6. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и др.), немедленно прекратить занятия, организованно, под руководством тренера покинуть место проведения занятий через запасные выходы согласно плану эвакуации.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятий.

5.3. Снять спортивный костюм, форму и спортивную обувь. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон, проинформировать об этом тренера, проводившего занятие.

Первая доврачебная помощь при переломе лучевой кости без смещения

В первую очередь, нужно попытаться успокоить ребенка: усадить его, взять на руки и т.д. Затем внимательно осмотреть место повреждения, стараясь не двигать руку. В случае, если нарушений целостности кожи нет, необходимо:

- зафиксировать конечность с помощью косыночной повязки, используя любую ткань (полотенце, шарф, большой платок, кусок простыни);
- приложить к коже в области травмы что-то холодное (пакет со льдом, мороженое, охлаждающий элемент из сумки-холодильника и т.д.);
- дать ребенку обезболивающий препарат, рассчитав дозу приема по весу.

При наличии открытых ран, а также царапин и ссадин необходимо перед иммобилизацией руки сначала обработать кожу антисептическим раствором, аккуратно смазав жидкостью только края повреждений.

Категорически нельзя:

- самостоятельно сопоставлять отломки кости, вправлять имеющиеся вывихи;
- поворачивать, поднимать руку ребенка;
- заливать в открытые раны антисептики, воду и любые другие жидкости;
- мять, растирать место удара;
- давать малышам лекарственные препараты, предназначенные для взрослых (анальгин, нимесулид и др.).

При наличии у детей других травм, особенно головы, грудины, спины, нужно безотлагательно вызывать скорую медицинскую помощь или, если имеется такая возможность и нет противопоказаний к перевозке, самостоятельно доставить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Ключ к практическому заданию 1:

Инструкция по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике ИОТ - 018 – 2001

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям легкой атлетикой допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по легкой атлетике соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по легкой атлетике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
- выполнение упражнений без разминки.

1.4. При проведении занятий по легкой атлетике должна быть медаптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю, воспитателю), который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю, воспитателю).

1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.3. Протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.п.).

2.4. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку.

3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановки

3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте не приземляться при прыжках на руки.

3.4. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя) не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

3.6. Не стоять справа от метającego, не находиться в зоне броска, не ходить снарядами для метания без разрешения учителя (преподавателя).

3.7. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об учителю (преподавателю).

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему,

сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Практическое задание 2:

Составить инструкцию по охране труда при проведении спортивных соревнований

Ключ к практическому заданию 2:

Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований ИОТ - 022 - 2001

1. Общие требования безопасности

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком фундаменте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;
- обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20°С;
- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;

- проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медпачка укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

1.7. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом соревнований.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время соревнований.

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять* все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.

3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.6. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании соревнований

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ПФСС ПЛАВАНИЕ

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования

1. Инструкция должна состоять из 5 разделов, включающих в себя
 - общие требования безопасности
 - требования безопасности перед началом занятия
 - требования безопасности во время занятия
 - требования безопасности в аварийных ситуациях
 - требования безопасности по окончании занятия
2. В Инструкции должны найти отражения требования безопасности при организации и проведении плавания в условиях естественного водоема, в ДОЛ.
3. В Инструкции должны быть подробно отражены действия персонала в аварийных ситуациях.
4. Запись Инструкции должна осуществляться в традиционной форме.

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования		
Сравнительный анализ должен включать в себя:		
	Утомление	Переутомление
1 симптомы, внешние признаки		
2 стадии		
3 причины		
4 средства восстановления		
5 профилактические средства		

ПФСС ВОЛЕЙБОЛ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание
Практическое задание 1.	<p>Основными общими мерами профилактики травматизма на занятиях по волейболу являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильная организация и методика проведения занятий; - проведение инструктажа по обеспечению безопасности на занятии; - проведение родительского собрания о правилах безопасности на занятиях по волейболу; - овладение технически правильными приемами игры; - дисциплина и взаимоуважение; - контроль за состоянием площадок и полей, оборудованием и инвентарем, используемым на занятиях и соревнованиях; - тщательная подготовка одежды и обуви; - поддержание высокой физической подготовленности занимающихся; - безусловное выполнение требований и правил по предупреждению травматизма.

Практическое задание 2.	При оказании первой помощи необходимо на занятиях по спортивным играм: 1. Вынести пострадавшего с места происшествия. 2. Обработать поврежденные участки тела и остановить кровотечение. 3. Иммобилизовать перелом. 4. Доставить или же обеспечить транспортировку пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
-------------------------	---

ПФСС ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА

Ключ к практическому заданию 1

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий по лыжам ИОТ – 074

1. Общие требования охраны труда.

- 1.1. К занятиям лыжной подготовкой допускаются лица, относящиеся к основной и подготовительной группе, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- 1.2. Опасность возникновения травм:
- при ненадёжных креплениях лыж;
 - при падении во время спуска с горы;
 - обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5 – 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже 20 градусов.
- 1.3. На занятиях по лыжной подготовке должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

- 2.1. Надеть лёгкую. Тёплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки (последние предпочтительнее). Для защиты от ветра желательно сверху надеть лёгкую куртку из плащевой ткани.
- 2.2. Проверить исправность лыжного инвентаря подогнать крепления лыж к обуви. Во избежание потёртостей не надевать тесную или слишком свободную обувь.
- 2.3. Организованно под командой учителя убыть на трассу для выполнения учебного задания.

3. Требования охраны труда во время занятий.

- 3.1. Учащийся должен:
- соблюдать интервал при движении на лыжах. На дистанции – 3 – 4 м, при спуске с горы – не менее 30 м.;
 - при спуске с горы не выставлять вперёд лыжные палки;
 - после спуска с горы не останавливаться у подножия;
 - наблюдать друг за другом и немедленно сообщать учителю (преподавателю) о первых признаках обморожения.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

- 4.1. Учащийся должен:

- при поломке или порче лыжного снаряжения, которую невозможно устранить в пути, сообщить об этом учителю (преподавателю) и с его разрешения двигаться к школе;
- при первых признаках обморожения, а так же при плохом самочувствии, прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь. При необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь.

5. Требования охраны труда по окончании занятий.

- 5.1. Организованно убыть на лыжную базу (в помещение школы).
- 5.2. Убрать лыжный инвентарь в места его хранения.
- 5.3. Внимательно осмотреть открытые участки тела на предмет отсутствия очагов обморожения.

Ключ к практическому заданию 2

Перелом — полное или частичное повреждение кости, которое вызвано внешним воздействием. Чаще всего это травма: падение, удар или усталость кости от постоянных микротравм. Риск переломов повышают остеопороз, туберкулез и рак костей, поскольку при этих заболеваниях незначительная травма может вызвать серьезные последствия.

Существует множество симптомов перелома:

- симптом осевой нагрузки — острая боль в месте травмы, которая усиливается при движении;
- неспособность пошевелить травмированной рукой или ногой;
- неестественная подвижность поврежденной конечности;
- отек, припухлость и гематомы на месте перелома;
- заметная деформация конечности;
- хруст костей при пальпации (крепитация);
- при открытом переломе в ране видна сломанная кость и возможно сильное кровотечение.

Самостоятельно, до приезда врача, можно определить только открытый перелом. Во всех остальных случаях, оказывая первую помощь, надо предполагать самый серьезный из возможных вариантов травмы

ПФСС ФУТБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ

Ключ к практическому заданию:

Номер практического задания	Типовой ответ на практическое задание
Практическое задание 1.	<p>Типовые рекомендации могут включать в себя следующие пункты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно подбирать обувь и защиту; - не забывать о качественной разминке с хорошим разогревом; - отказаться от игр на скользких и твердых полях; - следить за весом, не допускать ожирения; - регулярно тренироваться; - постепенное восстанавливаться после травм.

Практическое задание 2.	Типовой алгоритм оказания первой помощи при ушибе: 1. Обеспечить полный покой. 2. Наложить давящую повязку. 3. При кровоизлиянии поднять повреждённый участок выше уровня тела. 4. Приложить пузырь со льдом. 5. Растяжение проявляется резкой болью, развитием отёка и нарушением движений в суставах. Доврачебная помощь проводится по такому же алгоритму, как и при ушибах.
-------------------------	--

ПФСС ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Ключ к практическому заданию

Методические требования
1. Инструкция должна состоять из 5 разделов - общие требования безопасности - требования безопасности перед началом занятия - требования безопасности во время занятия - требования безопасности в аварийных ситуациях - требования безопасности по окончании занятия 2. В Инструкции должны найти отражения вопросы обеспечения безопасности к спортивным залам, открытым площадкам, спортивному оборудованию, инвентарю, одежде и обуви обучающихся. 3. В Инструкции должны быть отражены требования безопасности Сан и Пина 4. Запись Инструкции осуществляется в традиционной форме.

ПФСС БАСКЕТБОЛ

Ключ к практическим заданию №6

- Дух и цель Правил и необходимость поддерживать целостность игры.
- Последовательность в применении принципа «преимущество/нет преимущества». Судьи не должны стремиться прерывать течение игры без необходимости для наказания случайного персонального контакта, который не дает игроку преимущества и не ставит соперника в невыгодное положение.
- Последовательность в применении здравого смысла в каждой игре, принимая во внимание способности игроков, их отношение и поведение во время игры.
- Последовательность в поддержании баланса между контролем за игрой и течением игры, обладая «чувством» того, что участники пытаются сделать, и определяя только то, что будет правильным для игры.

Ключ к практическим заданию №7

Главный тренер, помощники тренера, запасные, удаленные игроки и сопровождающие члены делегации могут выходить на площадку только с разрешения судьи для оказания помощи травмированному игроку, прежде чем он будет заменен.

ПФСС ГИМНАСТИКА

Ключ к практическому заданию 1

Методические требования
1. Инструкция должна состоять из 5 разделов, включающих в себя

- общие требования безопасности
 - требования безопасности перед началом занятия
 - требования безопасности во время занятия
 - требования безопасности в аварийных ситуациях
 - требования безопасности по окончании занятия
2. В Инструкции должны найти отражения требования безопасности к гимнастическим залам, оборудованию и инвентарю
3. В Инструкции подробно должны быть отражены действия персонала в аварийных ситуациях.
4. Запись Инструкции должна осуществляться в традиционной форме.

Ключ к практическому заданию 2

Методические требования

Сравнительный анализ должен включать в себя:

	Утомление	Переутомление
1 симптомы, внешние признаки		
2 стадии		
3 причины		
4 средства восстановления		
5 профилактические средства		

КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-1

Формулировка компетенции:

Способен выбирать информационно-поисковые системы и электронные информационно-образовательные ресурсы для решения профессиональных задач

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИДПК-1.1. Знает: различные информационно-поисковые системы и электронные информационно-образовательные ресурсы; рациональные приемы и способы самостоятельного поиска информации в соответствии с задачами образовательного процесса.

ИДПК-1.2. Умеет: использовать современные информационно-поисковые системы и электронные информационно-образовательные ресурсы для нахождения требуемой информации в сети Интернет; печатные и электронные каталоги для отбора и анализа интересующей информации.

ИДПК-1.3. Владеет: навыками использования информационно-поисковых систем и электронных информационно-образовательных ресурсов для поиска в сети Интернет требуемой информации для организационно-управленческой, научно-исследовательской деятельности и для решения профессиональных задач.

Индекс	Название дисциплины
--------	---------------------

ФТД.01	Изучение информационно-поисковых систем
--------	---

**ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ
СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-1**

ИЗУЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-ПОИСКОВЫХ СИСТЕМ

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	в	а	б	в	а	1-в 2-г 3-а 4-б	1-в 2-г 3-а 4-б

Ключ к практическому заданию (решению практической задачи):

1. Открыть сайт электронной библиотечной системы, к которой имеют доступ пользователи НБ ГГПИ.
2. В расширенном поиске ввести ключевые слова, отметить необходимые категории издания.
3. Из предложенного перечня выбрать наиболее близко отражающие тему и скопировать их библиографическое описание.
4. Расставить источники в алфавитном порядке.

КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-2

Формулировка компетенции:

Способен решать вопросы построения профессиональной карьеры

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИДПК-2.1. Знает: вопросы трудового законодательства; реальную ситуацию на рынке труда; принципы планирования и управления карьерой; возможные способы поиска работы; правовые аспекты взаимоотношения с работодателем; принципы делового общения.

ИДПК-2.2. Умеет: анализировать изменения, происходящие на рынке труда, и учитывать их в своей профессиональной деятельности; эффективно использовать полученные теоретические знания при поиске работы.

ИДПК-2.3. Владеет: навыками составления резюме, карьерного плана, сопроводительного и рекомендательного письма, прохождения интервью, самопрезентации, эффективного делового общения.

Индекс	Название дисциплины
ФТД.02	Технология трудоустройства

**ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ
СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-2**

ТЕХНОЛОГИЯ ТРУДОУСТРОЙСТВА

Ключ к тесту:

Номер вопроса	1	2	3	4	5	6	7
Номер правильного ответа	b	a	a	b	a	1- в 2 -а 3-г 4-б	1-в 2-а 3-б 4-г

Ключ к практическому заданию 1:

Обязательные параметры, на основе осуществляется решение о приеме кандидата на работу в организацию:

- Информация о кандидате (резюме) – пример;
- Результаты интервью и тестов – пример;
- Психологические данные и внешний вид – пример;
- Манера поведения кандидата при собеседовании - пример.

КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-3

Формулировка компетенции:

Способен применять знания о языке и культуре удмуртского народа в профессиональной деятельности

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИДПК-3.1. Использует языковые средства в рамках межличностного и межкультурного общения

ИДПК-3.2. Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям удмуртского народа

Индекс	Название дисциплины
ФТД.03	Язык и культура удмуртского народа

ОТВЕТЫ К ФОНДУ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ ДПК-3

ЯЗЫК И КУЛЬТУРА УДМУРТСКОГО НАРОДА

Ключ к практическому заданию (решению практической задачи):

1 – вордскоз (вордйськиз); 2 – гуртозь (гуртын); 3 – налпиоссылы (нылпиоссэс); 4 – дышетскозы (дышетскизы); 5 – солэн (сое); 6 – училищэтэк (училищеын); 7 – арескояз (аресказ); 8 – Бадӟым Учалань (Бадӟым Уча); 9 – Бадӟым шурья (Бадӟымшур); 10 – дышетэ (дышетйз).