

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

по профессии

«Педагог»

с учётом стандарта Ворлдскиллс Россия по компетенции

«Физическая культура и спорт»



а к а
д е
м и я

2018 г.



РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ



Программа "5000 мастеров"
компетенция "Физическая культура и спорт"

Тольятти 2018

а к а
д е
м и я

Общие сведения и история развития

компетенции «Физическая культура и спорт»

Впервые компетенция «Педагог по физической культуре» была представлена в г. Тольятти в 2016 году в рамках проведения I Открытого регионального чемпионата WorldSkills Russia 2016 по компетенции «Педагог по физической культуре» с участием 14 регионов РФ. В апреле 2016 года компетенция была допущена на ПФО в качестве презентационной.

В июле 2016 года в г. Тольятти была проведена проектная сессия экспертов по компетенции "Физическая культура и спорт" с участием более 20 регионов РФ.

В сезоне 2016-2017 года прошло 14 региональных чемпионатов по РФ и в мае 2017 года 7 конкурсантов набравших наибольшее количество баллов приняли участие в Финале V Национального чемпионата «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) в Краснодаре, где компетенция «Физическая культура и спорт» была представлена презентационно.

В мае и июне 2017 года прошли пилотные проекты по сдаче выпускных экзаменов в формате ДЭ, в них приняли участие студенты двух регионов в количестве 75 человек (из которых 45 выпускников из г. Тольятти и 30 выпускников из г. Магнитогорск).

В августе 2017 года прошла очередная проектная сессия экспертов по компетенции с участием более 30 регионов, в рамках которой была переработана конкурсная документация, учтены ошибки, а также директивы Технической дирекции WSR.

В октябре 2017 года компетенция «Физическая культура и спорт» была переведена из разряда презентационных в основной состав.

14-15 декабря 2017 года в г. Тольятти прошла проектная сессия по ознакомлению с конкурсной документацией с участием учебных заведений Самарской области и представителей из профильных педагогических колледжей Казахстана.

В сезоне 2017-2018 года 32 субъекта РФ провели соревнования по компетенции «Физическая культура и спорт» по стандартам WSR. 2-9 мая 2018 г. в г. Тольятти проходили отборочные соревнования среди 31 субъекта РФ на право участия в Финале VI Национального чемпионата «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia) в Южно-Сахалинске.

География субъектов, принимающих участие в чемпионатах по компетенции «Физическая культура и спорт»



На сегодняшний день компетенции «Физическая культура и спорт» входит в состав основных компетенций; имеет 10 сертифицированных экспертов, более 140 человек, имеющих свидетельство на право проведения ДЭ и более 20 чел. со свидетельством на право проведения РЧ.

Ответственные за развитие и продвижение компетенции «Физическая культура и спорт» в России



Зиборова Светлана Александровна,
менеджер компетенции «Физическая культура и спорт»; сертифицированный эксперт; директор сети спортивных клубов «Фит Лайн»



zv62@mail.ru

Плохова Жанна Васильевна,
зам. главного эксперта по компетенции «Физическая культура и спорт»; сертифицированный эксперт; методист ГАПОУ ТСПК



Annpl89@yandex.ru



КОНТРОЛЬ И САМОРЕФЛЕКСИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ

1.1 Общая информация о слушателе

Ф.И.О. _____

Место работы: _____

Должность: _____

Образование: _____

Субъект РФ: _____

Опыт участия в движении WorldSkills Russia (нужное подчеркнуть):

- Имею сертификат; свидетельство на проведение чемпионатной деятельности; свидетельство на право оценки ДЭ.
- Имею опыт участия в проведении ДЭ (в качестве эксперта, в качестве гл.эксперта);
- Имею опыт участия в региональных чемпионатах (в качестве эксперта-компатриота, в качестве гл.эксперта);
- Имею опыт участия в Отборочных соревнованиях (в качестве эксперта-компатриота, в качестве независимого эксперта).

Цель посещения данных курсов: _____

1.2 ЭКРАН ПЛАНИРОВАНИЯ

Ожидания от курсов повышения (заполняется в первый день)	Степень достижения результата (заполняется в последний день)
1.	
2.	
3.	
4.	



1.3 КАЛЕНДАРЬ НАСТРОЕНИЯ

Инструкция по заполнению: необходимо ежедневно вести данный календарь для повышения эффективности данных курсов. В верхнее поле с помощью условных обозначений заносится настроение на начало дня, в нижнее поле проставляется продуктивность проведенного дня.



Условные обозначения	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
настроение	○	○	○	○	○	○	○
продуктивность							

Условные обозначения для заполнения

Поля «Настроение»



- отличное



- хорошее



- плохое

Поля «Продуктивность»



- отлично



- очень плохо



- приемлемо



1.4 ОЦЕНКА ПРОВЕДЕНИЯ КУРСОВ

Инструкция по заполнению: по окончании курсов (в последний день) отметьте на шкале оценку, которая соответствует уровню проведения курсов, далее заполните поля «Плюсы», «Минусы» и «Предложения», тем самым оценив работу сертифицированных экспертов (спикеров):

ПЛЮСЫ: _____

МИНУСЫ: _____

ПРЕДЛОЖЕНИЯ: _____

Модуль 1. Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS «Физическая культура и спорт»

(конкурсное задание, техническое описание, инфраструктурный лист, схема и оборудование рабочих мест, требования к технике безопасности, критерии оценивания, кодекс этики, основные термины)

Раздел 1.1 История, современное состояние и перспективы развития движения WSI и Ворлдскиллс Россия («Молодые профессионалы»)

ЗАДАНИЕ 1.1 Заполните таблицу «Вопрос-ответ»



Инструкция по выполнению: в процессе прослушивания информации спикера заполните таблицу «Вопрос - ответ». Запишите вопросы возникающие у Вас, получите на них ответ и завершите заполнение таблицы.

№ п/п	Вопрос	Ответ
1	Кто является основателем WorldSkills?	
2	Где и когда произошло зарождение движения по проведению профессиональных тренингов и соревнований, которое впоследствии превратилось в WorldSkills International?	
3	Когда был проведен первый международный чемпионат по рабочим профессиям Испания-Португалия? Сколько было участников?	
4	Какие страны присоединились к движению в 1953 году?	
5	В каком году движение преобразовано в Международную Организацию по проведению профессиональных тренингов и конкурсов – International Vocational Training Organization (IVTO)?	
6	В каком году IVTO была переименована в WorldSkills International (WSI)?	
7	Какое количество стран насчитывает в своем составе WorldSkills International	

8	В каком году Россия присоединилась к движению WorldSkills International?	
9	Когда произошло зарождение Juniorskills?	
10	Что такое Hi-Tech?	
11	Что такое FutureSkills?	
12	Когда впервые были представлены компетенции FutureSkills?	
13	Когда движение получило новое название: «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia)	
14	Где проходил WSR в 2017 году?	
15	Где будет проходить WSR в 2019 году?	
16	Сколько Регионов на сегодняшний день включено в движение WorldSkills Russia?	
17	Какова Миссия WorldSkills?	
18	Где пройдет EuroSkills в 2018 году?	
19	Какое количество компетенций включено в движение WorldSkills International?	
20	Какое количество субъектов включено в движение WorldSkills Russia?	



Найти ответы на вопросы по
Истории WSI и WSR можно здесь

ЧЕМПИОНАТЫ

Юниоры ВСП



Особенности:

WSR



Особенности:

WSI



Особенности:

Hi-tech



Особенности:

EuroSkills



Особенности:

FutureSkills



Особенности:



ЗАДАНИЕ 1.2 Найди ответы на вопросы используя нормативные документы (регламент и кодекс этики):

Вопрос	Ответ	Нормативный документ
Кто имеет право принимать решение на площадке в случае возникновения конфликтной ситуации?		
Что вы как главный эксперт делаете в день С-20 и С-25?		
Как происходит оценка работы участников группой жюри?		
Кто должен подписываться на ведомость оценки после выставления процедуры судейства?		
Опишите действия в случае возникновения ситуации: «Участник заболел и не может приступить к выполнению задания»		
Опишите действия в случае возникновения ситуации: «Участник заболел во второй или третий день и не может приступить к продолжению выполнения задания»		
Сколько экспертов должно быть в группе оценки субъективных аспектов?		
Сколько экспертов должно быть в группе оценки объективных аспектов?		
Judgement аспекты оцениваются?		
При оценке Judgment аспектов разница между оценками допустима?		
Кто проводит распределение судейских ролей на Чемпионате?		
В каких случаях Эксперт-компатриот имеет право на судейство своего участника?		
Каким условиям должны соответствовать 30% изменений?		
Опишите Ваши действия при возникновении следующей ситуации: «При оценивании		

работы участника возникла недопустимая разница в выставляемых оценках, Ваши действия»		
Кто имеет право на ремонт вышедшего из строя у участника инструмента?		
Кто имеет право находиться на конкурсной площадке?		
Перечислите экспертов с особыми полномочиями?		
Когда выставляется оценка в систему CIS?		
Что означают оценки 0,1,2,3 в системе Judgment	0 - 1 - 2 - 3 -	
Апелляция «+» и «-»		
Какое минимальное и максимальное время на выполнение конкурсного задания?		
Имеет ли право участник участвовать в РЧ в случае его победы (1 место) в предыдущем году		
Имеет ли право участник участвовать в РЧ в случае его победы (2 или 3 место) в предыдущем году		
Какое количество часов максимум участник может проводить в работе на площадке?		
Какое количество часов максимум участник (юниор) может проводить в работе на площадке?		
Какое количество участников допустимо для признания компетенции состоявшейся?		
Когда компатриот имеет право общаться с участниками?		
Можно ли снимать на фото или видео процесс и продукт деятельности участников?		

Раздел 1.2. Понятие о компетенциях и стандарт соответствующей компетенции Ворлдскиллс Россия

ЗАДАНИЕ 2.1 Зафиксируйте основные термины, применяемые на чемпионатах WSR.



Инструкция по выполнению: в процессе прослушивания информации спикера заполните таблицу «Таблица основных терминов и понятий». Запишите вопросы возникающие у Вас, получите на них ответ и завершите заполнение таблицы.

Таблица основных терминов и понятий

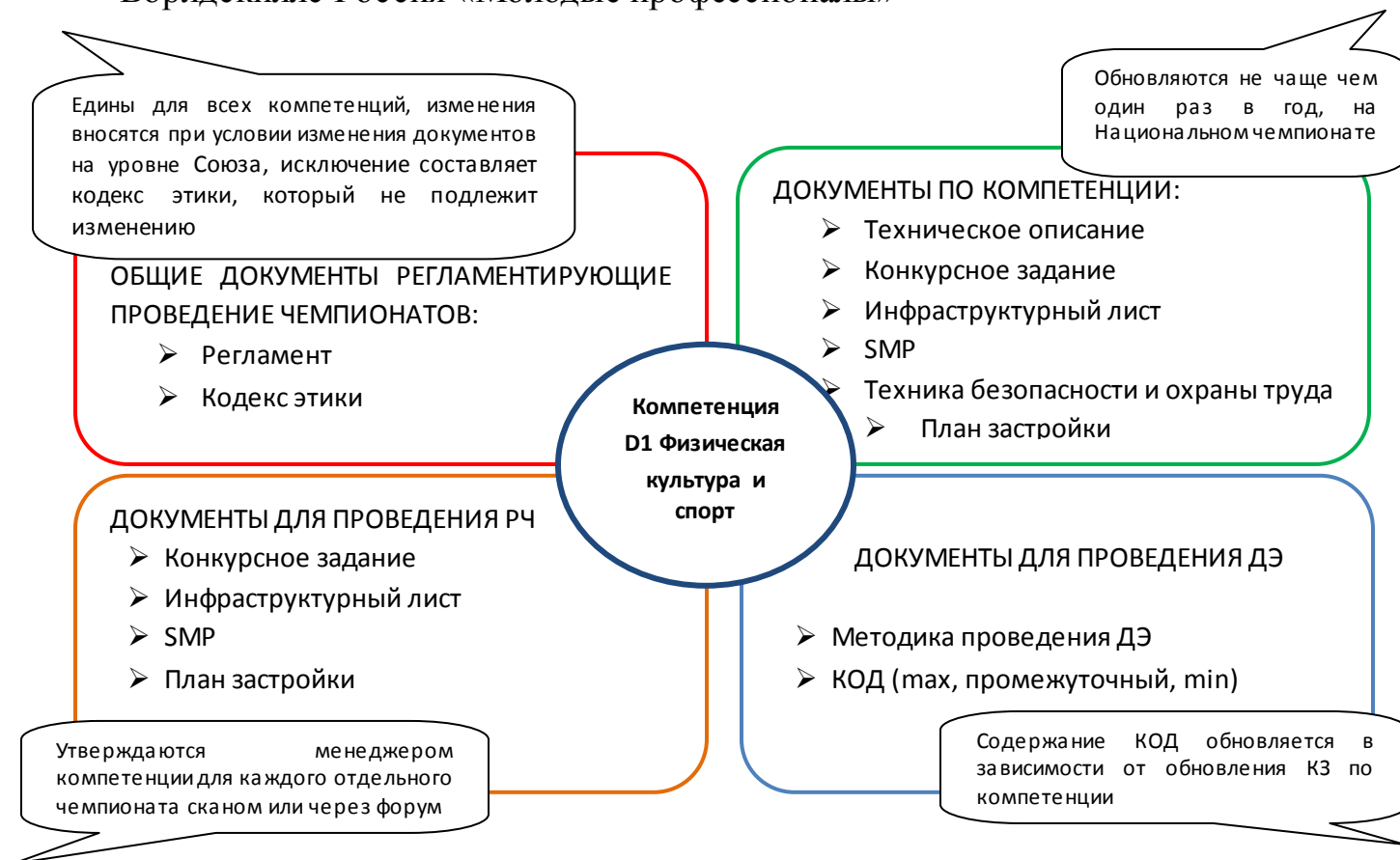
Основные термин, понятие	Пояснение (определение)
WorldSkills	
Skill Management Plan (План проведения конкурсной части) SMP	
Тулбокс	
Кодекс этики (Code of Ethics)	
Эксперт-компатриот (Compatriot Expert)	
Эксперт (Expert)	
Конкурсное задание (КЗ)	
Критерии оценок (КО) (Assessment Criteria)	
Оценка «вслепую» (Blind Marking)	
Схема начисления баллов (Marking Scheme)	
Аспект	
CIS Система информационной поддержки чемпионата (Competition Information System)	

Техническое описание компетенции (ТО)	
План застройки площадки	
Инфраструктурный лист (ИЛ)	
Точка СТОП	
Конкурсная документация	
Основные ценности WorldSkills	
Рабочее место (Workstation)	
Компетенция	
Рейтинг	
Экспертное сообщество	

Модератор (генератор) распределения ролей на чемпионатах разного уровня

Главный эксперт (менеджер компетенции)		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Заместитель главного эксперта		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Технический эксперт		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Эксперт с особыми полномочиями		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Организаторы		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Тим-Лидер		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Участник		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Компатриот		Зона ответственности (спектр обязанностей):
Тренер		Зона ответственности (спектр обязанностей):

ЗАДАНИЕ 2.2 Изучение и анализ методического пакета документов компетенции «Физическая культура и спорт» Национального чемпионата Ворлдскиллс Россия «Молодые профессионалы»



Нормативные документы

1. Кодекс этики
2. Регламент

Пакет документов по компетенции «Физическая культура и спорт»

1. Техническое описание
2. Инфраструктурный лист
3. Конкурсное задание
4. План застройки площадки
5. Техника безопасности и охраны труда
6. Skills Management plan (SMP)



МОДУЛЬ А. ОБЩЕКУЛЬТУРНОЕ РАЗВИТИЕ

ЗАДАНИЕ 1. РАЗРАБОТКА И ПРЕДСТАВЛЕНИЕ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ УЧАСТНИКА.

№	Ситуация для участников	Вопрос от экспертов
1	Вы поменяли место жительства и переехали в новый район. Планируете создать дворовую команду по футболу, собрали родителей. Убедите их, что это первоочередная задача для организации досуга их детей.	Вопрос от экспертов: Каким вы видите результат своей деятельности?

Участникам предлагается ситуация (описанная ниже) с учетом которой необходимо выстроить свое выступление. Представленная ниже ситуация является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Цель: продемонстрировать умение подготавливать и представлять самопрезентацию с учетом заданной ситуации.

Описание объекта: профессиональное самоопределение участника (самопрезентация).

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, предоставление документации экспертам: 2 минуты.

Лимит времени на представление задания, ответы на вопросы экспертов: 7 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Подготовить содержание самопрезентации в соответствии с заданными условиями.
2. Подобрать материалы и оборудование для самопрезентации в соответствии с заданными условиями.
3. Подготовить практическое содержание самопрезентации для демонстрации личностных и профессиональных качеств.
4. Создать (составить) сопроводительную презентацию с использованием программы SMART Notebook 16.
5. Проверить работоспособность созданной самопрезентации в программе SMART Notebook 16.
6. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности к демонстрации самопрезентации.

МОДУЛЬ В. ПРЕПОДАВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО ОСНОВНЫМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ

ЗАДАНИЕ 1. РАЗРАБОТКА И ПРОВЕДЕНИЕ ФРАГМЕНТА ОСНОВНОЙ ЧАСТИ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 10 КЛАСС ПО РАЗДЕЛУ ПРОГРАММЫ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (ФУТБОЛ)».

Участникам предлагается класс обучения и раздел образовательной программы, с учетом которых необходимо выстроить свое выступление. Представленные выше класс обучения и раздел образовательной программы являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

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

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

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 2 минуты.

Лимит времени на представление задания: 12 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Разработать план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела программы и возрастной группы обучающихся в соответствии с заданным шаблоном. Подготовить его на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).

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

3. Отрепетировать выполнение задания без привлечения волонтеров.

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

Модуль С. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

ЗАДАНИЕ 1. РАЗРАБОТКА И ПРОВЕДЕНИЕ АЭРОБНО-ТАНЦЕВАЛЬНОГО ФРАГМЕНТА КАК ЭЛЕМЕНТА СПОРТИВНО-МАССОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ НА ТЕМУ: «ИСТОРИКО-ПАТРИОТИЧЕСКАЯ ТЕМАТИКА «МОЙ КРАЙ РОДНОЙ».

Участникам предлагается тема спортивно-массового мероприятия, с учетом которых необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше тема спортивно-массового мероприятия является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Цель: продемонстрировать умение проводить аэробно-танцевальный фрагмент как элемент спортивно-массового мероприятия.

Описание объекта: аэробно-танцевальный фрагмент как элемент спортивно-массового мероприятия.

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 2 минуты.

Лимит времени на представление задания: 7 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Определить содержание аэробно-танцевального фрагмента как элемента спортивно-массового мероприятия в соответствии с заданной темой.
2. Подобрать музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) в соответствии с заданной тематикой и включающей не менее двух музыкальных композиций, необходимые материалы и спортивный инвентарь.
3. Отрепетировать аэробно-танцевальный фрагмент как элемент спортивно-массового мероприятия без привлечения волонтеров.
4. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности демонстрировать аэробно-танцевальный фрагмент как элемента спортивно-массового мероприятия.

ЗАДАНИЕ 2. Разработка и проведение фрагмента занятия, направленного на подготовку населения (в соответствии с IV ступенью (13-15 лет) и обязательным нормативом – «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу») к выполнению норм ГТО.

Участникам предлагается ступень и обязательный норматив, с учетом которых необходимо выстроить свое выступление. Представленные выше ступень и обязательный норматив являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Цель: продемонстрировать умение проводить фрагмент занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО (в соответствии с заданными условиями).

Описание объекта: фрагмент занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО.

Лимит времени на выполнение задания: 110 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 3 минуты.

Лимит времени на представление задания: 12 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Сформулировать задачи фрагмента занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО (в соответствии с заданными условиями), и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам.
2. Определить содержание фрагмента занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО (в соответствии с заданными условиями).
3. Подобрать материалы и оборудование для проведения фрагмента занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО (в соответствии с заданными условиями).
4. Отрепетировать фрагмент занятия, направленного на подготовку населения к выполнению норм ГТО, без привлечения волонтеров.
5. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать фрагмент занятия.

ЗАДАНИЕ 3. Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования: «Ремень для йоги и Степ-платформа»

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

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

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 3 минуты.

Лимит времени на представление задания: 10 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Определить задачи фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).
2. Определить содержание фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания.
3. Произвести анализ одного из упражнений фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия по установленной форме и подготовить ее на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (1 экземпляр).
4. Подготовить единое музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) для фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия, включающее не менее двух музыкальных тем.
5. Подготовить оборудование для проведения фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания.
6. Отрепетировать фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания без привлечения волонтеров.
7. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать фрагмент основной части физкультурно-оздоровительного занятия в соответствии с условиями задания.

ЗАДАНИЕ 4. Разработка и проведение комплекса упражнений производственной гимнастики с учетом вида профессиональной деятельности «Сборка авиационных двигателей».

Цель: продемонстрировать умение проводить комплекс упражнений производственной гимнастики в соответствии с заданными условиями.

Описание объекта: комплекс упражнений производственной гимнастики.

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 3 минуты.

Лимит времени на представление задания: 5 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Выполнить анализ вида профессиональной деятельности путем наблюдения за реальным или представленным в видеоконтенте ходом работы с учетом вида профессиональной деятельности. Представить экспертам на бумажном носителе результаты анализа вида профессиональной деятельности по установленной форме (1 экземпляр).
2. Определить задачи комплекса упражнений производственной гимнастики с учетом вида профессиональной деятельности и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).
3. Определить содержание комплекса упражнений производственной гимнастики в соответствии с проведенным анализом вида профессиональной деятельности.
4. Подобрать материалы и оборудование для проведения комплекса упражнений производственной гимнастики с учетом вида профессиональной деятельности.
5. Отрепетировать комплекс упражнений производственной гимнастики с учетом вида профессиональной деятельности.
6. Сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать комплекс упражнений производственной гимнастики с учетом вида профессиональной деятельности.

МОДУЛЬ D. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЗАДАНИЕ 1. Разработка и проведение экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных информационных технологий.

№	Тема по ЗОЖ	Вопрос от волонтеров
1	Родители обучающихся начальных классов обратились к учителю физической культуры с просьбой проконсультировать их на родительском собрании по проведению физкультпаузы для детей во время выполнения домашних заданий.	Какие фишки вы порекомендуете использовать, чтобы физкультпаузы стали любимыми для ребенка?

Цель: продемонстрировать умение проводить экспресс – консультацию по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных информационных технологий в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей.

Описание объекта: экспресс – консультация.

Лимит времени на выполнение задания: 120 минут.

Лимит времени на подготовку площадки, знакомство и подготовку волонтеров, предоставление документации экспертам: 2 минуты.

Лимит времени на представление задания: 10 минут.

Алгоритм выполнения задания:

1. Сформулировать задачи экспресс – консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных информационных технологий в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей и подготовить их на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра).
2. Определить содержание экспресс – консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей.
3. Подобрать материалы и оборудование для проведения экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных информационных технологий в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей.
4. Разработать план проведения экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных информационных технологий в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей. Предоставление на

бумажном носителе экспертам не требуется.

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

6. Подготовить презентацию в программе SMART Notebook 16 для сопровождения экспресс-консультации в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией слушателей.

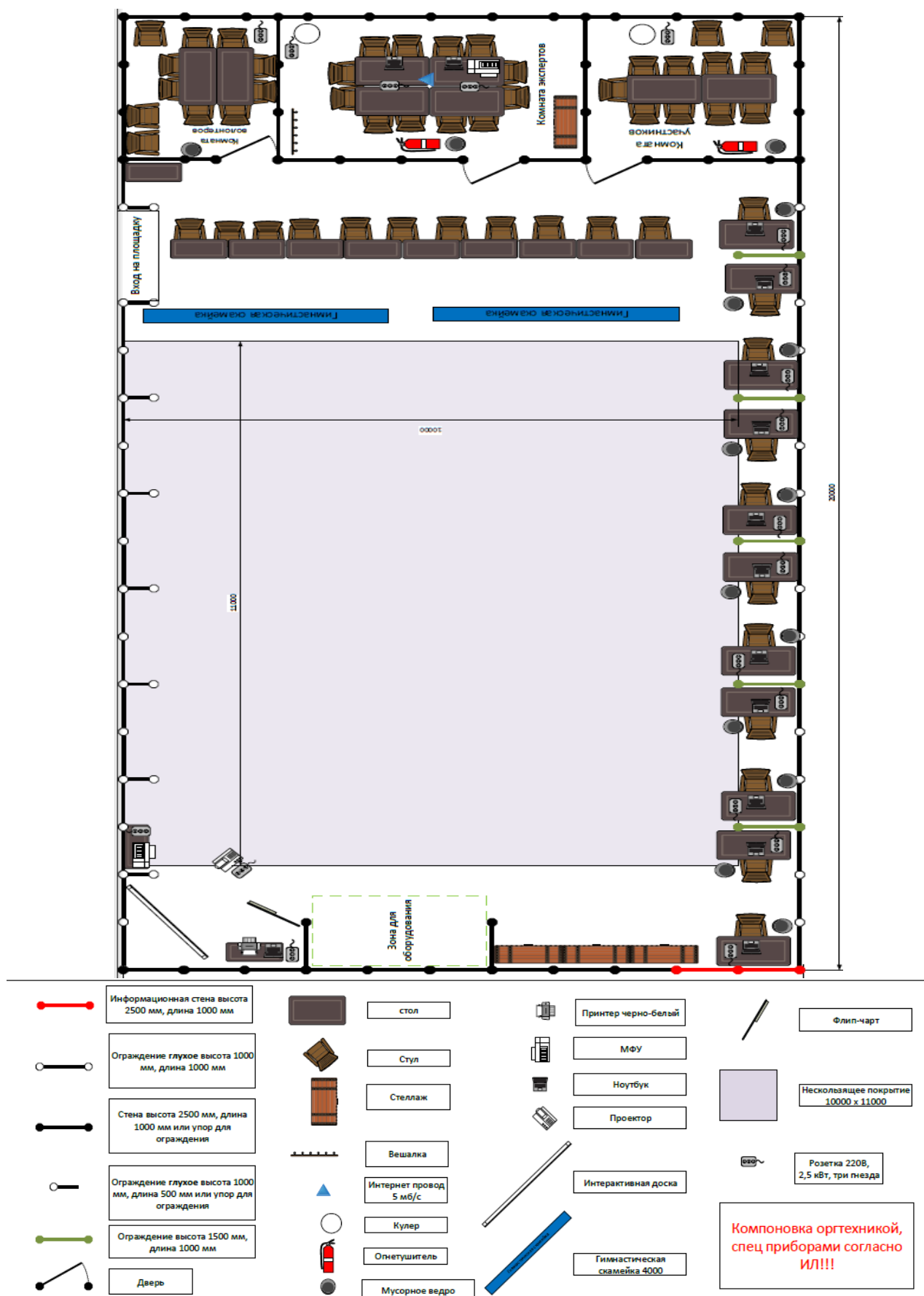
7. Проверить презентацию на работоспособность, при необходимости исправить выявленные ошибки и скопировать на компьютер техническому эксперту.

8. Разработать практические рекомендации в соответствии с заданной тематикой и возрастной аудиторией для последующего предоставления на бумажном носителе экспертам и слушателям (4 экземпляра для экспертов, остальное по усмотрению конкурсанга).

9. Отрепетировать выполнение задания без привлечения волонтеров.

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

Пример застройки Конкурсной площадки по компетенции «Физическая культура и спорт»



Критерии оценок по Конкурсным заданиям

Наименование аспекта	Пояснение
Соблюдение правил конкурса	- отсутствие запрещенного оборудования; - демонстрация заданий в пределах демонстрационной зоны, отсутствие сознательного выхода за пределы площадки; - размещение инвентаря в пределах демонстрационной зоны; - учет 30% изменений; - отсутствие домашних заготовок; - соблюдение правил пользования принесенными на площадку гаджетами (регламентировано санкциями, описанными в ТО компетенции (пункт 6.4.1); - приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания (аккуратное возвращение используемого в ходе демонстрации конкурсного задания инвентаря на исходное место, руководство волонтерами или самостоятельная деятельность по уборке площадки); - самостоятельная работа участника (без помощи технического эксперта) с музыкальным сопровождением (по необходимости включает, переключает и выключает). - музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity) применяемое при необходимости должно содержать русскоязычный текст и/или композицию без слов. Исключением является конкурсное задание – «Разработка и проведение фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования». - представление экспертам документации в распечатанном виде в соответствии с представленным алгоритмом до начала демонстрации КЗ.
Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ОТ и ТБ компетенции (пункт 2.5)	- Спортивная форма застегнута на все пуговицы (завязать завязки, шнурки, застегнуть молнию) - Футболка (майка, поло) заправлена в спортивные брюки - Отсутствуют свисающих концов одежды (в том числе завязки и шнурки) - Отсутствуют на одежде булавки, иголки; в карманах одежды отсутствуют острые и бьющиеся предметы - Отсутствует бейдж на момент демонстрации КЗ - Волосы убраны в хвост, пучок или косу так, чтобы не закрывать отдельные части тела
Музыкальное сопровождение соответствует требованиям задания	музыкальное сопровождение, применяемое при необходимости (созданное с использованием программы Audacity), имеет не менее 2-х музыкальных композиций содержащих (русскоязычный или иностранный контент).
Целесообразность расстановки субъектов	Участник и волонтеры должны находиться на безопасном расстоянии (отсутствуют не санкционированные касания и столкновения) друг от друга в соответствии с заданной амплитудой
Целесообразность размещения инвентаря	До начала демонстрации КЗ участник должен определить место нахождения инвентаря необходимого для работы. Главные принципы целесообразности: - в зоне демонстрации отсутствует неиспользуемый инвентарь.

	- расположение инвентаря, подготовленного для демонстрации КЗ, не вызывает запинаний, заступов и перешагиваний через него. - расстановка инвентаря позволяет всем волонтерам видеть демонстрацию упражнений участником на протяжении всего КЗ. - расстановка инвентаря учитывает его специфику и обеспечивает его безопасное нахождение в зоне демонстрации на протяжении всего КЗ.
Соблюдение правил ТБ и ОТ (описанных в пунктах 1.5, 2.2, 2.6 - 2.8)	- на одного волонтера должно приходиться не менее 4 м² площади зоны для демонстрации задания - солнечный свет не должен светить волонтерам в глаза - при выполнении упражнений в И.П. лежа (на спине, на животе), а также И.П. в упоре на коленях необходимо использовать гимнастические коврики или маты. При использовании гимнастических ковриков запрещено заступать на их поверхность в обуви - при работе с интерактивной доской волонтеры должны располагаться к ней лицом (максимальное угол отклонение волонтеров от центра 450) на расстоянии не менее 2 м от интерактивной доски - не допускается приносить на площадку продукты питания - недопустимы следующие способы использования оборудования из ИЛ и Toolbox: прямой контакт с лицом или слизистыми оболочками в процессе демонстрации упражнений
Логическая завершенность фрагмента	ВАЖНО: данный аспект не подлежит оцениванию в случае, если участник не уложился в отведенное время (10 минут). Логическая завершенность должна отвечать следующим принципам: - законченности упражнения с точки зрения дозирования нагрузки и постановки правильной техники; - должен содержать краткое подведение итогов; - психоэмоциональную завершенность (похвала, выделение положительных аспектов в работе волонтеров, наличие рекомендаций, наставлений и т.п.).
Соблюдение временного регламента демонстрации КЗ	Данный Аспект оценивает эксперт с особыми полномочиями (отвечающий за хронометраж), ФИО данного эксперта фиксируется в протоколе по распределению судейских ролей и визируется личной подписью ответственного эксперта. Аспект подразумевает фиксацию соблюдения временного регламента участником в процессе демонстрации конкурсного задания. Балл засчитывается в том случае, если например: - участник завершил выполнение конкурсного задания до звукового сигнала, однако оставшееся время на таймере должно превышать 90% от отведенного времени $(10 \cdot 90) / 100 = 9$ минут – это min время, которое должно быть затрачено участниками в ходе демонстрации им КЗ, иными словами при обратном отсчете на таймере должно оставаться не более 60 секунд (1 минуты). Если время на таймере после завершения демонстрации участников КЗ превышает 60 секунд (1 минуту) Аспект подлежит обнулению.

Применяемые атрибуты в компетенции «СИГНАЛЬНЫЕ КАРТОЧКИ»

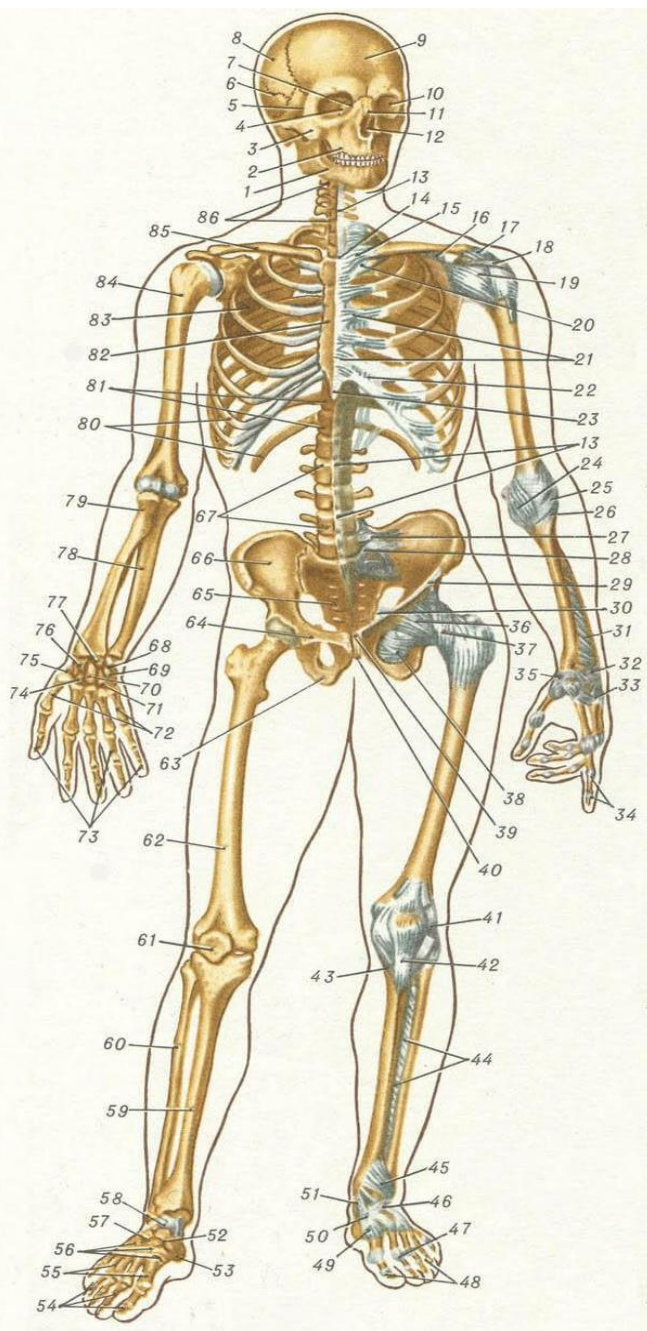
Условное обозначение	Зона ответственности	Описание помощи, на которую может рассчитывать участник
		
		
		

ЗАДАНИЕ 2.3 Предложите вариант своего плана застройки по компетенции «Физическая культура и спорт» учитывая специфику

Условные обозначения:

Модуль 2. Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура и спорт»

Скелет человека, вид спереди:



- 1 — нижняя челюсть; 2 — верхняя челюсть;
 3 — скуловая кость; 4 — решетчатая кость;
 5 — клиновидная кость; 6 — височная кость;
 7 — слезная кость; 8 — теменная кость;
 9 — лобная кость; 10 — глазница;
 11 — носовая кость; 12 — грушевидное отверстие;
 13 — передняя продольная связка;
 14 — межключичная связка;
 15 — передняя грудино-ключичная связка;
 16 — клюво-ключичная связка;
 17 — акромиально-ключичная связка;
 18 — клювоакромиальная связка;
 19 — клювоплечевая связка;
 20 — реберно-ключичная связка;
 21 — лучистые грудино-реберные связки;
 22 — наружная межреберная перепонка;
 23 — реберно-мечевидная связка;
 24 — локтевая боковая связка;
 25 — лучевая околная (боковая) связка;
 26 — кольцевая связка лучевой кости;
 27 — подвздошно-поясничная связка;
 28 — вентральные (брюшные) крестцово-подвздошные связки;
 29 — паховая связка; 30 — крестцово-остистая связка;
 31 — межкостная перепонка предплечья;
 32 — дорсальные межзапястные связки;
 33 — дорсальные пястные связки;
 34 — околные (боковые) связки;
 35 — лучевая околная (боковая) связка запястья;
 36 — лобково-бедренная связка;
 37 — подвздошно-бедренная связка;
 38 — запирательная перепонка;
 39 — верхняя лобковая связка;
 40 — дугообразная связка лобка;
 41 — малоберцовая околная (боковая) связка;
 42 — связка надколенника;
 43 — большеберцовая околная (боковая) связка;
 44 — межкостная перепонка голени;
 45 — передняя большеберцово-малоберцовая связка;
 46 — раздвоенная связка;
 47 — глубокая поперечная плюсневая связка;
 48 — околные (боковые) связки;
 49 — тыльные связки плюсны;

- 50 — дорсальные связки плюсны;
 51 — медиальная (дельтовидная) связка;
 52 — ладьевидная кость;
 53 — пяточная кость;
 54 — кости пальцев стопы; 55 — плюсневые кости;
 56 — клиновидные кости;
 57 — кубовидная кость;
 58 — таранная кость;
 59 — большеберцовая кость;
 60 — малоберцовая кость;
 61 — надколенник;
 62 — бедренная кость;
 63 — седалищная кость;
 64 — лобковая кость;
 65 — крестец;
 66 — подвздошная кость;
 67 — поясничные позвонки; 68 — гороховидная кость;
 69 — трехгранная кость; 70 — головчатая кость;
 71 — крючковатая кость; 72 — пястные кости;
 73 — кости пальцев кисти; 74 — трапециевидная кость;
 75 — кость-трапеция; 76 — ладьевидная кость; 77 — полулунная кость;
 78 — локтевая кость; 79 — лучевая кость;
 80 — ребра; 81 — грудные позвонки; 82 — грудина;
 83 — лопатка; 84 — плечевая кость;
 85 — ключица; 86 — шейные позвонки.

Скелет человека, вид сзади:

- 1 — нижняя челюсть;
- 2 — верхняя челюсть;
- 3 — боковая связка;
- 4 — скуловая кость;
- 5 — височная кость;
- 6 — клиновидная кость;
- 7 — лобная кость;
- 8 — теменная кость;
- 9 — затылочная кость;
- 10 — шило-нижнечелюстная связка;
- 11 — выйная связка;
- 12 — шейные позвонки;
- 13 — ключица;
- 14 — надостистая связка;
- 15 — лопатка;
- 16 — плечевая кость;
- 17 — ребра;
- 18 — поясничные позвонки;
- 19 — крестец;
- 20 — подвздошная кость;
- 21 — лобковая кость;
- 22 — копчик;
- 23 — седалищная кость;
- 24 — локтевая кость;
- 25 — лучевая кость;
- 26 — полулунная кость;
- 27 — ладьевидная кость;
- 28 — кость-трапеция;
- 29 — трапецевидная кость;
- 30 — пястные кости;
- 31 — кости пальцев кисти;
- 32 — головчатая кость;
- 33 — крючковатая кость;
- 34 — трехгранная кость;
- 35 — гороховидная кость;
- 36 — бедренная кость;
- 37 — надколенник; 38 — малоберцовая кость; 39 — большеберцовая кость;
- 40 — таранная кость; 41 — пяточная кость; 42 — ладьевидная кость;
- 43 — клиновидные кости; 44 — плюсневые кости; 45 — кости пальцев стопы;
- 46 — задняя большеберцово-малоберцовая связка; 47 — медиальная дельтовидная связка;
- 48 — задняя таранно-малоберцовая связка; 49 — пяточно-малоберцовая связка;
- 50 — дорсальные связки предплюсны; 51 — межкостная перепонка голени;
- 52 — задняя связка головки малоберцовой кости; 53 — малоберцовая околная (боковая) связка;
- 54 — большеберцовая околная (боковая) связка; 55 — косая подколенная связка;
- 56 — крестцовобугровая связка; 57 — удерживатель сгибателей; 58 — околные (боковые) связки;
- 59 — глубокая поперечная пястная связка; 60 — горохо-крючковатая связка;
- 61 — лучистая связка запястья; 62 — локтевая околная (боковая) связка запястья;
- 63 — седалищно-бедренная связка; 64 — поверхностная спинная крестцово-копчиковая связка;
- 65 — спинные крестцово-подвздошные связки; 66 — локтевая околная (боковая) связка;
- 67 — лучевая околная (боковая) связка; 68 — подвздошно-поясничная связка;
- 69 — реберно-поперечные связки; 70 — межпоперечные связки; 71 — клювоплечевая связка;
- 72 — акромиально-ключичная связка; 73 — клюво-ключичная связка.

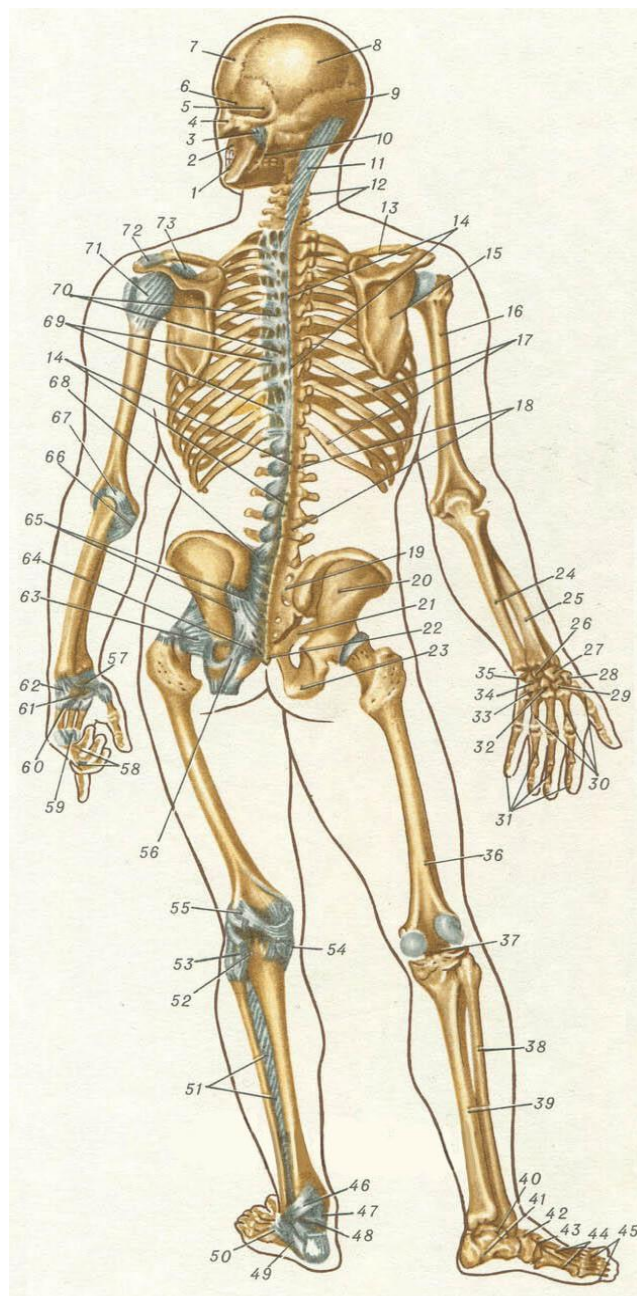


Рис. 2. Скелет человека

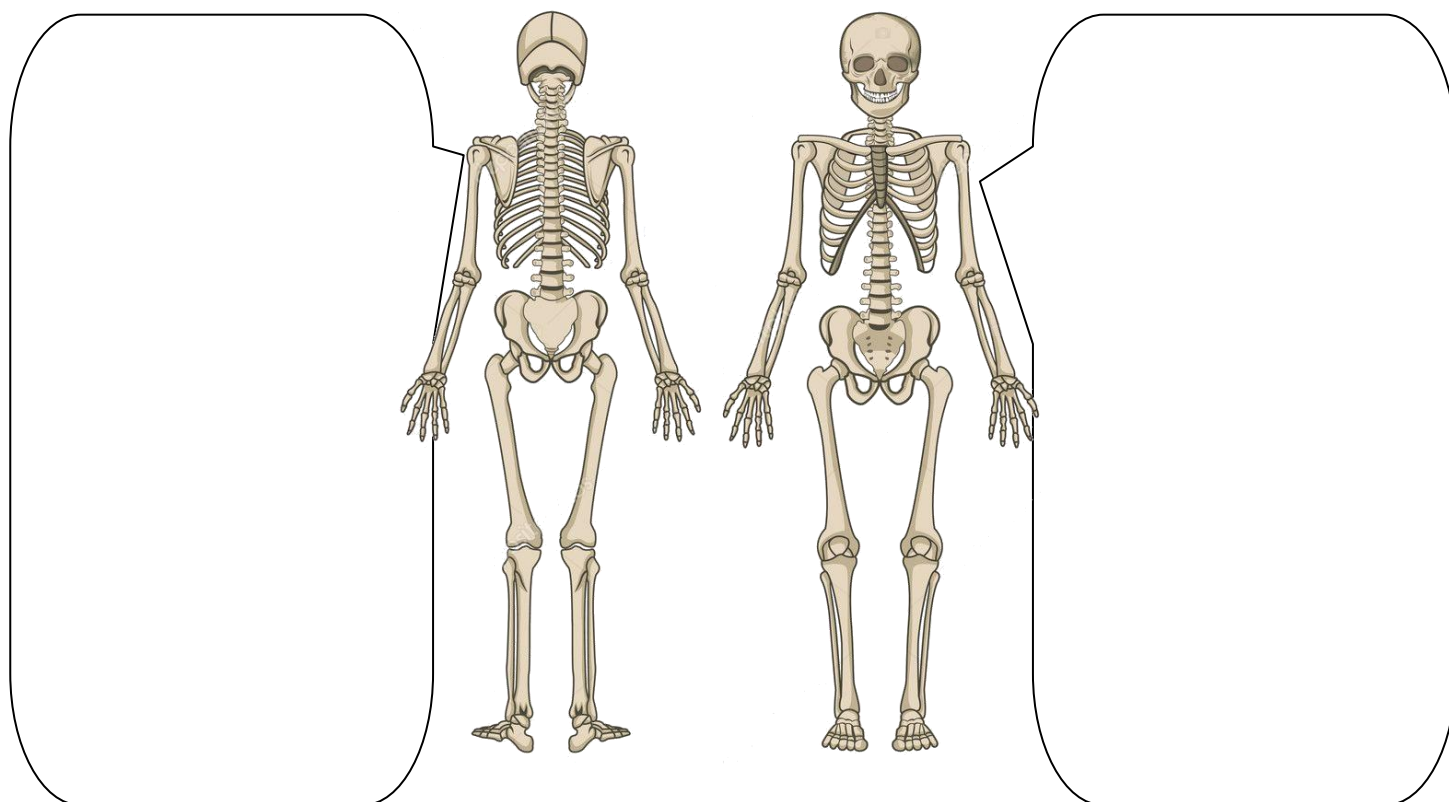
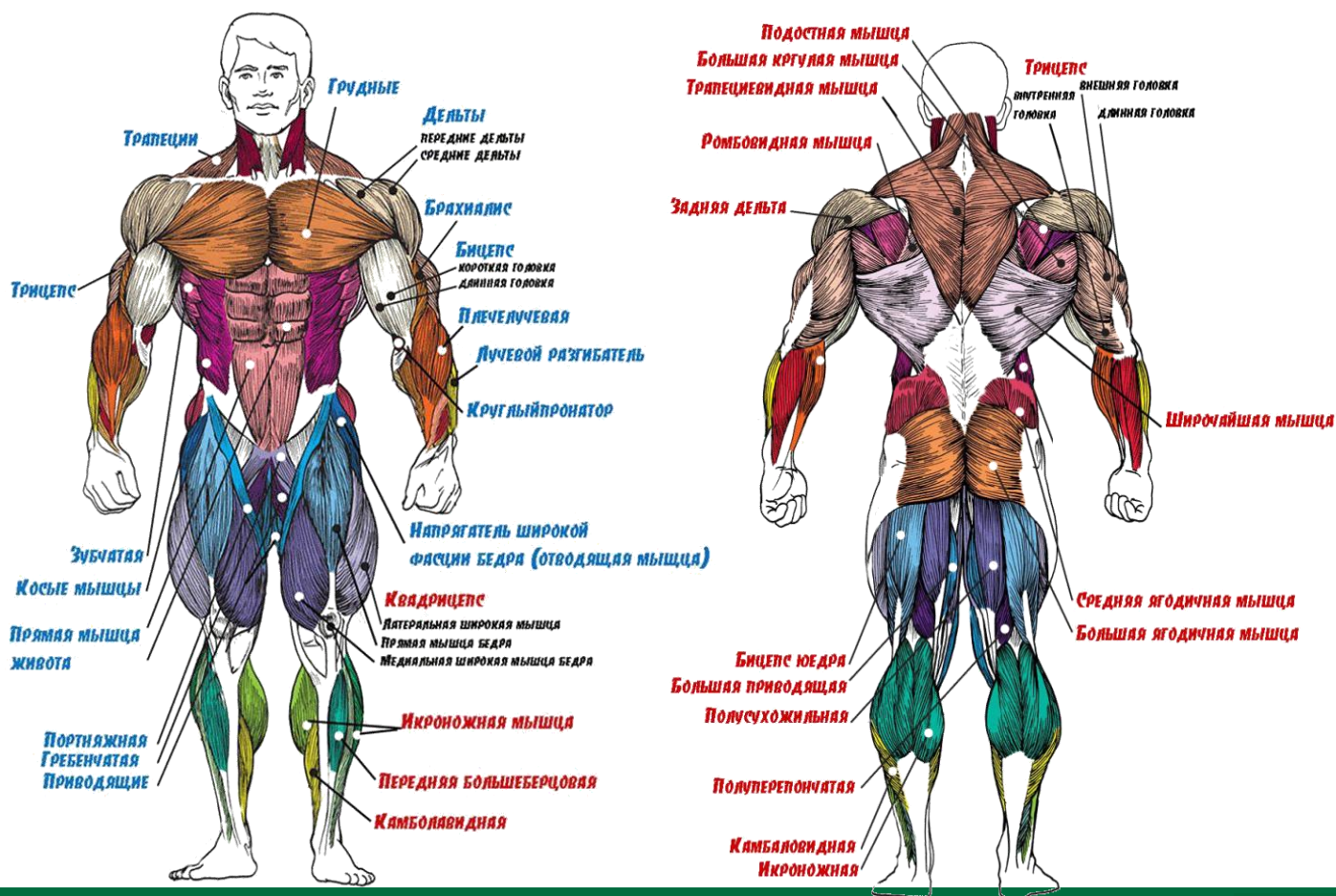


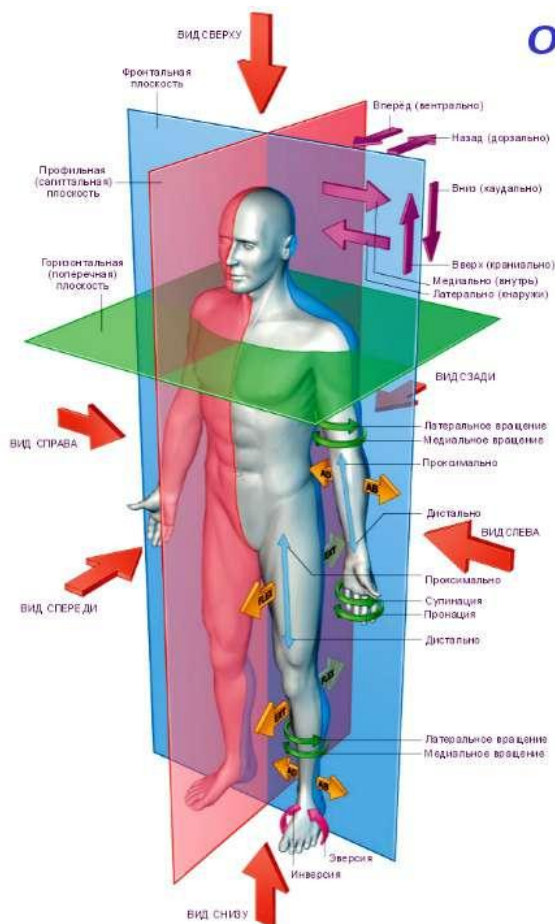
Рис 3. Мышцы



Анатомические плоскости

-
- **Сагиттальная плоскость** разделяет тело на правую и левую части
 - **Фронтальная плоскость** разделяет тело на вентральную (брюшную, переднюю) часть тела и дорсальную (спинную, заднюю)
 - **Трансверсальная (горизонтальная) плоскость** разделяет тело на краниальную (головную, верхнюю) и каудальную («хвостовую», нижнюю) части.

Оси и плоскости тела человека

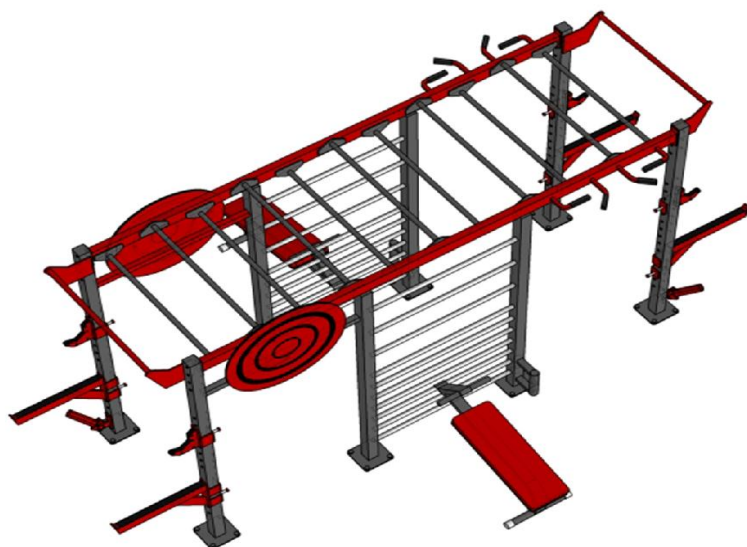


Оси вращения:

- **вертикальная**, направлена вдоль тела стоящего человека (по этой оси располагаются позвоночный столб и лежащие вдоль него органы (спинной мозг, грудная и брюшная части аорты, грудной проток, пищевод), совпадает с **продольной** осью, которая также ориентирована вдоль тела человека независимо от его положения в пространстве или вдоль конечности, или вдоль органа, длинные размеры которого преобладают над другими размерами)
- **фронтальная (поперечная)**, по направлению совпадает с фронтальной плоскостью, ориентирована справа налево или слева направо
- **сагиттальная**, расположена в передне-заднем направлении (как и сагиттальная плоскость).

ЗАДАНИЕ 2.1 Знакомство с новыми видами оборудования по компетенции, относящиеся к разряду НВО

ВИДЫ	ОСОБЕННОСТИ	НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ
		
		
		
		
		



ОСОБЕННОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ

Интернациональные символы-жесты

Команда-указание	Символ-жест
Количество раз - «пальцевый счет» (еще 4, еще 3, еще 2, еще 1)	Показать пальцы левой (правой) согнутой в сторону руки, предплечье вверх (4, 3, 2 или 1, остальные в кулак)
Выполнять шаги на месте (March)	Руки вперед - вверх ладонями внутрь
Передвижение вперед	Согнуть руки (или одну руку) вперед, локти назад, ладонями внутрь и разогнуть их вперед
Передвижение назад	Согнуть руки (или одну руку) вперед, предплечьями вверх, кисть в кулак, большие пальцы указывают назад
Передвижение вправо/влево	Руки (или одна рука) ладонью вперед поднимаются в сторону, соответствующую направлению
Движение скрестными шагами	Поднять руки скрестно над головой и затем показать направление движения
Поворот или движение по дуге, круг	Круг рукой над головой в нужную сторону, указательный палец вверх, остальные в кулак
Остановка, стоп закончить движение с переходом к следующему)	Руку вверх, ладонью вперед. Или - согнуть руки над головой, левую в кулак
Выполнить упражнение с начала	Согнуть руку над головой, ладонью
Только смотреть (продолжая предыдущее задание)	Согнуть руку перед глазами; развести указательный и средний пальцы, остальные в кулак
Хорошо!	Согнуть руку вперед, большой палец вверх, остальные в кулак
Движение с низкой ударной нагрузкой (Low impact)	Из положения левая (правая) рука согнута в сторону, предплечьем вверх, кисть повернута в сторону ладонью книзу на уровне уха - опустить руку вниз
Движение с высокой ударной нагрузкой (High impact)	Из положения левая (правая) рука согнута в сторону, предплечьем вверх
Приближающаяся смена упражнения или команда перехода	Руки на пояс или два быстрых хлопка ладонями

Шаблоны для проведения анализа упражнений № 1

« _____ »
(название упражнения)

И. П. _____
(описание)

№	Структура (Форма) описания	Описание	Схематичная зарисовка выполнения упражнения
1	Упражнение (базовое/изолированное)		
2	Рабочие суставы		
3	Группа мышц, выполняющих движение	агонисты:	
4	Группа мышц, выполняющих движение	синергисты:	
5	Методические указания, способствующие эффективному и безопасному выполнению упражнения		

Шаблоны для проведения анализа упражнений № 2

« _____ »
(название упражнения)

И. П. _____
(описание)

№	Структура (Форма) описания	Описание	Схематичная зарисовка выполнения упражнения
1	Упражнение (базовое/изолированное)		
2	Рабочие суставы		
3	Группа мышц, выполняющих движение	агонисты:	
4	Группа мышц, выполняющих движение	синергисты:	
5	Методические указания, способствующие эффективному и безопасному выполнению упражнения		

Шаблоны для проведения анализа упражнений № 3

« _____ »
(название упражнения)

И. П. _____
(описание)

№	Структура (Форма) описания	Описание	Схематичная зарисовка выполнения упражнения
1	Упражнение (базовое/изолированное)		
2	Рабочие суставы		
3	Группа мышц, выполняющих движение	агонисты:	
4	Группа мышц, выполняющих движение	синергисты:	
5	Методические указания, способствующие эффективному и безопасному выполнению упражнения		

Шаблоны для проведения анализа упражнений № 4

« _____ »
(название упражнения)

И. П. _____
(описание)

№	Структура (Форма) описания	Описание	Схематичная зарисовка выполнения упражнения
1	Упражнение (базовое/изолированное)		
2	Рабочие суставы		
3	Группа мышц, выполняющих движение	агонисты:	
4	Группа мышц, выполняющих движение	синергисты:	
5	Методические указания, способствующие эффективному и безопасному выполнению упражнения		

Aerobics

Маршевые шаги		Приставные шаги	
Простые шаги <i>Simple</i>	<u>March</u> - "M" Basic step - "B" V step - "V" Mambo - "Mb" Pivot - "Pt" Box step - "Bs" Step-cross - "Sc" Zorba - "Zo" Kick ball Change - "Kbc"	<u>Step Touch</u> - "ST" Knee up - "Ku" Curl - "Cu" Kick - "K" Lift side - "LS" Pony - "Po" Scoop - "Sco" Open Step (Step out) - "Os", "S out" Toe touch (Heel touch) - "Tt" ("Ht") Lunge - "L"	Запрещенные движения:  Tap step Lift back
	4 счета		
Шаги со сменой ноги <i>Alternative (Alt)</i>	x + chachacha - "x ccc" x + lift - "x lift"	Grapevine - "Gv" Double step touch - "2ST" Chasse mambo front - "C.mb f" Chasse mambo back - "C. mb b" Repeat (2) - "Re2" Superman - "Su"	

X – любой маршевый шаг

Power – добавление прыжков, подскоков

Перемещения – вперед – назад, вправо – влево, в диагональ

STEP

Простые шаги (simple)		Шаги со сменой ноги (alternative)	
Шаги на 4 счета	<u>Basic step</u> "B" V Step "V" Step-cross "Sc" Mambo "Mb" Pivot "Pt" Reverse-turn "Rt"  <u>Запрещенные шаги</u> "Tap up-Tap down"- "TuTd" Lift – Chachacha-"Lift-ccc"	<u>Knee up</u> "K" Curl "Cu" Kick "K" Lift side "LS" Tap-Up "Tu" Touch Side "TS" Chassé "Ch" Pony "Po" шоссе + mambo back через стел "Ch(ov)" X – Chachacha "x-ccc"  <u>Запрещенные шаги</u> Tap Down Turn step Over the top A Step	<u>Repeat knee up (3)</u> "K"K"K" Repeat lift (3) "Re3" Repeat scissors (ножницы) "Re sci" L Step "L" Repeat cha-cha-cha "Re ccc" Repeat Twist "Re tw"
	<u>Double basic</u> "BB" Lunge "Lu" T Step "T" Z Step "Z"		
Шаги на 8 счетов			

X – любой простой шаг

Power – добавление прыжков и подскоков: на 1-ый счет, на 2-ой счет, на 1-ый и 2-ой счет, блок (пауза)

Подходы – лицом, спиной, по сторонам, с конца

«Методы составления и разучивания комбинаций»

Часть занятия, время	Содержание	Организационно-методические указания
I. 30 мин	Ознакомление с различными методами составления и разучивания комбинаций и этапами освоения движения. 1. Линейный метод: - суть метода; - схематическая запись. 2. Этапы освоения движения.	1. Рассказать о сути линейного метода. Объяснить, в каких случаях и почему он используется (в уроках для начинающих). Обратить внимание на то, что маршевые шаги нужно разучивать с обеих ног. Рассказать о способах перехода на другую ногу. Научить схематично записывать этот метод (обозначается знаком /) Пример: / Mb - 8 / V - 8 / ST - 8 / GV - 8 Особенности линейного метода: - отсутствие хореографии - время выполнения каждого элемента не лимитировано - отсутствие взаимосвязи между элементами (за исключением учета инерции на переходах) - сохранение правила усложнения элемента в соответствии с этапами освоения движения) 2. Освоение аэробного движения делится на четыре этапа: А) базовое движение ног; Б) модификация движения ног; В) добавление движений рук и верхней части туловища; Г) изменение направления движения Использование данных этапов зависит от задач урока, возможно пропускать некоторые этапы, но нельзя менять их местами. Пример: Элемент – Vstep 8, Power движения на счеты 1,2 и 5, 6 – двойной темп, Движения рук – вверх на счет 1, 2 и 5, 6, вниз на счет 3, 4 и 7, 8 – одновременно обеими руками. Смена направления: на счет 3, 4 – спиной к основному направлению, на 7, 8 – лицом к основному направлению. 1 этап: - Марш V – step 2 этап: Двойной темп ногами на счет 1 и 2. 3 этап: Добавление подъема рук вверх на счет 1 и 2, 3 и 4 вниз вдоль туловища; 4 этап: Смена направления на счет 3, 4 поворот на 180 гр. – спиной, на счет 7 и 8 поворот на 180 гр. – лицом к основному направлению.

	3. Метод пирамиды - суть метода; - схематическая запись.	Рассказать о сути метода. Объяснить, в каких случаях и почему он используется (лучше подходит для составления комбинаций из шагов «Step Touch»). Научить схематической записи метода (обозначается знаком ▲). Пример: / OS – 4 / GV – 4 ▲ 8 OS- 32, 8 GV- 32 ▲ 4 OS– 16, 4 GV– 16 ▲ 2 OS– 8, 2GV– 8 ▲ OS– 4, GV– 4 Учебные ситуации в которых рекомендуется использование данного метода: - группа начинающих - незнакомая группа (замена основного инструктора) Особенности метода: - использование линейного метода - возможность многократного повторения шагов.
	4. Метод добавления (сложения) - суть метода; - схематическая запись.	Рассказать о сути метода. Объяснить, в каких случаях и почему он используется (Комбинация элементов меняет ногу). Научить схематической записи метода (обозначается знаком +). Пример: / ChMb- 4 / Pt – 4 + ChMb, Pt - 8 / Mb-4 + ChMb, Pt, Mb, Mb - 16 / V – 4 + ChMb, Pt, Mb, V – 16 Особенности метода: - Третий элемент при добавлении повторяется дважды для сохранения музыкальной фразы; - Односторонние шаги после перехода на другую ногу требуют повторения для равномерной биомеханической нагрузки на тело; - Разучивание комбинации сразу на правую и левую ногу; - Для начинающих занимающихся доступное повторение и удержание предшествующих элементов комбинации.
	5. Метод соединения - суть метода; - схематическая запись.	Рассказать о сути метода. Объяснить, в каких случаях и почему он используется. Научить схематической записи метода (обозначается знаком L). Пример: / ChMb – 4 / Mb – 4

		+ ChMb, Mb – 8 (Altern.) / St – 4 / RCu – 4 + St, RCu – 8 (Altern.) L ChMb, Mb, St, RCu – 16 Особенности метода: - элементы после разучивания линейным способом складываются парами методом добавления (+); - каждая пара в финальной комбинации меняет ногу или не меняет ведущую ногу, чтобы в конце получилась простая комбинация без перемены ног; - данный метод используется для построения комбинаций с перемещением по залу.
II. 90 мин	Практическое применение методов 1. Линейный метод - демонстрация; - отработка на практике.	Продemonстрировать линейный метод на разобранном примере. Разделить занимающихся на группы по 5-6 человек. Участники каждой группы поочередно обучают свою подгруппу шагам (не более пяти минут) линейным методом. Проследить за обязательной сменой ноги для разучивания маршевых шагов, использованием как можно большего количества шагов.
	2. Метод пирамиды - демонстрация; - отработка на практике.	Продemonстрировать метод пирамиды на разобранном примере. Работа в группах. Участники составляют комбинации и поочередно разучивают их со своей группой (не более 5 мин). Метод пирамиды должен быть удобен для комбинации.
	3. Метод добавления - демонстрация; - отработка на практике.	Продemonстрировать метод добавления на разобранном примере. Работа в группах. Участники составляют комбинации (5 мин) и поочередно разучивают их со своей группой (не более 5 мин). Метод добавления должен быть удобен для комбинации.
	4. Метод соединения - демонстрация; - отработка на практике.	Продemonстрировать метод соединения на разобранном примере. Работа в группах. Участники составляют комбинации (5 мин) и поочередно разучивают их со своей группой (не более 5 мин). Метод соединения должен быть удобен для комбинации.
III. 10 мин	Подведение итогов. Ответы на вопросы	Разобрать основные ошибки. Задать вопросы по теме. Ответить на возникшие вопросы занимающихся.

Составление комбинаций классической аэробики

Блок 1	Базовый шаг
	Вариации
	Прыжки и подскоки
	Направления
Cross-Phrasing	

M	St	St	M	St	St	St	St
V	Gv	DbSt	Mb	ChMb	Cu	Po	Ku
* 2	↑	→			↶	↷	

Блок 2	Базовый шаг
	Вариации
	Прыжки и подскоки
	Направления
Cross-Phrasing	

M	St	St	St	St	M	St	St
E.W. + Lift Ku(2)	Sco	Su	Su	Gv	Pt	Zo	Re2Cu
	↑	→	→	hop-3			

Блок 3	Базовый шаг
	Вариации
	Прыжки и подскоки
	Направления
Cross-Phrasing	

M	St	St	St	St	St	St	St
V+ccc	Cu	S out	LS	Gv	Gv	Gv	Gv
3, 4				hop-3	hop-3	hop-3	hop-3
	↑	→	→	→	→	→	→

Хореография рук

--	--	--	--	--	--	--	--

Составление комбинаций классической аэробики

Блок 1				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Блок 2				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Блок 3				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Хореография рук

--	--	--	--	--	--	--	--

Составление комбинаций классической аэробики

Блок 1				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Блок 2				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Блок 3				
Базовый шаг	Вариации	Прыжки и подскоки	Направления	Cross-Phrasing

Хореография рук

[illegible]

Составление комбинаций для степ-аэробики

Блок 1				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Блок 2				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Блок 3				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Хореография рук

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Составление комбинаций для степ-аэробики

Блок 1				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Блок 2				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Блок 3				
Базовый шаг				
Вариации				
Прыжки и подскоки				
Направления				
Cross-Phrasing				

Хореография рук

Модуль 3. Содержание профессиональных модулей основной профессиональной образовательной программы и методика преподавания профессиональных модулей с учетом стандарта Ворлдскиллс Россия по компетенции «Физическая культура и спорт»

ЗАДАНИЕ 3.1 Поле конструктора тем для составления программ

Для чего?	Что? (формулировка КЗ)	Как? (описание логики выполнения)	Сколько по времени? Описание временного регламента (временная затрата) Подготовка + демонстрация
обоснование для ввода задания	Как оценить?	Что необходимо для выполнения? ИЛ	Как усложнить?
(выполняется путем анализа мировых практик)	Subjective	Objective	Как изменить?
1	Judgment	Как конкретизировать?	Какой итоговый продукт

Мастер-класс по работе с программой SMART Notebook и Audacity как основа для формирования вариативной части программ



Программа SMART Notebook



ЗАДАНИЕ 3.2 В процессе проведения мастер-класса зафиксируйте средства (функции), позволяющие сделать презентационный материал более функциональным

Наименование функции	Шаги выполнения
1.	
2.	
3.	
4.	

5.	
6.	
7.	
8.	

Требования к оформлению презентационного материала

№	Критерии	Показатели оценки	Примечание
1	Стиль	✓ Наличие единого стиля оформления ✓ Преобладание основной информации (текст, иллюстрации) над вспомогательной	
2	Фон	✓ Предпочтителен холодный тон фона презентации	
3	Использование цвета	✓ Применение на одном слайде не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста. ✓ Использование контрастных цветов для фона и текста	
4	Анимационные эффекты	✓ Умеренное использование анимационных эффектов (они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде)	
5	Содержание информации	✓ Использование коротких информативных слов и предложений. ✓ Привлекательность заголовка (передача сути содержания материала)	
6	Расположение информации на странице	✓ Предпочтительно горизонтальное расположение информации. ✓ Предпочтительно выравнивание информации по центру экрана.	
7	Шрифты	✓ Для заголовков кегель – не менее 24. ✓ Для информации кегель - не менее 18. ✓ Недопустимо смешивание разные типы шрифтов в одной презентации. ✓ Применение жирного, курсивного начертания, подчеркивание выделенного текста для смыслового выделения информации ✓ Недопустимо злоупотребление прописными буквами. Тип шрифта: для основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем	
8	Способы выделения информации	✓ Применение: - рамки, границы, заливку; - штриховку, стрелки; - рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.	
9	Объем информации	✓ Удержание соотношение информации на слайде: 30% – текст 70% – изображение ✓ Отображение ключевой, важной информации отдельном слайде.	
10	Правило начального (титального) слайда и заключительного (последнего) слайда	✓ Наличие на первом слайде общей информации: тема, ФИО разработчика. ✓ Наличие на заключительном слайде общей информации о ее разработчике и благодарности слушателям за внимание.	

ЗАДАНИЕ 3.3 Составить презентацию в программе SMART Notebook с целью демонстрации самопрезентации в соответствии с заданными условиями:

Структура (логика) построения ответа должна включать в себя следующие компоненты, которые можно менять местами по необходимости:

1. Автобиография.
2. Образование (основное и дополнительное образование).
3. Опыт работы (практика в процессе обучения).
4. Достижения.
5. Личностные качества.
6. Профессиональные качества.
7. Увлечения (хобби).
8. Перспектива профессиональной деятельности в соответствии с заданной ситуацией.

№	Ситуация для участников	Вопрос от экспертов
1	Вы поменяли место жительства и переехали в новый район. Планируете создать дворовую команду по футболу, собрали родителей. Убедите их, что это первоочередная задача для организации досуга их детей.	Вопрос от экспертов: Каким вы видите результат своей деятельности?

Слайд	Сопровождение	Функция Смарт
1		
2		

3		
4		
5		
6		
7		
8		



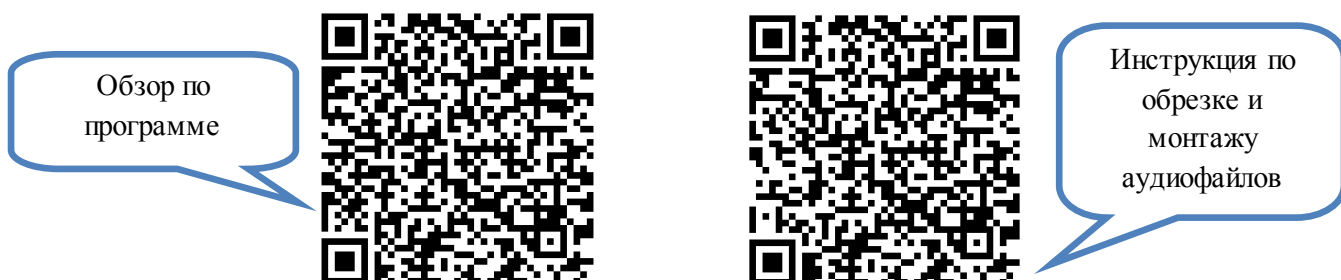
Программа Audacity



Шаги по работе с программой:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Подробная инструкция



ЗАДАНИЕ 3.4 Составить музыкальную композицию для проведения фрагмента основной части физкультурно-оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования: «Ремень для йоги и Степ-платформа» на 10 минут.

1. Какие особенности (требования) Вы учитывали при составлении музыкального сопровождения?

- _____
- _____
- _____
- _____

Модуль 4. Организация и проведение демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия. Оценка квалификации студента (выпускника) в ходе демонстрационного экзамена.



ЗАДАНИЕ 4.1 Заполните таблицу «Сравнение чемпионата WSR и Демонстрационного экзамена»

«Сравнение чемпионата WSR и Демонстрационного экзамена»

Чемпионата WSR	Демонстрационного экзамена



ЗАДАНИЕ 4.2 Разработайте план подготовки студентов к демонстрационному экзамену по стандартам Ворлдскиллс Россия.

Обязательные блоки для включения в работу:

	Эффект
Повышение квалификации преподавателей организации	
Психологический блок	
Профессиональный блок	
Стажировка (дуальное обучение)	



ЗАДАНИЕ 4.3 Разработайте план подготовки к демонстрационному экзамену по стандартам Ворлдскиллс Россия.

Модератор подготовки к демонстрационному экзамену по стандартам Ворлдскиллс Россия

Специфика деятельности	Сроки реализации



