Региональный этап Всероссийской олимпиады профессионального мастерства по укрупненным группам специальностей среднего профессионального образования УГС СПО 49.00.00 Физическая культура и спорт



**Оценочные средства к вариативной части Практического задания II уровня**

**Специальность 49.02.01 Физическая культура**

**ЗАДАНИЕ 1.** **Разработка конспекта и**

**проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке**

**Время, отводимое на выполнение задания:**

задача 1 – 60 минут;

задача 2 – 15 минут: знакомство с занимающимися – 3 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 2 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке – 10 минут.

**Максимальное количество баллов:**35баллов(задача1 – 14баллов;задача2 –21балл)

*Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности. Воспитание физических качеств является значимой стороной физического воспитания. Целенаправленное управление прогрессирующим развитием силы, быстроты, выносливости и других физических качеств затрагивает комплекс естественных свойств организма и тем самым обусловливает количественное и качественные изменения его функциональных возможностей.*

*Владение арсеналом разнообразных средств из различных видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов, определяющих успешность деятельности учителя физической культуры.*

*Одним из обязательных требований к деятельности учителя физической культуры является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.*

Региональный этап Всероссийской олимпиады профессионального мастерства по укрупненным группам специальностей среднего профессионального образования УГС СПО 49.00.00 Физическая культура и спорт

**ЗАДАЧА №1**

***Текст задачи*:**разработать конспект фрагмента основной части занятия по общей физическойподготовке (60 минут)

**Возраст занимающихся:** 16лет

**Задача занятия:**развивать скоростные способности; развивать гибкость

***Количество занимающихся:*** *6**человек*

***Условия выполнения задачи***

1)место выполнения задачи: аудитория образовательной организации;

1. время, отводимое на выполнение задачи - 60 мин;
2. материально-техническое обеспечение: компьютер с необходимым установленным офисным программным обеспечением WPS Office для оформления результатов выполнения задачи в программе WPS Writer; оформить результаты работы следует в редакторе WPS Writer, шрифт TimesNewRoman, интервал 1, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см. Абзацный отступ 12 мм.
3. для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:

*Баршай В.М. Гимнастика: учебник/ Баршай В.М, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Изд. -2 –е, доп. и перер. –Ростов н/Д:: Феникс.*

*Беляев А.В. , Савин М.В. Волейбол. Учебник для вузов. 4-е изд. М.:ТВТ Дивизион.*

*Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования -2-е изд., стер - М.: Академия.*

*Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования -7-е изд., испр. –М.: Издательский центр «Академия».*

*Крючек Е.С., Терехина Р.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. - М.: Академия.*

*Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учебник для студ. учреждений высш. образования -6-е изд. перераб. М.: Академия.*

1. необходимое оборудование и инвентарь для занятия определяется на основе предложенного перечня:

*Перечень оборудования и инвентаря для проведения занятий в рамках Олимпиады профессионального мастерства*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Оборудование и инвентарь** | **Количество** |
| 1 | Мяч баскетбольный | 11 |
| 2 | Мяч волейбольный | 11 |
| 3 | Мяч футбольный | 11 |
| 4 | Мяч набивной | 6 |
| 5 | Барьер легкоатлетический | 3 |
| 6 | Мячи теннисные | 6 |
| 7 | Конусы | 10 |
| 8 | Баскетбольные кольца | 2 |
| 9 | Фишки для разметки | 11 |
| 10 | Скамейка гимнастическая универсальная | 4 |
| 11. | Гантели  Вес: 1,00 кг,  2,00 кг  3,00кг | 22шт  2 шт.  10шт  10шт |
| 12. | Обручи | 11 |
| 13. | Маты спортивные | 8 |
| 14. | Медицинбол | 9 |
| 15. | Коврик индивидуальный | 11 |
| 16. | Палка гимнастическая | 11 |
| 17. | Скакалка гимнастическая | 11 |
| 18. | Стенка гимнастическая | 4 |
| 19. | Легкоатлетическая лестница | 1 |
| 20. | Фитболы | 11 |
| 21 | Степы | 11 |
| 22 | Бодибары | 11 |
| 23 | Изотоничесие кольца | 11 |
| 24 | Роллы | 10 |
| 25 | Йога ремни, | 11 |
| 26 | блоки для йоги | 11 |
| 27 | Полусфера Босу | 1 |
| 28 | Перекладина (турник) | 4 |
| 29 | Секундомер | 2 |
|  |  |  |
|  |  |  |

1. конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ

ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**Задача занятия:**

**Место проведения:** универсальный спортивный зал **Продолжительность фрагмента основной части занятия:** 10 минут

**Оборудование и инвентарь (количество):**

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

**ЗАДАЧА №2**

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

***Условия выполнения задачи***

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

6)место выполнения задачи: универсальный спортивный зал.