VI РАЙОННЫЙ ЧЕМПИОНАТ
по профессиональному мастерству среди
инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «НАЧАЛО»

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по компетенции

ИНСТРУКТОР ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ



Санкт-Петербург

2026

1.Конкурсное задание.

1.1. Краткое описание задания для всех категорий

Организация и проведение комплекса корригирующих упражнений, выполняемых в домашних условиях для людей с ОВЗ и инвалидностью.

Для категории «дошкольники», «младшие школьники» и «средние школьники» конкурсное задание не предусмотрено.

1.2. Структура и подробное описание конкурсного задания.

Наименование категории участника	Наименование модуля	Время проведения модуля	Полученный результат
Старшие школьники	Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием спортивного оборудования и инвентаря (по необходимости)	2 мин.	Для учащихся 10 - 11 классов с ОВЗ и/или инвалидностью Определенной нозологической группы подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости), подготовить место самостоятельных занятий для организации и демонстрации двигательных заданий, направленных на подготовку к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). *В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 18 лет (гендерный и количественный состав группыволонтеров определяет участник из предложенных).*
	Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями	6 мин.	Для учащихся 10 - 11 классов с ОВЗ и/или инвалидностью определенной нозологической группы организовать и провести двигательные задания, направленные на подготовку к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).

			В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 18 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник из предложенных).
Общее время организации, подготовки и выполнения конкурсного задания (модуль 1 + модуль 2): 90 минут			

1.3 Последовательность выполнения задания

1.3.1 Общие требования:

1) регистрация участника на конкурсной площадке;
2) инструктажи по охране труда и технике безопасности на конкурсной площадке по компетенции и в период выполнения конкурсного задания;
3) знакомство с Демонстрационной(конкурсной) площадкой и размещением спортивного инвентаря и оборудования;
4) жеребьевка последовательности выполнения / демонстрации конкурсного задания по модулю;
5) подготовка конкурсного задания модуля на рабочем месте;
6) выполнение / демонстрация конкурсного задания по модулю.

* *Примечание: По команде «Стоп!» участники сдают главному эксперту разработанные им материалы, которыми возможно воспользоваться при выполнении конкурсного задания на Демонстрационной(конкурсной) площадке.*

По окончанию времени, отведенного на подготовку конкурсного задания модуля на рабочем месте, участники демонстрируют выполнение конкурсного задания последовательно, друг за другом, в соответствии с полученным жребием, после чего покидают конкурсную площадку.

1.3.2 Старшие школьники

Модуль 1. Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьтесь волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали;
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки;
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля 1. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!».

Модуль 2. Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Организуйте начало занятия.
2. Сообщите волонтерам цель и задачи предлагаемого физкультурного занятия.
3. Сообщите волонтёрам требования по соблюдению норм техники безопасности и охраны труда во время проведения предлагаемого физкультурного занятия.
4. Проведите функциональную диагностику.

5. Выполните конкурсное задание Модуля 2. с привлечением волонтеров- демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния.
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Б. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля 2 (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»);
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля 2 уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле 2 окончено.

Примечания: При выполнении конкурсного задания: Модуля 2. Участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания! Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания Модуля 2. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле 1.! Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.

Необходимо иметь при себе в день проведения соревнований:

- Спортивная форма одежды (спортивная куртка (без капюшона и завязок), спортивные брюки, футболка, носки);
- Спортивная обувь с нескользкой подошвой;
- Свисток судейский;
- Спортивный секундомер;

Запрещено приносить на площадку:

- бейдж, идентифицирующий участника, т.к. его наличие при выполнении двигательных действий нарушает нормы техники безопасности и охраны труда;
- Гаджеты для хранения и передачи информации (в период нахождения участника на конкурсной площадке)
- Любые режущие/колющие инструменты, инструменты и/или оборудование, травмирующее участников при выполнении двигательных действий

Разрешено:

- план-конспект выполнения задания, который был разработан участником в период подготовки на рабочем месте;
- дидактические материалы, которые были разработаны участником в период подготовки на рабочем месте.

Любые материалы и оборудование, которые участник принес с собой, необходимо предъявить Экспертам для согласования.
Жюри имеет право запретить использовать любые предметы, которые будут сочтены:
- «не относящимися к выполнению конкурсных заданий»;
- «несправедливо дающее участнику преимущество»;

- «непредставленное жюри, но использованное при подготовке или выполнении конкурсного задания».

2. Критерии оценки выполнения задания

2.1. Старшие школьники

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием спортивного оборудования и инвентаря		
№	**Наименование критерия**	**Макс. баллы**
1.	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	5
2.	Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	5
3.	Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	5
4.	Целесообразность использования форм организации деятельности	5
5.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	5
6.	Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле А.	5
7.	Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле А. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	5
8.	Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	5
9.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	5
10.	Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	5
11.	Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	5
	ИТОГО за модуль	**55**
Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями		
12.	Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	3
13.	Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений	3
14.	Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	3

15.	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	3
16.	Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Б. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	3
17.	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	3
18.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	3
19.	Целесообразность использования комплекса упражнения для развития физического качества необходимое для сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	3
20.	Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	3
21.	Целесообразность использования форм организации деятельности	3
22.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	3
23.	Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	2
24.	Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	2
25.	Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	2
26.	Эффективность выполнения конкурсного задания	2
27.	Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	2
28.	Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	2
	ИТОГО за модуль	**45**
	ИТОГО всего	**100**

3.Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов для всех категорий

3.1. РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- Спортивная форма одежды
- Спортивная обувь с нескользкой подошвой
- Свисток судейский
- Спортивный секундомер

3.2. РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА ПЛОЩАДКЕ

- Мобильные телефоны
- Гаджеты для хранения и передачи информации
- Степлер
- Скобы к степлеру
- Ножницы

3.3. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ КОТОРОЕ МОЖЕТ ПРИВЕЗТИ С СОБОЙ УЧАСТНИК

- Часы наручные механические
- Электронные носители (USB- флешка/диск)
- Фитнес-браслет
- Калькулятор
- Малые мячи 20 см
- Гимнастический мяч (фитбол)
- Гантели
- Гимнастический коврик
- Скакалка
- Обруч пластмассовый
- Гимнастическая палка (стандарт)
- Конус тренировочный
- Фишки усеченные
- Флажки
- Мяч баскетбольный
- Мяч волейбольный
- Мяч волейбольный звенящий
- Мяч футбольный звенящий
- Игра бочча в мягкой сумке
- Диск здоровья
- Теннисные мячики
- Амортизатор трубчатый
- Степ платформа
- Босу
- Изотоническое кольцо
- Гимнастическая палка (бодибар) для фитнеса
- Гимнастический бодибар для фитнеса
- Ролл для фитнеса
- Ремень для йоги

* Инвентарь **НЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ** площадкой проведения. Если для выполнения конкурсного задания участнику необходим инвентарь, то его необходимо привезти с собой на площадку в день проведения чемпионата.

Любые материалы и оборудование, которые участник принес с собой, необходимо предъявить Экспертам для согласования.

Жюри имеет право запретить использовать любые предметы, которые будут сочтены: «не относящимися к выполнению конкурсных заданий»; «несправедливо дающее участнику преимущество»; «непредставленное жюри, но использованное при подготовке или выполнении конкурсного задания».