



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

Специальность 49.02.01 Физическая культура

**Квалификация – педагог по физической
культуре и спорту**

**Вариант 1
(легкая атлетика)**

ЗАДАНИЕ 1. Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке

Время, отводимое на выполнение задания: задача 1 – 90 минут; задача 2 – 20 минут: знакомство с занимающимися – 5 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 5 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке – 10 минут.

Максимальное количество баллов: 35 баллов (задача 1 – 14 баллов; задача 2 – 21 балл)

Общая физическая подготовка является обязательной составной частью тренировочного процесса на всех этапах и во все периоды спортивной подготовки спортсменов. Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс, содержание которого ориентировано на повышение функциональных возможностей, общей работоспособности, развитие координационных способностей, силы, быстроты, выносливости, гибкости, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранном виде спорта.

Чем младше возраст и ниже уровень подготовленности занимающихся, тем большее значение и больший удельный вес в тренировочных занятиях занимают средства общей физической подготовки.

Владение арсеналом разнообразных средств из своего или других видов спорта, видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов достижения высоких спортивных результатов вашими спортсменами.

Одним из обязательных требований к деятельности тренера (тренера-преподавателя) является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить тренировочные занятия по общей физической подготовке.

ЗАДАЧА №1

Текст задачи: разработать конспект фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке (45 минут)

Вид спорта: легкая атлетика

Этап спортивной подготовки: спортивно-оздоровительный этап

Задача занятия: развивать координационные способности

Количество занимающихся: 6 человек

Условия выполнения задачи

- **место выполнения задачи:** универсальный спортивный зал;
- **время, отводимое на выполнение задачи:** 90 мин;
- **материально-техническое обеспечение:** Ноутбук: HP 15-bw024ur; процессор: AMD A6-9220 3.30GHz; графика: AMD Radeon 520@1920x1080; ОЗУ: 4ГБ; ЖД: 1ТБ; ОС: Windows 10 Корпоративная; Офис: MS Office 2016 Professional; принтер: Kyocera FS-1120D
- **требования к оформлению результатов:** шрифт Times New Roman, межстрочный интервал 1, шрифт 12 кегль, поля страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см, красная строка 12 мм.

Для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:

1. Сергеев Г.А., Мурашко Е.В., Сергеева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта : лыжный спорт : учебник для студ. учреждений высш. образования – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.
2. 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 – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
3. Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.
4. Железняк Ю.Д., Нестеровский Д.И., Иванов В.А. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с.
5. Крючек Е.С. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: общеобразовательный. – М.: Академия, 2014. – 288 с.

Необходимое оборудование и инвентарь для тренировочного занятия: определяется на основе предложенного перечня:

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
1.	Бадминтон	7 шт.
2.	Балансировочная платформа	1 шт.
3.	Барьер легкоатлетический	7 шт.
4.	Баскетбольные кольца	2 шт.
5.	Бодибар (3 кг)	7 шт.
6.	Волейбольная сетка	1 шт.
7.	Ворота	2 шт.
8.	Гантели - вес (1,00 кг, 2,00 кг)	по 3 шт.
9.	Канат для перетягивания	2 шт.

10.	Клюшка для игры в хоккей	7 шт.
11.	Коврик индивидуальный	10 шт.
12.	Маты спортивные	20 шт.
13.	Мяч баскетбольный	7 шт.
14.	Мяч волейбольный	7 шт.
15.	Мяч гимнастический (65 см)	7 шт.
16.	Мяч набивной (медицинбол): 3 кг	7 шт.
17.	Мяч футбольный	7 шт.
18.	Обручи	7 шт.
19.	Палка гимнастическая	7 шт.
20.	Скакалка гимнастическая	7 шт.
21.	Скамейка гимнастическая	3 шт.
22.	Стенка гимнастическая	9 шт.
23.	Степ-платформа	7 шт.
24.	Конусы	7 шт.
25.	Фишки для разметки	1 комплект
26.	Тумба плиометрическая (разной высоты)	1 комплект
27.	Эспандер (3 уровня сопротивления)	7 шт.
28.	Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	7 шт.

Допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады. Нестандартный инвентарь предъявляется Жюри в 12.30 первого дня олимпиады. Жюри (вариативного задания II уровня) большинством голосов допускает (или не допускает оборудование к использованию). В голосовании не принимает участие член Жюри представляющий организацию заявившую оборудование.

Конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Вид спорта:

Этап спортивной подготовки:

Возраст занимающихся (определяется с учётом особенностей этапа спортивной подготовки в избранном виде спорта):

Задача занятия:

Место проведения: универсальный спортивный зал

Продолжительность фрагмента основной части занятия: 45 минут

Оборудование и инвентарь (количество):

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

Конспект распечатывается и сдается на проверку Жюри в 3 экземплярах (участнику не возвращаются). В правом верхнем углу каждого экземпляра участник указывает номер, полученный на стадии кодирования.

ЗАДАЧА №2

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

Условия выполнения задачи

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



Оценочные средства к вариативной части
Практического задания II уровня

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Квалификация – педагог по физической
культуре и спорту

Вариант 2
(гимнастика)

ЗАДАНИЕ 1. Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке

Время, отводимое на выполнение задания: задача 1 – 90 минут; задача 2 – 20 минут: знакомство с занимающимися – 5 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 5 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке – 10 минут.

Максимальное количество баллов: 35 баллов (задача 1 – 14 баллов; задача 2 – 21 балл)

Общая физическая подготовка является обязательной составной частью тренировочного процесса на всех этапах и во все периоды спортивной подготовки спортсменов. Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс, содержание которого ориентировано на повышение функциональных возможностей, общей работоспособности, развитие координационных способностей, силы, быстроты, выносливости, гибкости, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранном виде спорта.

Чем младше возраст и ниже уровень подготовленности занимающихся, тем большее значение и больший удельный вес в тренировочных занятиях занимают средства общей физической подготовки.

Владение арсеналом разнообразных средств из своего или других видов спорта, видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов достижения высоких спортивных результатов вашими спортсменами.

Одним из обязательных требований к деятельности тренера (тренера-преподавателя) является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить тренировочные занятия по общей физической подготовке.

ЗАДАЧА №1

Текст задачи: разработать конспект фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке (45 минут)

Вид спорта: легкая атлетика

Этап спортивной подготовки: спортивно-оздоровительный этап

Задача занятия: развивать координационные способности

Количество занимающихся: 6 человек

Условия выполнения задачи

- **место выполнения задачи:** универсальный спортивный зал;
- **время, отводимое на выполнение задачи:** 90 мин;
- **материально-техническое обеспечение:** Ноутбук: HP 15-bw024ur; процессор: AMD A6-9220 3.30GHz; графика: AMD Radeon 520@1920x1080; ОЗУ: 4ГБ; ЖД: 1ТБ; ОС: Windows 10 Корпоративная; Офис: MS Office 2016 Professional; принтер: Kyocera FS-1120D
- **требования к оформлению результатов:** шрифт Times New Roman, межстрочный интервал 1, шрифт 12 кегль, поля страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см, красная строка 12 мм.

Для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:

1. Сергеев Г.А., Мурашко Е.В., Сергеева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта : лыжный спорт : учебник для студ. учреждений высш. образования – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.
2. 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 – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
3. Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.
4. Железняк Ю.Д., Нестеровский Д.И., Иванов В.А. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с.
5. Крючек Е.С. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: общеобразовательный. – М.: Академия, 2014. – 288 с.

Необходимое оборудование и инвентарь для тренировочного занятия: определяется на основе предложенного перечня:

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
1.	Бадминтон	7 шт.
2.	Балансировочная платформа	1 шт.
3.	Барьер легкоатлетический	7 шт.
4.	Баскетбольные кольца	2 шт.
5.	Бодибар (3 кг)	7 шт.
6.	Волейбольная сетка	1 шт.
7.	Ворота	2 шт.
8.	Гантели - вес (1,00 кг, 2,00 кг)	по 3 шт.
9.	Канат для перетягивания	2 шт.

10.	Клюшка для игры в хоккей	7 шт.
11.	Коврик индивидуальный	10 шт.
12.	Маты спортивные	20 шт.
13.	Мяч баскетбольный	7 шт.
14.	Мяч волейбольный	7 шт.
15.	Мяч гимнастический (65 см)	7 шт.
16.	Мяч набивной (медицинбол): 3 кг	7 шт.
17.	Мяч футбольный	7 шт.
18.	Обручи	7 шт.
19.	Палка гимнастическая	7 шт.
20.	Скакалка гимнастическая	7 шт.
21.	Скамейка гимнастическая	3 шт.
22.	Стенка гимнастическая	9 шт.
23.	Степ-платформа	7 шт.
24.	Конусы	7 шт.
25.	Фишки для разметки	1 комплект
26.	Тумба плиометрическая (разной высоты)	1 комплект
27.	Эспандер (3 уровня сопротивления)	7 шт.
28.	Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	7 шт.

Допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады. Нестандартный инвентарь предъявляется Жюри в 12.30 первого дня олимпиады. Жюри (вариативного задания II уровня) большинством голосов допускает (или не допускает оборудование к использованию). В голосовании не принимает участие член Жюри представляющий организацию заявившую оборудование.

Конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Вид спорта:

Этап спортивной подготовки:

Возраст занимающихся (определяется с учётом особенностей этапа спортивной подготовки в избранном виде спорта):

Задача занятия:

Место проведения: универсальный спортивный зал

Продолжительность фрагмента основной части занятия: 45 минут

Оборудование и инвентарь (количество):

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

Конспект распечатывается и сдается на проверку Жюри в 3 экземплярах (участнику не возвращаются). В правом верхнем углу каждого экземпляра участник указывает номер, полученный на стадии кодирования.

ЗАДАЧА №2

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

Условия выполнения задачи

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



Оценочные средства к вариативной части
Практического задания II уровня

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Квалификация – педагог по физической
культуре и спорту

Вариант 3
(лыжный спорт)

ЗАДАНИЕ 1. Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке

Время, отводимое на выполнение задания: задача 1 – 90 минут; задача 2 – 20 минут: знакомство с занимающимися – 5 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 5 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке – 10 минут.

Максимальное количество баллов: 35 баллов (задача 1 – 14 баллов; задача 2 – 21 балл)

Общая физическая подготовка является обязательной составной частью тренировочного процесса на всех этапах и во все периоды спортивной подготовки спортсменов. Общая физическая подготовка представляет собой неспециализированный (или относительно мало специализированный) процесс, содержание которого ориентировано на повышение функциональных возможностей, общей работоспособности, развитие координационных способностей, силы, быстроты, выносливости, гибкости, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранном виде спорта.

Чем младше возраст и ниже уровень подготовленности занимающихся, тем большее значение и больший удельный вес в тренировочных занятиях занимают средства общей физической подготовки.

Владение арсеналом разнообразных средств из своего или других видов спорта, видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов достижения высоких спортивных результатов вашими спортсменами.

Одним из обязательных требований к деятельности тренера (тренера-преподавателя) является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить тренировочные занятия по общей физической подготовке.

ЗАДАЧА №1

Текст задачи: разработать конспект фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке (45 минут)

Вид спорта: легкая атлетика

Этап спортивной подготовки: спортивно-оздоровительный этап

Задача занятия: развивать координационные способности

Количество занимающихся: 6 человек

Условия выполнения задачи

- **место выполнения задачи:** универсальный спортивный зал;
- **время, отводимое на выполнение задачи:** 90 мин;
- **материально-техническое обеспечение:** Ноутбук: HP 15-bw024ur; процессор: AMD A6-9220 3.30GHz; графика: AMD Radeon 520@1920x1080; ОЗУ: 4ГБ; ЖД: 1ТБ; ОС: Windows 10 Корпоративная; Офис: MS Office 2016 Professional; принтер: Kyocera FS-1120D
- **требования к оформлению результатов:** шрифт Times New Roman, межстрочный интервал 1, шрифт 12 кегль, поля страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см, красная строка 12 мм.

Для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:

1. Сергеев Г.А., Мурашко Е.В., Сергеева Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта : лыжный спорт : учебник для студ. учреждений высш. образования – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.
2. 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 – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
3. Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 7-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.
4. Железняк Ю.Д., Нестеровский Д.И., Иванов В.А. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. учреждений высш. образования – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 464 с.
5. Крючек Е.С. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: общеобразовательный. – М.: Академия, 2014. – 288 с.

Необходимое оборудование и инвентарь для тренировочного занятия: определяется на основе предложенного перечня:

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
1.	Бадминтон	7 шт.
2.	Балансировочная платформа	1 шт.
3.	Барьер легкоатлетический	7 шт.
4.	Баскетбольные кольца	2 шт.
5.	Бодибар (3 кг)	7 шт.
6.	Волейбольная сетка	1 шт.
7.	Ворота	2 шт.
8.	Гантели - вес (1,00 кг, 2,00 кг)	по 3 шт.
9.	Канат для перетягивания	2 шт.

10.	Клюшка для игры в хоккей	7 шт.
11.	Коврик индивидуальный	10 шт.
12.	Маты спортивные	20 шт.
13.	Мяч баскетбольный	7 шт.
14.	Мяч волейбольный	7 шт.
15.	Мяч гимнастический (65 см)	7 шт.
16.	Мяч набивной (медицинбол): 3 кг	7 шт.
17.	Мяч футбольный	7 шт.
18.	Обручи	7 шт.
19.	Палка гимнастическая	7 шт.
20.	Скакалка гимнастическая	7 шт.
21.	Скамейка гимнастическая	3 шт.
22.	Стенка гимнастическая	9 шт.
23.	Степ-платформа	7 шт.
24.	Конусы	7 шт.
25.	Фишки для разметки	1 комплект
26.	Тумба плиометрическая (разной высоты)	1 комплект
27.	Эспандер (3 уровня сопротивления)	7 шт.
28.	Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	7 шт.

Допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады. Нестандартный инвентарь предъявляется Жюри в 12.30 первого дня олимпиады. Жюри (вариативного задания II уровня) большинством голосов допускает (или не допускает оборудование к использованию). В голосовании не принимает участие член Жюри представляющий организацию заявившую оборудование.

Конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Вид спорта:

Этап спортивной подготовки:

Возраст занимающихся (определяется с учётом особенностей этапа спортивной подготовки в избранном виде спорта):

Задача занятия:

Место проведения: универсальный спортивный зал

Продолжительность фрагмента основной части занятия: 45 минут

Оборудование и инвентарь (количество):

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

Конспект распечатывается и сдается на проверку Жюри в 3 экземплярах (участнику не возвращаются). В правом верхнем углу каждого экземпляра участник указывает номер, полученный на стадии кодирования.

ЗАДАЧА №2

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

Условия выполнения задачи

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