



Оценочные средства к вариативной части  
Практического задания II уровня

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Квалификация – учитель физической культуры

Вариант 1

**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 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 обуславливает 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.*

## ЗАДАЧА №1

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

**Раздел:** Легкая атлетика

**Возраст занимающихся:** 8 - 10 лет

**Задача занятия:** развивать скоростные-силовые способности; 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:

- Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика : учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.В. Грецов, С. В. Войнова, А. А. Германова, и др.] ; под редакцией Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.

Учебное пособие находится в электронном виде (файл: 102115893\_Gretsov.pdf) в папке Темп на Рабочем столе.

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 ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**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 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 – учитель физической культуры

Вариант 2

**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 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 обуславливает 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.*

## ЗАДАЧА №1

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

**Раздел:** Легкая атлетика

**Возраст занимающихся:** 11 - 12 лет

**Задача занятия:** развивать скоростные-силовые способности; 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:

- Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика : учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.В. Грецов, С. В. Войнова, А. А. Германова, и др.] ; под редакцией Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.

Учебное пособие находится в электронном виде (файл: 102115893\_Gretsov.pdf) в папке Темр на Рабочем столе.

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 ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**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 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 – учитель физической культуры

Вариант 3

**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 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 обуславливает 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.*

## ЗАДАЧА №1

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

**Раздел:** Легкая атлетика

**Возраст занимающихся:** 13 - 14 лет

**Задача занятия:** развивать скоростные-силовые способности; 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:

- Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика : учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.В. Грецов, С. В. Войнова, А. А. Германова, и др.] ; под редакцией Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.

Учебное пособие находится в электронном виде (файл: 102115893\_Gretsov.pdf) в папке Темп на Рабочем столе.

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 ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**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 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.