ЧЕМПИОНАТ

ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА- ЮГРЫ

«АБИЛИМПИКС – 2019»

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по компетенции

«Адаптивная физическая культура»

г.Нижневартовск

2019

Содержание

1. **Описаниекомпетенции**

Актуальность компетенции.

Основной целью адаптивной физической культуры (АФК) является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата, сенсорными нарушениями, нарушениями интеллекта специалисты по обучению, адаптации и реабилитации средствами физической культуры и спорта востребованы как никогда. Специалисты по АФК осуществляют свою профессиональную деятельность в разнообразных организациях: образовательных и досуговых учреждениях, спортивных клубах, больницах и поликлиниках, санаториях, интернатах, где в их задачи входит обучение, физическая реабилитация, составление оптимальных программ тренировок, контроль за изменением состояния лиц с различными врожденными и приобретенными возможностямиздоровья.

Потенциальными работодателями являются: общеобразовательные и профессиональные образовательные организации; образовательные организации дополнительного образования; организации и структурные подразделения АФК и адаптивного спорта; организации, реализующие программы для лиц с ОВЗ (включая инвалидов); физкультурно-оздоровительные и реабилитационные центры; лечебно- профилактические организации; санатории и дома отдыха; физкультурно- оздоровительные структуры национальных парков и рекреационных земель; туристические клубы; федеральные, региональные государственные органы исполнительной власти по ФК и С; общественные организации инвалидов и для инвалидов (федерации, ассоциации,клубы).

Отраслевой принадлежностью специалистов в данной компетенции является ряд сфер: образования; медицины; физической культуры и спорта.

Ссылка на образовательный и/или профессиональныйстандарт.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Школьники** | **Студенты** | **Специалисты** |
| **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ СТАНДАРТЫ СПО (1) и ВО (2):** | | |
| 1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02.  «Адаптивная физическая культура» | 1. ФГОС СПО по специальности  49.02.02. «Адаптивная физическая культура» | 1. ФГОС СПО по специальности  49.02.02. «Адаптивная физическая культура» |
| 2. ФГОС ВОпо направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  (адаптивная физическая культура) (уровень  бакалавриата)» | 2. ФГОС ВОпо направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)» |
| **ПРОФЕССИОНЛЬНЫЕ СТАНДАРТЫ (3, 4);** | | |
|  | 3. Профессиональный стандарт  05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре» | 4. Профессиональный стандарт  05.002 «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» |

* 1. **Требования кквалификации.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Школьники** | **Студенты** | **Специалисты** |
| ***Должен обладать профессиональными***  ***компетенциями*** по организации адаптивного  физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:   1. Создавать на спортивной площадке предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровьяобучающихся. 2. Определять цели и задачи, планировать внеурочные занятия. 3. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. 4. Применять приемы физической помощи и страховки при выполнении физическихупражнений; 5. Осуществлять   педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.   1. Анализировать учебные занятия. 2. Мотивировать обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам к участию в физкультурно-спортивной деятельности. ***Долженуметь:***  * подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; * планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально- психологическихособенностей | ***Должен обладать профессиональными***  ***компетенциями*** по организации адаптивного  физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:   1. Создавать на спортивной площадке предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровьяобучающихся. 2. Определять цели и задачи, планироватьзанятия. 3. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. 4. Применять приемы физической помощи и страховки при выполнении физическихупражнений; 5. Осуществлять   педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельностиобучающихся.   1. Анализировать учебные занятия. 2. Мотивировать обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам к участию в физкультурно-спортивной деятельности. ***Долженуметь:***  * подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование иинвентарь; * планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно- половых, морфофункциональных и индивидуально- психологических особенностей обучающихся, уровня их   физической подготовленности, характера патологии; | ***Должен обладать трудовыми***  ***умениями*** *из профессионального стандарта:*   1. Определять цель и задачи, планировать тренировочные   занятия для лиц с ограниченными возможностями  здоровья (включая инвалидов) всех  возрастных и нозологических групп с учетом специфики этапаподготовки;   1. Подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное   оборудование и инвентарь;   1. Проводить тренировочные мероприятий для лиц с ограниченными возможностями   здоровья (включая инвалидов) всех  возрастных и нозологических групп с учетом специфики этапаподготовки;   1. Формировать разностороннюю общую и   специальную технико-тактическую подготовленность, соответствующую  специфике вида адаптивногоспорта;   1. Применять приемы страховки и самостраховкипри выполнении   физических упражнений, |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии;   * устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; * использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям,   дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации  физического воспитания,  характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;   * осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся назанятии; * осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий; * анализировать отдельные занятия и егорезультаты; * применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических   упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;   * мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.   ***Должен знать:***   * цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинскимгруппам; * медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинскимгруппам; | * устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися; * использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с   педагогическими задачами, формой организации  физического воспитания,  характером патологии, функциональными  возможностями организма обучающихся;   * осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся назанятии; * осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий; * анализировать отдельные занятия и егорезультаты; * применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических   упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;   * мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.***Должензнать:*** * цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинскимгруппам; * медико-биологические и психологические основы построения физического   воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинскимгруппам;   * причины, условия возникновения,характеристику | соблюдать технику безопасности на занятиях;   1. Анализировать результаты тренировочного   занятия и оценивать процесс и результаты деятельности;   1. Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и   внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или сниженияопасности;   1. Использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций,   видеофильмов, иных образовательных ресурсов;   1. Устанавливать педагогически целесообразные отношения с обучающимися; |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп; * средства физической культуры в системе реабилитации; * показания и   противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;   * методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинскимгруппам; * приемы, способы страховки и самостраховки; * формы и методы взаимодействия с обучающимися; * виды специального оборудования, егоназначение. | и профилактику болезней отдельных нозологических групп;   * средства физическойкультуры в системереабилитации; * показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося; * методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинскимгруппам; * приемы, способы страховки и самостраховки; * формы и методы взаимодействия с обучающимися; * виды специального оборудования, егоназначение. |  |

1. **Конкурсноезадание**
   1. **Краткое описаниезадания**

**Школьники:** В ходе выполнения конкурсного задания необходимо разработать и провести комплекс утренней гигиенической гимнастики.

**Студенты:** В ходе выполнения конкурсного задания необходимо разработать и провести фрагмент основной части занятия в СМГ для учащихся, имеющих соматические заболевания.

**Специалисты:** В ходе выполнения конкурсного задания необходимо разработать и провести фрагмент учебно-тренировочного занятия по БОЧЧА по формированию технической подготовленности для лиц с поражением ОДА.

* 1. Структура и подробное описание конкурсногозадания.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование и описание модуля** | **День** | **Время демонст рации** | **Результат** |
| **Школьники** | **Модуль 1.** | Первый | 3 мин. | Подобрано |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Организация предметно- развивающей среды для проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики (без предмета, с гимнастической палкой, с пипидастрами) для обучающихся (9-11 класс), имеющим соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальноймедицинской  группе (А). | день |  | спортивное оборудование,  инвентарь, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовлено место занятия для проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики. |
| **Модуль 2.**  Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики (без предмета, с гимнастической палкой, с пипидастрами) для обучающихся (9-11 класс), имеющим соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальноймедицинской  группе (А). | Первый день | 12 мин. | Проведен комплекс утренней гигиенической гимнастики. |
| **Студенты** | **Модуль 1.**  Организация предметно- развивающей среды для проведения фрагмента основной части занятия по предложенной теме («День ЗДОРОВЬЯ», «Подготовка к сдаче норм ГТО»,  «Калейдоскоп СПОРТА») в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматическиезаболевания. | Первый день | 3 мин. | Подобраны спортивное оборудование,  инвентарь, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовлено место занятия для проведения  фрагмента основной части занятия в специальной  медицинской группе по предложенной теме для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические  заболевания. |
| **Модуль 2.**  Проведение фрагмента основной части занятия по предложенной теме («День  ЗДОРОВЬЯ», «Подготовкак | Первый день | 11 мин. | Проведен  фрагмент основной части занятия по предложенной теме в специальной |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | сдаче норм ГТО»,  «Калейдоскоп СПОРТА») в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих  соматические заболевания. |  |  | медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические  заболевания. |
| **Специалисты** | **Модуль 1.**  Организация предметно-развивающей среды для проведения фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности (бросок мяча на точность с малой, средней, дальней дистанции) в соответствии с тренировочным этапом (начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования). | Первый день | 2 мин. | Подобраны спортивное оборудование,  инвентарь, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовлено место занятия для проведения  фрагмента основной части тренировочного  занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности в соответствии стренировочным  этапом. |
|  | **Модуль 2.**  Проведение фрагмента | Первый  день | 10 мин. | Проведен  фрагмент основной части тренировочного  занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности в соответствии с тренировочным этапом соответствующего специфике вида адаптивногоспорта. |
|  | основной части |  |  |
|  | тренировочного занятия по |  |  |
|  | БОЧЧА для лиц с |  |  |
|  | поражением ОДА по |  |  |
|  | формированию технической |  |  |
|  | подготовленности (бросок |  |  |
|  | мяча на точность с малой, |  |  |
|  | средней, дальней дистанции) |  |  |
|  | в соответствии с |  |  |
|  | тренировочным этапом |  |  |
|  | (начальной подготовки, |  |  |
|  | спортивной специализации, |  |  |
|  | спортивного |  |  |
|  | совершенствования). |  |  |

* 1. **Последовательность выполнениязадания.**

**Школьники**

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики (без предмета, с предметом) для обучающихся (9-11 класс), имеющим соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).

**Последовательность выполнениязадания:**

1. Изучить конкурсноезадание.
2. Определить цель, задачи и содержание комплекса утренней гигиенической гимнастики.
3. Разработать комплекс утренней гигиенической гимнастики (без предмета, с предметом) для обучающихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе(А).
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
5. Подобрать необходимый инвентарь и оборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров- демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсногозадания.

Модуль 2. Проведение комплекса утренней гигиенической гимнастики (без предмета, с предметом,) для обучающихся (9-11 класс), имеющим соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).

**Последовательность выполнения задания:**

1. Организовать начало занятия.
2. Сообщить волонтерам цель и задачи комплекса утренней гигиенической гимнастики.
3. Выполнить задание перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда(приемы физической помощи истраховки).
4. Подвести итоги выполнения задания в соответствии с поставленной целью и задачами.
5. Сообщить экспертам об окончании выполнениязадания.
6. Убрать инвентарь и оборудование с конкурсной площадки с помощью волонтеров-демонстрантов.

* *В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный состав группы волонтеров определяетучастник).*

Студенты

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для проведения фрагмента основной части занятия по предложенной теме («День ЗДОРОВЬЯ»,

**«Подготовка к сдаче норм ГТО», «Калейдоскоп СПОРТА») в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания.**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсноезадание.
2. Определить цель, задачи и содержание фрагмента основной части занятия по заявленной теме в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматические заболевания.
3. Разработать содержание фрагмента основной части занятия в специальной медицинской группе по заявленной теме для учащихся (9-11 класс), имеющих соматическиезаболевания.
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
5. Подобрать необходимый инвентарь иоборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсногозадания.

Модуль 2. Проведение фрагмента основной части занятия по предложенной теме («День ЗДОРОВЬЯ», «Подготовка к сдаче норм ГТО», «Калейдоскоп СПОРТА») в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматическиезаболевания.

**Последовательность выполнения задания:**

1. Организовать начало занятия.
2. Сообщить волонтерам цель и задачи фрагмента основной части занятия по заявленной теме в специальной медицинской группе для учащихся (9-11 класс), имеющих соматическиезаболевания.
3. Выполнить конкурсное задание перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда(приемы физической помощи истраховки).
4. Подвести итоги выполнения конкурсного задания в соответствии с поставленной целью изадачами.
5. Сообщить экспертам об окончании выполнения конкурсногозадания.
6. Убрать инвентарь и оборудование с конкурсной площадки с помощью волонтеров-демонстрантов.

* *В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный состав группы волонтеров определяетучастник).*

Специалисты

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для проведения фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности (бросок мяча на точность с малой, средней, дальней дистанции) в соответствии с тренировочным этапом (начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования).

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсноезадание.
2. Определить цель, задачи и содержание фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности в соответствии с тренировочнымэтапом.
3. Разработать содержание фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности в соответствии с тренировочнымэтапом.
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
5. Подобрать необходимый инвентарь иоборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров- демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсногозадания.

Модуль 2. Проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической

**подготовленности (бросок мяча на точность с малой, средней, дальней дистанции) в соответствии с тренировочным этапом (начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования).**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Организовать началозанятия.
2. Сообщить волонтерам цель и задачи фрагмента основной части тренировочного занятия по БОЧЧА для лиц с поражением ОДА по формированию технической подготовленности в соответствии с тренировочнымэтапом.
3. Выполнить конкурсное задание перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда (приемы физической помощи истраховки).
4. Подвести итоги выполнения конкурсного задания в соответствии с поставленной целью изадачами.
5. Сообщить экспертам об окончании выполнения конкурсногозадания.
6. Убрать инвентарь и оборудование с конкурсной площадки с помощью волонтеров-демонстрантов.

\* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный состав группы волонтеров определяетучастник).

* 1. Критерии оценки выполнениязадания

В таблице указываются критерии оценок и их максимальный балл. Критерии оценок соответствуют конкурсным заданиям всех категорийучастников:

***Школьники. Студенты. Специалисты***.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модуль 1 Критерии** | **Наивысший балл** | **Шкала оценки** |
| Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗ компетенции. | 4 | Объективная |
| Целесообразность использования форм организации деятельности | 1 | Объективная |
| Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). | 2 | Объективная |
| Наличие методических указаний, обеспечивающихнеобходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсногозадания. | 1 | Объективная |
| Целесообразность размещения инвентаря и оборудования. | 1 | Объективная |
| Демонстрация коммуникативных навыков. 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) | 1 | Субъективная |
| Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории | 1 | Субъективная |
| Общее впечатление | 1 | Субъективная |
| **Всего** | **12** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модуль 2 Критерии** | **Наивысший балл** | **Шкала оценки** |
| Соответствие представленной цели условиям конкурсного задания. | 2 | Объективная |
| Соответствие формулировки задач (образовательная, оздоровительно- развивающая, воспитательная, коррекционно-профилактическая)  условиям конкурсного задания и представленной цели. | 4 | Объективная |
| Соответствие содержания демонстрируемого задания условиям конкурсного задания, представленным цели и задачам. | 6 | Объективная |
| Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся. | 4 | Объективная |
| Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения конкурсногозадания. | 4 | Объективная |
| Целесообразность использования форм организации деятельности | 2 | Объективная |
| Целесообразность использования методов и приемов обучения | 4 | Объективная |
| Целесообразность использования методов и приемов воспитания | 4 | Объективная |
| Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий в конкурсном задании. | 4 | Объективная |
| Осуществление контроля за дозировкой нагрузки при проведении конкурсного задания. | 4 | Объективная |
| Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). | 4 | Объективная |
| Наличие методических указаний, обеспечивающихнеобходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсногозадания. | 4 | Объективная |
| Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся). | 2 | Объективная |
| Целесообразность размещения инвентаря и оборудования. | 2 | Объективная |
| Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при проведении конкурсного задания. | 4 | Объективная |
| Логичность завершения конкурсного задания. | 4 | Объективная |
| Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания | 4 | Объективная |
| Демонстрация коммуникативных навыков. 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) | 6 | Субъективная |
| Творческий подход представленного конкурсного задания. | 4 | Субъективная |
| Оригинальность представленного конкурсного задания. | 4 | Субъективная |
| Эмоциональность представления конкурсного задания. | 4 | Субъективная |
| Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории | 4 | Субъективная |
| Общее впечатление | 4 | Субъективная |
| **Всего** | **88** |  |

1. Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов

Для всех категорий участников используется одинаковый перечень оборудования, инструментов и расходных материалов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Количество на одного | Примечание |
|  | участника |  |
| Ручка шариковая | 2 |  |
| Бумага для записей | 10 |  |
| Простой карандаш | 1 |  |
| Ластик | 1 |  |
| Цветные стикеры | 1 |  |
| Ножницы | 1 |  |
| Линейка | 1 |  |
| Степлер | 1 |  |
| Оснастка, оборудование и инструменты | |  |
| Наименование | Количество на одного | Примечание |
|  | участника |  |
| Микрофон | 1 |  |
| Ноутбук | 1 |  |
| Компьютерная мышь | 1 |  |
| Музыкальный центр | 1 |  |
| Стол | 1 |  |
| Стул | 1 |  |
| Конусы 24 см | 24 |  |
| Флажки 15х22 | 7 |  |
| Мяч баскетбольный | 7 |  |
| Мяч волейбольный | 7 |  |
| Маты гимнастические 1х2х0,1 м | 7 |  |
| Манишка (2х цветов) | 3/3 |  |
| Обруч алюминиевый (90 см) | 7 |  |
| Гимнастическая палка (100см) | 7 |  |
| Скакалка | 7 |  |
| Гимнастический коврик 1400 х 630 см х | 7 |  |
| 5 мм |  |  |
| Бочча | 1 |  |
| Гимнастический мяч (фитбол) 75 см | 7 |  |
| Медицинбол (2 кг.) | 7 |  |
| Гантели (2 кг.) | 14 |  |
| Бодибары | 6 |  |
| Координационная лестница | 2 |  |

Средства уборки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Количество на одного | Примечание |
|  | участника |  |
| Урна | 1 |  |
| Метла | 1 |  |
| Совок | 1 |  |

* С учетом участия 6 (шести) волонтеров.

**Toolbox:**

Участник для выполнения конкурсного задания должен иметь с собой спортивный костюм, спортивный секундомер, свисток, сменную обувь с нескользящей поверхностью.

Если конкурсант при выполнении задания использует печатную продукцию (плакаты, баннеры и т.п.), то ему необходимо привезти ее с собой.

Если для подготовки к выполнению задания конкурсант использует представленные организаторами технические средства (ноутбук), то электронные носители (флешка/диск) с подготовленными материалами заданий должен иметь с собой. Организаторы не предоставляют возможности распечатывать материалы.

1. Оснащение рабочих мест с учетом основныхнозологий
   1. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом основных нозологий.

Рабочее место инвалида должно обеспечивать безопасность труда, работу с незначительными или умеренными физическими, динамическими и статическими, интеллектуальными, сенсорными, эмоциональными нагрузками, исключать возможность ухудшения здоровья или травмирования инвалида.

При проектировании, реконструкции и эксплуатации специальных рабочих мест для инвалидов следует руководствоваться действующим законодательством Российской Федерации**\*** и индивидуальной программой реабилитации и абилитации (далее –ИПРА)

1.Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 19 ноября 2013 г. N 685н"Об утверждении основных требований к оснащению (оборудованию) специальных рабочих мест для трудоустройства инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности" ГАРАНТ [Электронный ресурс]. - Режим доступа:<http://base.garant.ru/70631460/#friends>;

2. Постановление от 18.05.2009г № 30 «Санитарные правила СП 2.2.9.2510-09 "Гигиенические требования к условиям труда инвалидов". ОХРАНА ТРУДА В РОССИИ [Электронный ресурс].- Режим доступа:<https://ohranatruda.ru/ot_biblio/norma/249185/>).

1. **Требования охраны труда и техникибезопасности**
   1. *Общие требованиябезопасности*
      1. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на работающих следующих опасныхфакторов:

* нарушение остроты зрения
* травмы при падении обучающихся во время проведения физических упражнений, подвижных игр и двигательныхзаданий.
  + 1. В зале для занятий по физической культуре должен быть соблюден температурный режим.
    2. Участники, эксперты и волонтеры обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации припожаре.
    3. При несчастном случае немедленно сообщить об этоморганизаторам.
    4. В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии справилам внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, могут быть удалены с конкурсной площадки в соответствии с регламентом чемпионатов Абилимпикс.

* 1. *Требования безопасности до началаработы*
     1. Включить полностью освещение зала для занятий физической культурой и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 вт/кв.м.), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32вт/кв.м.).
     2. Убедиться в исправности электрооборудования зала для гимнастических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенныхконтактов.
     3. Проверить санитарное состояние зала для занятий физической культурой и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до приходазанимающихся.
     4. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для занятий физической культурой не ниже19°С.
     5. Во избежание падения и травмированияобучающихся убедиться в том, что разметка и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен и надежнозакреплен.
  2. *Требования безопасности во времяработы*
     1. При выполнении упражнений на повышенной опоре и других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать от падения, не разрешать обучающимся самостоятельно без разрешения инструктора подниматься на высоту. Обеспечивать укладку гимнастическихматов.
     2. При выполнении упражнений и двигательных заданий соблюдать достаточные интервалы и дистанцию, чтобы не былостолкновений.
     3. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы обучающиеся приземлялись мягко на носки ступней, пружинистоприседая.
     4. При проведении упражнений, подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между обучающимися, толчков и ударов по рукам иногам.
     5. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения физических упражнений и спортивных игр, ношения спортивной одежды и спортивнойобуви.
  3. *Требования безопасности по окончанииработы*
     1. выключить электрические звуковоспроизводящиеаппараты.
     2. убрать в отведенное место спортивный инвентарь иоборудование.
     3. проветрить спортивный зал, закрыть окна, фрамуги и выключитьсвет.
  4. *Требования безопасности в случае аварийнойситуации*
     1. при возникновении пожара немедленно эвакуировать людей из зала для занятий физической культурой, сообщить о пожаре главному эксперту и организаторам или в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средствпожаротушения.
     2. при получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрацииучреждения.
     3. при поражении электрическим током немедленно отключить напряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебноеучреждение.