

«Утверждаю»



Директор ГБПОУ «Профессионально-педагогический колледж имени Р.Гамзатова» _____ Омаров Б.О.

_____ 2019г.

**ПОЛОЖЕНИЕ начального этапа Всероссийской олимпиады
профессионального мастерства обучающихся по специальностям
среднего профессионального образования**

49.02.01 «Физическая культура»

г. Буйнакск 2019 г

1. Общее положение

1.1. Олимпиада профессионального мастерства (далее - Олимпиада) проводится согласно распоряжения Минобрнауки РФ от 28.12.2017г. № 06-2068 и министерства образования и науки РД о проведении олимпиад профессионального мастерства среди обучающихся профессиональных образовательных организаций с элементами WorldSkills Russia.

1.2. Олимпиада проводится для демонстрации и оценки квалификации, обучающихся по специальности:

49.02.01 «Физическая культура».

1.3. Олимпиада состоит из 2-х частей и проводится поэтапно:

1.4. Теоретико-методическое задание. Заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний учащихся по образовательной области «Физическая культура».

1.5. Практическое задание.

Перевод профессионального текста (сообщения) с английского языка на русский.

Задание 2.

Продемонстрировать умение проводить учебное занятие по физической культуре для обучающихся школьного возраста (9-10 класс).

1.6. Олимпиада представляет собой личные соревнования, предусматривающие выполнение конкретных заданий с последующей оценкой качества, времени, пропаганда здорового образа жизни, профилактика и устранение вредных привычек, проводимые в течение определенного периода и завершающиеся церемонией чествования победителей.

1.7. Участники Олимпиады должны продемонстрировать практическую подготовку, профессиональные умения, проявить творчество и высокую культуру труда, владение профессиональной лексикой, умение на практике применять современные технологии, в т.ч. информационно-коммуникационные.

Участники Олимпиады должны обладать уверенными познаниями.

1.8. Организатор Олимпиады – ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж имени Р.Гамзатова»

2. Цели и задачи Олимпиады

2.1. Олимпиада проводится в целях выявления качества подготовки обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 «Физическая культура», дальнейшего совершенствования профессионального мастерства обучающихся образовательной организации среднего профессионального образования, закрепления и углубления умений, навыков и профессионального опыта, полученных в процессе теоретического и практического обучения, стимулирования творческого роста, повышения престижа образовательной организации, выявления наиболее одаренных и талантливых обучающихся.

2.2. Основными задачами Олимпиады являются:

- повышение интереса к своей будущей профессии и понимания ей социальной значимости;
- проверка способностей, обучающихся к системному действию в профессиональной ситуации, анализу и проектированию своей деятельности;
- демонстрация профессиональных компетенций по специальности: 49.02.01 «Физическая культура»;
- определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения;
- мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности;
- организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия;
- организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом;
- анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью;
- проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

3. Основные требования к участникам Олимпиады

3.1. К участию в Олимпиаде допускаются обучающиеся образовательной организации среднего профессионального образования в сфере Физическая культура в возрасте до 22 лет включительно.

3.2. Заявка на участие в Олимпиаде (Приложение 1) должна быть подана не позднее, чем за 5 дней до даты проведения Олимпиады.

3.3. При регистрации участник Олимпиады предъявляет паспорт и оригинал заявки.

4. Порядок и сроки проведения Олимпиады

4.1. Олимпиада проводится **19.03.2019** г. на базе ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж имени Р.Гамзатова»

4.2. Регистрация участников Олимпиады: 09.00 – 09.30.

Начало Олимпиады: 10 часов 00 минут.

4.3. Для руководства подготовкой и проведением Олимпиады создается жюри для оценки заданий различных уровней организационный комитет, состав которого утверждается Организацией.

4.4. Утвержденный состав жюри определяет: - состав участников Олимпиады. - порядок проведения этапов Олимпиады, награждения участников и победителей.

4.5. Перед началом Олимпиады его участники проходят инструктаж по правилам охраны труда и технике безопасности.

4.6. В целях обеспечения объективности проведения Олимпиады проводится предварительная жеребьевка всех участников. По результатам жеребьевки каждый участник получает индивидуальный маршрутный лист, по которому он проходит все этапы Олимпиады.

5. Программа Олимпиады (условия проведения Олимпиады)

5.1. Теоретико-методическое задание заключается в ответах на тестовые вопросы. Тематика вопросов соответствует требованиям к уровню знаний учащихся по образовательной области «Физическая культура»

5.2. Практическое задание.

Задание 1. Заключается в переводе иностранного (английского) текста на русский. Победители и призеры Олимпиады определяются по сумме баллов, полученных по результатам выполнения заданий.

Задание 2. Продемонстрировать умение проводить учебное занятие по физической культуре.

Описание объекта: разработка и проведение фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре.

Лимит времени на выполнение задания:

Разработка – 90 мин.

Проведение – 20 мин.

5.3. После выполнения задания обучающийся должен получить подтверждение члена жюри на выполнение следующего задания.

Время начала и окончания выполнения задания (включая паузы и т.п.) проставляет член жюри.

Обучающийся должен убедиться в том, что время начала указано корректно.

5.4. Методика оценки результатов определяется членами жюри в день начала проведения Олимпиады и содержит 100 процентов объективной оценки выполнения задания.

5.5. Участники Олимпиады не имеющие спортивную одежду, обувь, не прошедшие инструктаж по технике безопасности, охране здоровья к выполнению задания допускаться НЕ БУДУТ.

6. Оценка

В данном разделе описан процесс оценки конкурсного задания. Здесь также указаны характеристики оценок, процедуры и требования к выставлению оценок.

6.1. Критерии оценки:

В данном разделе определены критерии оценки и количество выставляемых баллов (субъективные и объективные). Общее количество баллов по всем критериям оценки составляет 100.

7. Общие требования техники безопасности

7.1. Участники Олимпиады должны иметь спортивную форму и сменную обувь, заявку, ручку.

7.2. Видимые ювелирные украшения запрещены.

7.3. Наличие аптечки первой помощи.

8. Подведение итогов (награждение участников Олимпиады)

8.1. Победители и призеры Олимпиады определяются по лучшим показателям выполнения олимпиадных заданий.

8.2. Каждый член жюри составляет ведомость оценки качества при выполнении заданий и подсчитывает для каждого участника Олимпиады сумму баллов.

8.3. Председатель Олимпиады заносит в протокол для каждого участника Олимпиады сумму баллов и определяет призовые места (I – III место).

8.4. Победители и призеры Олимпиады по специальности 49.02.01 «Физическая культура» награждаются Дипломами.

8.5. Остальные участники Олимпиады получают сертификат об участии в Олимпиаде.

8.6. Преподаватели, обеспечивающие подготовку победителей и призеров Олимпиады награждаются Сертификатами.

8.7. Награждение участников и победителей будет проходить на закрытии Олимпиады.

ЗАЯВКА

на участие в Олимпиаде профессионального мастерства среди обучающихся
ГБПОУ РД «Профессионально – педагогический колледж имени Р.Гамзатова» по
специальности 49.02.01 «Физическая культура»

| № п/п | Ф.И.О. участника Олимпиады (полностью) | Дата рождения |
|------------------|---|----------------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |

Руководитель _____
(Ф.И.О. полностью, должность)

Комплексные задания ЗАДАНИЕ 1.

Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части 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:

30 баллов (задача 1 - 14 баллов; задача 2 – 16 баллов)

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 культуры подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.

ЗАДАНИЕ 2. «Перевод профессионального текста (сообщения)» английский язык

Время, отводимое на выполнение задания, — 60 минут.

Максимальное количество баллов — 10 (5 баллов — перевод текста и 5 баллов ответы на вопросы по тексту).

ЗАДАЧА 1

Текст задачи: прочитайте предложенный текст и выполните перевод на русский язык.

- задание выполняется в учебной аудитории;
- для выполнения задания каждому участнику Олимпиады обеспечивается доступ персональному компьютеру с необходимым установленным офисным программным обеспечением MS OFFICE для оформления перевода в программе Microsoft Word и ответов на вопросы;
- для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться словарем в бумажном варианте;

Словари:

Мюллер ВК. Новый англо-русский словарь: ок. 1 70000 слов и словосочетаний. 2М.: Рус.яз. -Медиа, 2003. ^п 946с.

- время, отводимое на выполнение задания: 60 минут;
- перевод текста, а также ответы на вопросы следует оформить в редакторе Word, шрифт Times New Roman, интервал 1,5, шрифт 14 кегль, параметры страницы: слева 1,5 см, справа 3 см, сверху 2 см и снизу 2 см. Абзацный отступ 12 мм.
- для выполнения задания участнику предоставляется инструкция по выполнению задания.

Тестовые задания олимпиады

1. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение ...

1. физической подготовленности человека к жизни;
2. подготовки к профессиональной деятельности;
3. восстановления организма после заболеваний, травм, переутомления;
4. подготовки к спортивной деятельности;

2. Три группы задач, решаемых в процессе физического воспитания-

1. Развивающие, коррекционные, специфические;
2. Воспитательные, оздоровительные, образовательные;
3. Общепедагогические, компенсаторные, гигиенические;
4. Развивающие, оздоровительные, гигиенические;

3. Что является основным специфическим средством физического воспитания?

1. Естественные свойства природы;
2. Физическое упражнение;
3. Санитарно-гигиенические факторы;
4. Соревновательная деятельность.

4. Способ выполнения двигательного действия, позволяющий решать двигательную задачу более целесообразно и эффективно, называется ...

1. Техникoй физического упражнения;
2. Двигательным навыком;
3. Двигательным умением;
4. Двигательным «стереотипом».

5. Какие из методов и принципов проведения занятий используются на занятиях физического воспитания;

1. Фронтальный;
2. Групповой;
3. Соревновательный;
4. Индивидуальный;

6. Уроки физическая культура делятся на части?

1. Водная, основная, итоговая;
2. Разминочная, основная заключительная;
3. Подготовительная, основная, заключительная.
4. Вводно - подготовительная, основная, итоговая;

7. Что является основным критерием физического совершенства человека?

1. Качество теоретических знаний о физической культуре;
2. Уровень развития физических возможностей;
3. Состояние здоровья;
4. Социализация личности;

8. Объективно присущие физической культуре свойства, позволяющие воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества называются ...

1. Функциями физической культуры;
2. Принципами физической культуры;
3. Методами физической культуры;
4. Средствами физической культуры.

9. Достигнутые результаты в физическом совершенствовании человека и степень использования приобретенных двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни, характеризуют ...

1. Физическое образование субъекта;
2. Физическую культуру личности;
3. Физическое развитие индивида;
4. Физическое совершенство человека;

10. Назовите основные показатели развития физической культуры личности.

1. Культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах);
2. Гигиенические навыки и привычки повседневно заботиться о своем здоровье, закаливании организма, физической подготовленности;
3. Уровень физических качеств; знания в области физической культуры; мотивы и интересы к физическому совершенствованию; соблюдение гигиены и режима;
4. Рост - весовые показатели.

11. В каком документе отражены нравственные правила спортивной деятельности?

1. Олимпийская хартия;
2. Олимпийский устав;
3. Олимпийская клятва;
4. Правила соревнований.

12. Какие задачи умственного развития обучающихся решаются в процессе физического воспитания?

1. Расширение и углубление специальных знаний в сфере физической культуры;
2. Обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта; развитие познавательных и творческих способностей;
3. Содействие творческим проявлениям личности, в том числе в самопознании и самовоспитании, средствами физической культуры и спорта;
4. Формирование осмысленного отношения к занятиям физической культурой;

13. Назовите задачи развития эстетической сферы личности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

1. Воспитание способности глубоко чувствовать и оценивать красоту в сфере физической культуры и спорта и в других областях ее проявления;
2. Воспитание способности чутко воспринимать и оценивать красоту в сфере физической культуры; формирование эстетики поведения и отношений;
3. Выработка активной позиции в утверждении прекрасного;
4. Непримиимость к безобразному в любых его проявлениях.

14. Что входит в содержание интеллектуальных ценностей физической культуры?

1. Знание о методах и средствах развития физического потенциала человека;
2. Комплекс методических руководств, практических рекомендаций, пособий;
3. Способность к рациональной организации времени, собранность;
4. Развитие мышления, логики.

15. Что понимается под мобилизационными ценностями физической культуры?

1. Все то, что наработано специалистами для обеспечения процесса физической и спортивной подготовки занимающихся;
2. Личные достижения в двигательной подготовленности человека;
3. Способность к рациональной организации времени, внутренняя дисциплина, собранность, быстрота оценки ситуации и принятия решения, настойчивость;
4. Развитие потребности в физическом совершенствовании.

16. Что относится к средствам физического воспитания?

1. Подвижные игры, гимнастика, спортивные игры, туризм, плавание, лыжная подготовка;
2. Соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима дня, питания, отдыха, личная гигиена;
3. Физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы;
4. Солнце, воздух, вода.

17. Что понимается под формами занятий физическими упражнениями?

1. Способы организации учебно-воспитательного процесса;
2. Типы уроков;
3. Виды физкультурно-оздоровительной работы;
4. Структура построения занятий.

18. К занятиям, проводимым преподавателем (тренером) с постоянным составом занимающихся, относятся ...

1. Уроки физической культуры и спортивно-тренировочные занятия;
2. Аэробика, шейпинг, калланетика, атлетическая гимнастика;

3. Первенства, чемпионаты, спартакиады, отборочные соревнования и др.;
4. Туристические походы;

19. Какова структура урочных форм занятий?

1. Вводная, разминочная, восстановительная части;
2. Подготовительная, основная, заключительная части;
3. Организационная, самостоятельная, низко-интенсивная части;
4. Вводная, основная, рекреационная.

20. Как классифицируются уроки физической культуры по признаку основной направленности?

1. Уроки освоения нового материала, уроки закрепления и совершенствования учебного материала, контрольные и смешанные (комплексные) уроки;
2. ОФП, профессионально-прикладной физической подготовки, спортивно-тренировочные уроки, методико-практические занятия;
3. Уроки гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжной подготовки, подвижных и спортивных игр и т.д.;
4. Урок здоровья, спортивно-ориентированный урок;

21. В каких направлениях проявляется базовая физическая культура?

1. Физическая культура в дошкольных учреждениях и общеобразовательных учреждениях начального, общего и среднего образования;
2. Физическая культура в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования;
3. Физическая культура, представленная как учебный предмет в системе образования и воспитания; физическая культура взрослого населения;
4. Физическая культура, как самостоятельный вид занятий.

22. Основным результатом использования базовой физической культуры в общей системе образования и воспитания является ...

1. Повышение уровня физической подготовленности, длительное сохранение здоровья, творческого долголетия и дееспособности, организация здорового образа жизни;
2. Приобретение необходимого уровня образованности в сфере физической культуры;
3. Овладение жизненно важными двигательными умениями и навыками;
4. Все вышеперечисленное;

23. В чем заключается основная цель массового спорта?

1. Достижение максимально высоких спортивных результатов;
2. Восстановление физической работоспособности;
3. Повышение и сохранение общей физической подготовленности;
4. Увеличение количества занимающихся спортом.

24. Чем определяется направленность профессионально-прикладной физической культуры (ППФК)?

1. Необходимостью военно-прикладной подготовки молодых людей к предстоящей службе в армии;
2. Потребностью общества в специальной подготовке человека к конкретной профессиональной деятельности;
3. Необходимостью социальной адаптации индивида в обществе;
4. Выработкой определенных стереотипов выполнения упражнений.

25. В чем суть и назначение оздоровительно-реабилитационной физической культуры?

1. Использование физических упражнений как факторов профилактики и лечения различных заболеваний, восстановления, борьбы с переутомлением;
2. Применение методик лечебной физической культуры после травм и заболеваний в условиях стационара, в целях реабилитации;
3. Организация профилактики заболеваний у населения;
4. Повышение иммунной системы организма.

26. Процесс, направленный на воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности, называется ...

1. Тренировочным процессом;
2. Учебным процессом;
3. Физической подготовкой;
4. Физическим развитием.

27. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется ...

1. Общей физической подготовкой;
2. Специальной физической подготовкой;
3. Гармонической физической подготовкой;
4. Общим развитием.

28. Какой метод, позволяющий наращивать физическую силу, является основным?

1. Метод круговой тренировки с выполнением силовых упражнений на 8-10 станциях;

2. Переменный метод, позволяющий варьировать интервалы отдыха между подходами к снарядам, менять вес и количество повторений;
3. Метод повторного упражнения с использованием неопределенных отягощений в упражнениях, выполняемых до отказа;
4. Метод переменного непрерывного упражнения;

29. Одним из основных подходов в воспитании выносливости является ..

1. Метод переменного непрерывного упражнения;
2. Использование метода «фартлек»;
3. Метод равномерного непрерывного упражнения;
4. Метод повторного выполнения упражнения;

30. Какой метод при выработке скорости движений (бега и т. д.) признано считать ведущим?

1. Переменный метод;
2. Метод повторного выполнения двигательных действий;
3. Равномерный метод;
4. Метод круговой тренировки.

31. Какие факторы необходимо учитывать при подборе физических упражнений, способствующих качественному решению задач специальной физической подготовки?

1. Уровень физической подготовленности занимающихся, особенности конкретного вида спорта, период спортивной подготовки;
2. Цель занятий данным видом спорта; задачи, решаемые на определенном этапе спортивной подготовки;
3. Положительный и отрицательный перенос физических качеств, уровень развития физических качеств, возрастные особенности, вид спорта;
4. Состояние здоровья;

32. Процесс управления формированием двигательных умений и навыков, необходимых для успешных состязаний в избранном виде спорта, называется ...

1. Теоретической подготовкой;
2. Технической подготовкой;
3. Тактической подготовкой;
4. Психологической подготовкой.

33. Какие задачи решаются в процессе профессионально-прикладной физической подготовки?

1. Развитие физических качеств и способностей, освоение двигательных умений и навыков;
2. Обучение специальным знаниям, повышение функциональной устойчивости организма к неблагоприятным факторам трудовой деятельности;
3. Обеспечение активной адаптации человека к избранному виду трудовой деятельности;
4. Спортивное совершенство.

34. Физкультурное движение – это...

1. общественно-педагогическое явление, в содержание которого входит физическое образование и воспитание физических качеств человека;
2. социальное течение, в русле которого разворачивается совместная деятельность людей по использованию ценностей физической культуры;
3. один из прикладных видов воспитания, имеющих выраженную практическую направленность;
4. неспециализированный процесс физического воспитания, содержание которого ориентировано на то, чтобы создать широкие общие предпосылки успеха в самых различных видах деятельности.

35. Локальный акт, разрешающий занятия физической культурой в спортивном зале -

1. протокол;
2. договор;
3. акт;
4. согласование.

36. Строевые упражнения в гимнастике – это...

1. совместные действия в строю;
2. упражнения на снарядах;
3. общеразвивающие упражнения;
4. ОФП.

37. Утренняя гимнастика относится к...

1. образовательно-развивающей гимнастике;
2. оздоровительной гимнастике;
3. спортивной гимнастике;

38. ЧСС у здоровых людей в состоянии покоя составляет, в среднем

1. 40-50 уд/мин;
2. 60-80 уд/мин;
3. 100-120 уд/мин;
4. 80-100 уд/мин;

39. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования?

1. Специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) – Сан ПИН;
2. Распоряжением директора школы;
3. Инструкцией учителя физической культуры (тренера);

4. Учебной программой;

40. Какой компонент пищевых веществ выполняет пластическую функцию в процессах жизнедеятельности организма, и наиболее активно участвует в построении костной ткани и в водно-солевом обмене?

1. Углеводы;
2. Белки;
3. Минеральные вещества;
4. Жиры.

Состав жюри:

1. Магомедов М.О. учитель ФК в СОШ №10
2. Умаров Ю.У. учитель ФК СОШ №10
3. Гитиномагомедов М.М. тренер преподаватель ДЮСШ №5
4. Абдулмеджидов М.А. учитель ФК СОШ №6
5. Курбанов М.А. методист ДЮСШ №5