

**VI Региональный чемпионат «Абилимпикс»
Ленинградской области**

Утверждено РЦРД «Абилимпикс»

Ленинградской области

Протокол №1 от 26.02.2021

Руководитель центра:

_____ В.Э. Кирильчук

**Конкурсное задание
по компетенции**



**Адаптивная
физическая культура**

Ленинградская область
2021 г.

1. Описание компетенции

1.1. 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 во многих разнообразных учреждениях: 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 возможностями здоровья.

Потенциальными работодателями являются: образовательные учреждения различных видов; организации АФК и адаптивного спорта и их структурные подразделения, фитнес центры; физкультурно-оздоровительные и реабилитационные центры, лечебно-профилактические учреждения, санатории, дома-отдыха; физкультурно-оздоровительные структуры национальных парков и рекреационных земель, туристические клубы; государственные органы управления физической культурой и спортом, общественные организации инвалидов и для инвалидов (федерации, ассоциации, клубы).

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

1.2. Профессии, по которым участники смогут трудоустроиться после получения данной компетенции

Учитель/педагог адаптивной физической культуры, учитель/педагог физической культуры; инструктор по адаптивной физической культуре, инструктор по физической культуре; тренер спортивный, тренер по фитнесу; инструктор лечебной физической культуры; валеолог; массажист.

1.3. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт (конкретные стандарты)

Школьники	Студенты	Специалисты
1. ФГОС СОО	1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02. «Адаптивная физическая культура»	1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02. «Адаптивная физическая культура»
	2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)»	2. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)»
2. ФГОС ООО	3. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (магистр)	3. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (магистр)
	3. Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре»	4. Профессиональный стандарт 05.002 «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»

1.4. Требования к квалификации

Школьники	Студенты	Специалисты
<i>Должен обладать компетенциями:</i>	<i>Должен обладать профессиональными</i>	<i>Должен обладать трудовыми умениями из</i>

<p>ФГОС СОО: «Физическая культура» (базовый уровень) – требования к предметным результатам освоения базового курса физической культуры должны отражать:</p> <p>1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <p>2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p>	<p>компетенциями по ПМ. 01. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях:</p> <p>ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.</p> <p>ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.</p> <p>ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.</p> <p>ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.</p> <p>ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.</p> <p>ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.</p> <p>ПМ.02. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к</p>	<p>профессионального стандарта 05.004</p> <p>Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту:</p> <p>А/02.5 Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации:</p> <p>1. Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</p> <p>2. Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</p> <p>3. Пользоваться специализированным спортивным инвентарем и оборудованием для занятий адаптивной физической культурой,</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>5) владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>ФГОС ООО: -укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; -формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых</p>	<p>специальным медицинским группам: ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.</p> <p><i>Должен уметь:</i> - 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-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; - устанавливать</p>	<p>техническими средствами реабилитации инвалидов;</p> <p>4. Регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>5. Пользоваться контрольно-измерительными приборами и средствами измерений уровня физической подготовленности, физического состояния инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>6. Показывать инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья элементы техники выполнения упражнений;</p> <p>7. Взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) с учетом нравственных и деонтологических норм;</p> <p>8. Контролировать двигательную активность и физическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время занятия по адаптивной физической культуре;</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>видов спорта; -освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; -обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; -воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.</p> <p>Должен уметь: - подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; - использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей в соответствии с</p>	<p>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 на занятии; - осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий; - анализировать отдельные занятия и его результаты; - 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</p>	<p>9. Разъяснять правила техники безопасности при выполнении упражнений; 10. Выявлять угрозы и определять степень опасности внешних и внутренних факторов, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;</p> <p>А/03.5 Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вести пропаганду здорового образа жизни среди инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; 2. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; 3. Демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке; 4. Использовать методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия при показе техники выполнения
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>задачами и функциональными возможностями занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; - соблюдать технику безопасности на занятиях; - применять приемы контроля и самоконтроля состояния организма при занятиях физическими упражнениями. <p><i>Должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; - средства физической культуры в системе реабилитации; - показания и противопоказания к выполнению физических упражнений в связи с особенностями заболевания обучающегося. 	<p>рекреационной направленности.</p> <p><i>Должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; - медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; - 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 медицинским группам; - приемы, способы 	<p>упражнений;</p> <p>5. Пользоваться специализированным спортивным оборудованием, тренажерами, устройствами и вспомогательными средствами для совершенствования спортивной техники в адаптивном спорте, инвентарем и спортивной экипировкой;</p> <p>6. Использовать различные формы адаптивного физического воспитания, средства и методы физической реабилитации инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>7. Планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, готовить необходимые методические материалы;</p> <p>8. Мотивировать инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятиях.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	страховки и самостраховки; - формы и методы взаимодействия с обучающимися; - виды специального оборудования, его назначение.	
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

2. Конкурсное задание

2.1. Краткое описание задания

В ходе выполнения конкурсного задания необходимо провести для занимающихся с ОВЗ и/или инвалидностью:

Школьники: 2-3 подвижные игры на удлинённой перемёне в школе;

Студенты и Специалисты: 2 фрагмента основной части занятий физкультурно-оздоровительной направленности и рекреационно-досуговой направленности по физической культуре.

2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания

Наименование категории и участника	Наименование модуля	Время проведения модуля	Полученный результат
Школьник	Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для занятий и использование спортивного оборудования и инвентаря	Первый день 2 мин.	Подобран спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовлено место для проведения подвижных игр на удлинённой перемёне для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса <i>* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте</i>

			<i>от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).</i>
	Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями	Первый день 7 мин.	Разработаны, организованы и проведены не менее 2 подвижных игр на удлинённой перемене (с использованием спортивного инвентаря / оборудования) для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса
<i>Общее время выполнения конкурсного задания (модуль 1 + модуль 2): 3 часа</i>			
Студенты и Специалисты	Модуль 1. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам	Второй день 10 мин (2' + 8')**	Для учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе А (11 класс) разработан, организован и проведен фрагмент физкультурно-оздоровительного занятия с использованием современных оздоровительных технологий. <i>* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров</i>

** Примечание: по окончанию времени, отведенного на подготовку конкурсного задания модуля на рабочем месте, участники демонстрируют выполнение конкурсного задания последовательно, друг за другом, в соответствии с полученным жребием, после чего покидают конкурсную площадку. В период ожидания выхода на Демонстрационную площадку для выполнения конкурсного задания модуля участник остается / находится в комнате для участников на своем рабочем месте.*

Последовательность выполнения задания в период подготовки на рабочем месте в комнате участников:

1. Изучите конкурсное задание;
2. Определите цель, задачи и содержание своего выступления, планируемого для демонстрации в соответствии с условиями конкурса.
3. Разработайте содержание своего выступления, планируемого для демонстрации в соответствии с условиями конкурса.
4. Продумайте перечень необходимого инвентаря и оборудования для демонстрации своего выступления;
5. При необходимости подготовьте дидактические материалы;
6. Отрепетируйте выполнение задания на рабочем месте без привлечения волонтеров.

II. Особые указания для всех категорий:

Что можно?

Для выполнения конкурсного задания участники всех категорий могут взять с собой на площадку:

- план-конспект выполнения задания, который был разработан участником в период подготовки на рабочем месте в комнате участников и планшет;
- дидактические материалы, которые были разработаны участником в период подготовки на рабочем месте в комнате участников;
- материалы, указанные в разделе 3. Инфраструктурный лист в разделе «Расходные материалы, оборудование и инструменты, которые участники должны иметь при себе»;
- материалы, указанные в разделе 3. Инфраструктурный лист в разделе «Дополнительное оборудование, инструменты которое может привезти с собой участник (при необходимости)».

Что нельзя?

Участникам категорически запрещается брать с собой на Демонстрационную (соревновательную) площадку:

- бейдж, идентифицирующий участника, т.к. его наличие при выполнении двигательных действий нарушает нормы техники безопасности и охраны труда;
- спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне Инфраструктурного листа;

- аналогичное оборудование, имеющееся на конкурсной площадке;
- материалы, указанные в разделе 3. Инфраструктурный лист в разделе «Расходные материалы и оборудование, запрещенные на площадке»;

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

Общим решением эксперты имеют право запретить использовать любые предметы, которые были принесены извне и которые будут сочтены как: «не относящиеся к выполнению конкурсных заданий»; «несправедливо дающее участнику преимущество»; «непредставленное жюри, но использованное при подготовке или выполнении конкурсного задания».

Участник при выполнении конкурсного задания имеет право пользоваться инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при подготовке конкурсной площадки.

2.3.1. Школьники

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для занятий и использование спортивного оборудования и инвентаря

ЗАДАНИЕ: *Для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовить место в пределах Демонстрационной площадки для проведения подвижных игр на удлиненной перемене.*

** В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).*

Последовательность выполнения задания Модуля 1. на Демонстрационной площадке.

1. Представьте волонтерам.
2. Отберите группу «обучающихся» в количестве 6 человек из числа представленных 12 волонтеров-демонстрантов.
3. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
4. Если у вас есть время подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
5. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля 1. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите «Я закончил!»).

Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями

ЗАДАНИЕ: *Для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса разработать, организовать и провести не менее 2 подвижных игр на*

удлиненной перемене (с использованием спортивного инвентаря / оборудования).

Последовательность выполнения задания Модуля 2. на Демонстрационной площадке:

1. Организуйте начало занятия.
2. Сообщите волонтерам цель и задачи предлагаемого физкультурного занятия.
3. Сообщите волонтерам требования по соблюдению норм техники безопасности и охраны труда во время проведения предлагаемого физкультурного занятия.
4. Выполните конкурсное задание Модуля 2. с привлечением волонтеров- демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку.
5. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля 2. в соответствии с поставленной целью и задачами.
6. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля 2. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите «Я закончил!»).
7. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля 2. - с помощью волонтеров-демонстрантов уберите инвентарь и оборудование с Демонстрационной площадки.

2.3.2. Студенты и Специалисты

СТУДЕНТЫ и СПЕЦИАЛИСТЫ Модуль 1. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ЗАДАНИЕ: Для учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе А (II класс) разработать, организовать и провести фрагмент физкультурно-оздоровительного занятия с использованием современных оздоровительных технологий.

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

СТУДЕНТЫ и СПЕЦИАЛИСТЫ Модуль 2. Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ЗАДАНИЕ: Для лиц с инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент рекреационно-досугового мероприятия **ФЛЕШМОБ.**

* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 16 до 22 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет

Последовательность действий при выполнении заданий Модуля 1. и Модуля 2 в категориях: «СТУДЕНТЫ» и «СПЕЦИАЛИСТЫ» – одинакова!

А. Последовательность действий по подготовке Демонстрационной площадки для выполнения конкурсного задания по Модулю:

Перед выполнением конкурсного задания по Модулю участнику необходимо подготовить Демонстрационную площадку, выполнив последовательно действия, указанные в пунктах 1 – 5.

Время подготовки демонстрационной площадки – 2 минуты.

Остановить время подготовки демонстрационной площадки может участник, если все действия выполнены, или главный эксперт, если отведенное время истекло.

1. Представьте волонтерам.
2. Отберите группу «обучающихся» в количестве 6 человек из числа представленных 12 волонтеров-демонстрантов.
3. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь, оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
4. Если у вас есть время подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
5. Сообщите экспертам об окончании подготовки Демонстрационной площадки (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите «Я закончил!»).

Участник при выполнении конкурсного задания Модуля имеет право пользоваться инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке.

Б. Последовательность выполнения действий при выполнении задания по Модулю на Демонстрационной площадке:

1. Организуйте начало занятия.
2. Сообщите волонтерам цель и задачи предлагаемого фрагмента.
3. Сообщите волонтерам требования по соблюдению норм техники безопасности и охраны труда в предлагаемом фрагменте.
4. Выполните конкурсное задание Модуля с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку.
5. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля в соответствии с поставленной целью и задачами.
6. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите «Я закончил!»).

7. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля - с помощью волонтеров-демонстрантов убрать инвентарь и оборудование с Демонстрационной площадки.

2.4. 30% изменение конкурсного задания

К допустимым 30% изменениям конкурсного задания необходимо отнести:

Для школьников:

Модуль 2.

К допустимым 30% изменениям конкурсного задания относится изменение отклонений в состоянии здоровья обучающихся:

1. Заболевания сердечно-сосудистой системы
2. Заболевания желудочно-кишечного тракта
3. Заболевания органов дыхания

Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму занятия и особенности учащихся.

Для Студентов и Специалистов:

Модуль 1. Участникам предлагается сочетание вида двигательных способностей и предлагаемых видов оборудования, например:

1. Координационные способности: боссу + флюибол;
2. Гибкость: ремень для йоги + ролл;
3. Силовые способности: флюипамп + изотоническое кольцо.

Представленные выше сочетания видов двигательных способностей и новых видов оборудования являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами.

Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму занятия и особенности учащихся.

Для Студентов и Специалистов:

Модуль 2. Участникам предлагается тема фрагмента рекреационно-массового мероприятия: ФЛЕШМОБ для лиц с инвалидностью, например:

1. «Спорт для всех!»;
2. «Движение — это жизнь!»;
3. «Молодежь — за ЗОЖ!».

Представленные выше темы фрагмента рекреационно-массового мероприятия: ФЛЕШМОБ для лиц с инвалидностью являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами

Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму мероприятия и особенности занимающихся.

2.5. Критерии оценки выполнения задания

2.5.1. Школьники - критерии оценки выполнения задания

Общее количество баллов по каждому модулю в категории Школьники

Наименование модуля	Задание	Максимальный

		балл
Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для занятий и использование спортивного оборудования и инвентаря	Для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовить место в пределах Демонстрационной площадки для проведения подвижных игр на удлинённой перемене. <i>* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).</i>	13,9
Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями	Для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 8-9 класса разработать, организовать и провести <u>не менее 2 подвижных игр на удлинённой перемене (с использованием спортивного инвентаря / оборудования).</u> <i>* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).</i>	86,1
ИТОГО		100

Расширенные критерии оценки выполнения задания у Школьников в Модуле 1.

«Организация предметно-развивающей среды для занятий и использование спортивного оборудования и инвентаря»

Задание	№	Наименование критерия	Максимальные баллы	Объективная оценка (баллы)	Субъективная оценка (баллы)
Модуль 1. Организация	1.	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗ	2	2	-

предметно-развивающей среды для проведения подвижных игр на удлинённой перемёне (с использованием спортивного инвентаря/оборудования) для учащихся 9 класса.		компетенции.			
	2.	Выполнение контроля внешнего вида волонтеров, на предмет отсутствия посторонних предметов в одежде в соответствии с инструкцией по ТБ и ОТ	0,5	0,5	
	3.	Целесообразность использования форм организации деятельности	2	2	-
	4.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	2	2	-
	5.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	2	2	-
	6.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	2	2	-
	7.	Соблюдение временного регламента КЗ	2	2	-
	8.	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)	0,5	-	0,5
	9.	Положительно-эмоциональный отклик	0,5	-	0,5

		целевой аудитории			
	10	Общее впечатление	0,4	-	0,4
ИТОГО:					
13,9					

Расширенные критерии оценки выполнения задания у Школьников в Модуле 2.

«Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями»

Задание	№	Наименование критерия	Максимальные баллы	Объективная оценка (баллы)	Субъективная оценка (баллы)
Модуль 2. Разработка, организация и проведение подвижных игр на удлиненной перемене (с использованием спортивного инвентаря / оборудования) для учащихся 9 класса.	1.	Соответствие поставленной цели условиям конкурсного задания.	3	3	-
	2.	Соответствие представленной образовательной задачи условиям конкурсного задания и цели	2	2	-
	3.	Соответствие представленной оздоровительной задачи условиям конкурсного задания и цели	2	2	-
	4.	Соответствие представленной воспитательной задачи условиям конкурсного задания и цели	2	2	-
	5.	Соответствие представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задачи условиям конкурсного задания и цели	2	2	-
	6.	Соответствие содержания	3	3	-

	фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной образовательной задаче			
7.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной оздоровительной задаче	3	3	-
8.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной воспитательной задаче	3	3	-
9.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задаче.	3	3	-
10.	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	2,5	2,5	-
11.	Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения фрагмента.	3	3	-
12.	Целесообразность использования форм организации деятельности	2	2	-
13.	Целесообразность использования методов и приемов формирования знаний	3	3	-
14.	Целесообразность использования методов и приемов обучения двигательным действиям	3	3	-

15.	Целесообразность использования методов и приемов воспитания	3	3	-
16.	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	3	3	-
17.	Осуществление контроля за дозированием нагрузки при проведении конкурсного задания.	3	3	-
18.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	3	3	-
19.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	3	3	-
20.	Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся).	2	2	-
21.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	2	2	-
22.	Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при выполнении конкурсного задания.	2	2	-
23.	Соблюдение санитарных норм при проведении фрагмента учебного занятия	2	2	-
24.	Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы	2	2	-
25.	Полнота реализации поставленной цели в соответствии с условиями конкурсного задания	3	3	-

26.	Полнота реализации поставленной образовательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	3	3	-
27.	Полнота реализации поставленной оздоровительной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	3	3	-
28.	Полнота реализации поставленной воспитательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	3	3	-
29.	Полнота реализации поставленной коррекционно / компенсаторно /профилактической задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	3	3	-
30.	Логичность завершения конкурсного задания.	2	2	-
31.	Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	3	3	-
32.	Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания	2	2	-
33.	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	0,5	-	0,5

		контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика)			
	34.	Оригинальность и/или творческий подход представленного конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	35.	Эмоциональность представления конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	36.	Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории	0,5	-	0,5
	37.	Общее впечатление	0,6	-	0,6
ИТОГО:					
86,1					

2.5.2. Студенты и Специалисты - критерии оценки выполнения задания

Общее количество баллов по каждому модулю в категориях Студенты и Специалисты

Наименование модуля	Задание	Максимальный балл
Модуль 1. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных специальным медицинским группам.	<p>Для учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе А (11 класс) разработать, организовать и провести фрагмент физкультурно-оздоровительного занятия с использованием современных оздоровительных технологий.</p> <p><i>* В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 15 до 18 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).</i></p>	50
Модуль 2. Проведение воспитательной, рекреационно-	<p>Для лиц с инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент рекреационно-досугового мероприятия</p>	50

досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.	ФЛЕШМОБ. * В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 16 до 22 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет	
ИТОГО		100

Расширенные критерии оценки выполнения задания у Студентов и Специалистов в Модуле 1.

«Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам»

Задание	№	Наименование критерия	Максимальные баллы	Объективная оценка (баллы)	Субъективная оценка (баллы)
Модуль 1. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.	1.	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗ компетенции.	2	2	-
	2.	Выполнение контроля внешнего вида волонтеров, на предмет отсутствия посторонних предметов в одежде в соответствии с инструкцией по ТБ и ОТ	1	1	
	3.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при подготовке Демонстрационной площадки	1	1	-
	4.	Соответствие поставленной цели условиям конкурсного задания.	2	2	-
	5.	Соответствие представленной	1	1	-

	образовательной задачи условиям конкурсного задания и цели			
6.	Соответствие представленной оздоровительной задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
7.	Соответствие представленной воспитательной задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
8.	Соответствие представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
9.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной образовательной задаче	2	2	-
10.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной оздоровительной задаче	2	2	-
11.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной воспитательной задаче	2	2	-
12.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задаче.	2	2	-
13.	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и	2	2	-

	нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.			
14.	Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения фрагмента.	2	2	-
15.	Целесообразность использования форм организации деятельности	1	1	-
16.	Целесообразность использования методов и приемов формирования знаний	1	1	-
17.	Целесообразность использования методов и приемов обучения двигательным действиям	1	1	-
18.	Целесообразность использования методов и приемов воспитания	1	1	-
19.	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	2	2	-
20.	Осуществление контроля за дозированием нагрузки при проведении конкурсного задания.	2	2	-
21.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	1	1	-
22.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	1,5	1,5	-
23.	Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся).	1	1	-
24.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	1	1	-

	25.	Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при выполнении конкурсного задания.	1	1	-
	26.	Соблюдение санитарных норм при проведении фрагмента учебного занятия	1	1	-
	27.	Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы	1	1	-
	28.	Полнота реализации поставленной цели в соответствии с условиями конкурсного задания	1	1	-
	29.	Полнота реализации поставленной образовательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	30.	Полнота реализации поставленной оздоровительной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	31.	Полнота реализации поставленной воспитательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	32.	Полнота реализации поставленной коррекционно / компенсаторно /профилактической задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	33.	Логичность завершения конкурсного задания.	2	2	-

	34.	Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	2	2	-
	35.	Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания	1	1	-
	36.	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)	0,5	-	0,5
	37.	Оригинальность и/или творческий подход представленного конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	38.	Эмоциональность представления конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	39.	Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории	0,5	-	0,5
	40.	Общее впечатление	0,5	-	0,5
ИТОГО:					50

**Расширенные критерии оценки выполнения задания у Студентов и
Специалистов в Модуле 2.**

**«Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой,
оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными
возможностями здоровья»**

Задание	№	Наименование критерия	Максимальные баллы	Объективная оценка (баллы)	Субъективная оценка (баллы)
Модуль 2. Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.		Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗ компетенции.	2	2	-
	2.	Выполнение контроля внешнего вида волонтеров, на предмет отсутствия посторонних предметов в одежде в соответствии с инструкцией по ТБ и ОТ	1	1	
	3.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при подготовке Демонстрационной площадки	1	1	-
	4.	Соответствие поставленной цели условиям конкурсного задания.	2	2	-
	5.	Соответствие представленной образовательной задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
	6.	Соответствие представленной оздоровительной задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-

7.	Соответствие представленной воспитательной задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
8.	Соответствие представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задачи условиям конкурсного задания и цели	1	1	-
9.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной образовательной задаче	2	2	-
10.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной оздоровительной задаче	2	2	-
11.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной воспитательной задаче	2	2	-
12.	Соответствие содержания фрагмента условиям конкурсного задания, цели и представленной коррекционно / компенсаторно / профилактической задаче.	2	2	-
13.	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	2	2	-
14.	Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения фрагмента.	2	2	-

15.	Целесообразность использования форм организации деятельности	1	1	-
16.	Целесообразность использования методов и приемов формирования знаний	1	1	-
17.	Целесообразность использования методов и приемов обучения двигательным действиям	1	1	-
18.	Целесообразность использования методов и приемов воспитания	1	1	-
19.	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	2	2	-
20.	Осуществление контроля за дозированием нагрузки при проведении конкурсного задания.	2	2	-
21.	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	1	1	-
22.	Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	1,5	1,5	-
23.	Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся).	1	1	-
24.	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	1	1	-
25.	Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при выполнении конкурсного задания.	1	1	-
26.	Соблюдение санитарных норм при проведении фрагмента учебного занятия	1	1	-

	27.	Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы	1	1	-
	28.	Полнота реализации поставленной цели в соответствии с условиями конкурсного задания	1	1	-
	29.	Полнота реализации поставленной образовательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	30.	Полнота реализации поставленной оздоровительной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	31.	Полнота реализации поставленной воспитательной задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	32.	Полнота реализации поставленной коррекционно / компенсаторно /профилактической задачи в соответствии с условиями конкурсного задания и цели	1	1	-
	33.	Логичность завершения конкурсного задания.	2	2	-
	34.	Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	2	2	-
	35.	Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания	1	1	-
	36.	Демонстрация коммуникативных навыков. Сочетание вербальных	0,5	-	0,5

		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)			
	37.	Оригинальность и/или творческий подход представленного конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	38.	Эмоциональность представления конкурсного задания.	0,5	-	0,5
	39.	Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории	0,5	-	0,5
	40	Общее впечатление	0,5	-	0,5
ИТОГО:					50

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

3.1. Школьники, Студенты, Специалисты*

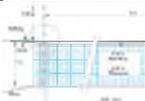
**Требование к оборудованию и инструментам разных категорий участников НЕ отличается.*

ОБОРУДОВАНИЕ НА 1-ГО УЧАСТНИКА					
№ п/п	Наименование	Фото оборудования или инструмента, или мебели	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. измерения	Необходимое кол-во
1	Малые мячи 20 см		Изготовлено из высококачественных синтетических материалов. Соответствует российским требованиям безопасности. Диаметр: 20 см. https://tdkarusel.ru/fizkulturnoe-oborudovanie/sportivnyy-inventar/myachi/?PAGEN_1=3	шт	7/10
2	Гимнастический мяч (фитбол)		https://voula.ru/moskva/sport-otdyh/trenazhery-fitness/miach-ghimnastichskii-fitbol-75-sm-alpinia-plast-5af1848965bcf1206c3a9cd2	шт	7/10
3	Гантель 0,45 кг		Гантели пластмассовые 0,45 кг, 2 шт. с наполнителем. https://www.simaland.ru/3654251/ganteli-plastmassovye-0-45-kg-2-sht-s-napolnitelem/	пара	7/10
4	Гантель 2 кг		Гантель виниловая 2 кг https://www.domsporta.com/catalog/ganteli_2_kg/	пара	7/10
5	Гимнастическая скамейка 3-4 м.		Гимнастическая скамейка для спортивного зала. Предназначена для выполнения различных	шт	3/10

			упражнений. Сделаны из надежных материалов.		
6	Гимнастический коврик 140 х 50 см х 0,6см		https://rolsporta.ru/catalog/fitness/kovriki-dlya-fitnessa?page=8	шт	7/10
7	Скакалка 2,5 м		https://rolsporta.ru/catalog/fitness/skakalki	шт	7/10
8	Обруч пластмассовый 90 см		https://rolsporta.ru/catalog/fitness/obruchi-hulahupy?page=1	шт	7/10
10	Гимнастическая палка (стандарт)		https://grig-co.ru/categories/11/742/	шт	7/10
11	Стойка для хранения палок		https://grig-co.ru/categories/11/742/	шт	2/10
12	Манишки разного цвета		Свободный крой не стесняет движения. (р. 52-54). По 3 манишки разного цвета https://www.sportmaster.ru/catalog/vidy_sporta_futbol/forma/manishki/	шт	6/10
13	Конус тренировочный, высота 46 см, с отверстиями для штанги		https://www.domsporta.com/goods/konus_trenirovochnyy_torres_tr1011_vysota_46_sm_s_otverstiyami_dlya_shtangi/	шт	10/10
14	Фишки усеченные		http://sportoptorg.ru/magazin/product/fishki-torres-plastik-polusfery-komp-iz-40-sht-4-tsveta	комплект	3/10
15	Флажки		https://igrushki-spb1.ru/products/detskie-cvetnye-flazhki-na-palochke	пара	7/10
16	Спортивный мат 2000х1000х100 мм		https://market.vandex.ru/catalog--sportivnye-maty/73594/list?local-offers-first=0&onstock=1	шт	7/10
17	Мяч баскетбольный		https://www.decathlon.ru/C-97988-basketbol-nye-mjachi	шт	7/10
18	Мяч волейбольный		https://www.sportmaster.ru/catalog/vidy_sporta_voleybol/myachi/	шт	7/10
19	Мяч волейбольный		https://www.istok-audio.com/catalog/product/my	шт	7/10

	звенящий		ach_volleybolnyy_zvenyashchiy/		
20	Мяч футбольный звенящий		https://www.smartaids.ru/catalog/product/myach-futbolnyy-zvenyashchiy/	шт	7/10
21	Игра бочча в мягкой сумке		https://www.smartaids.ru/catalog/product/igra-bochcha-v-myagkoy-sumke/	комплект	3/10
22	Медицинбол 2кг		Материал: резина Размер: 14x14x14 см Вес: 2 кг https://tdkarusel.ru/fizkulture-oborudovanie/sportivnyy-inventar/myachi/?PAGEN_1=3	шт	7/10
22	Медицинбол 1кг		Материал: резина Размер: 12x12x12 см Вес: 1 кг https://tdkarusel.ru/fizkulture-oborudovanie/sportivnyy-inventar/myachi/?PAGEN_1=3	шт	7/10
23	Диск здоровья		Диск здоровья "Стройная фигура", нагрузка до 80 кг, МИКС https://medshoppro.ru/p310853555-disk-zdorovya-strojnaya.html	шт	7/10
24	Табло перекидное 4 цифры		https://www.domsporta.com/goods/tablo_perekidnoe_4_tsifry_glav_1001/	шт	1/10
25	Табло перекидное 6 цифр		https://www.domsporta.com/goods/tablo_perekidnoe_6_tsifry_glav_1002/	шт	1/10
26	Мобильная баскетбольная стойка		https://sport-1.ru/products/5293	шт	3/10
27	Теннисные мячики		https://www.sportmaster.ru/catalog/vidy_sporta_/tennis/myachi/	шт	7/10
28	Пипидастры		https://pompons.ru/pompony-dlya-cherlidinga/pompony-ekonom-klassa/	пара	7/10

29	Амортизатор трубчатый		http://fitnessdom.ru/katalog/rezinovye-amortizatory/amortizator trubchat dittman body-tube dtx-vln/	шт	7/10
30	Степ платформа		https://market.yandex.ru/catalog--step-platformy/73835/list?local-offers-first=0&onstock=1	шт	7/10
31	Босу		Полусфера гимнастическая BOSU InEx IN/DBS60	шт	7/10
32	Изотоническое кольцо		Изотоническое кольцо Balanced Body Ultra-Lite Circle, диаметр: 38 см	шт	7/10
33	Игровой парашют		Игровой парашют большой (диаметр 3,5 м) https://inteltoys.ru/catalog/sport-i-aktivnyy-otdykh/aktivnye-igry/9069.html	шт	2/10
34	Гимнастическая палка (бодибар) для фитнеса – 2 кг.		Технические характеристики: • Цвет наконечника любой • Диаметр: 36,6 мм • Неопреновое антискользящее покрытие. Вес: 2 кг	шт	7/10
35	Гимнастический бодибар для фитнеса – 1 кг		Технические характеристики: • Цвет наконечника любой • Диаметр: 36,6 мм • Неопреновое антискользящее покрытие. Вес: 1 кг	шт	7/10
36	FluiBall 1 кг		Флюибол/медбол с прозрачной и мягкой оболочкой из специального прочного нетоксичного полимерного латекса. Мяч на 30-50% заполнен водой, окрашенной пищевым красителем с добавлением антибактериального состава. Оборудован клапаном для изменения внутреннего	шт	7/10

			давления.		
36	FLUIPUMP 6 кг		(Флюипамп) - это бодибар, который состоит из двух ФЛЮИБОЛОВ и гимнастической палки из стали с прорезиненной оболочкой. Изготовлен из безопасного негорючего материала и не содержит фталатов.	шт	7/10
37	Ролл для фитнеса		Ролл для фитнеса. Длина 90 см	шт	7/10
38	Дорожка для прыжка в длину с места		Дорожка для прыжков с разметкой. Площадка черного цвета сделана из каучука и имеет размеры от 370 -410 см	шт	2/10
39	Станок (счетчик) для отжиманий		Любой модификации от любого производителя	шт	2/10
40	Мобильные волейбольные стойки		Стойки волейбольные мобильные универсальные круглые, диам. 76 мм, с механизмом натяжения и противовесом	Комплект	1/10
41	Сетка волейбольная (антенны)		В комплект входит сетка волейбольная, 2 антенны Любой модификации от любого производителя	комплект	1/10
42	Ремень для йоги		Ремешок для йоги Материал Хлопок, полипропилен Ширина (см) 3,8 x 180 https://market.yandex.ru/search	шт	7/10
43	Контейнер-корзина для мелкого инвентаря		https://yandex.com/collections/card/5bf99c9621171800662e9780/	шт	2/10
44	Контейнер-корзина для мячей на колесиках		Корзина на 25-30 мячей SEVEN на колесиках	шт	2/10

45	Стеллаж для хранения спортивного инвентаря-1		Стеллаж для хранения мячей на колесах 130x40x200 см.. https://tdkarusel.ru/fizkulturno-e-oborudovanie/sportivnyy-inventar/myachi/?PAGEN_1=3	Шт.	2/10
46	Стеллаж для хранения спортивного инвентаря-2		Стеллаж для хранения инвентаря закрытого типа (2000x1230x500)	шт	1/10
47	Скамьи гимнастические		Для комнаты волонтеров-демонстрантов - предназначена для отдыха. Сделаны из надежных материалов.	шт	4/10
48	Контейнер для хранения гимнастических палок		https://zso-dinamika.ru/product/konteyner-dlya-hraneniya-gimnasticheskikh-palok	шт	2/10
49	Контейнер канцелярский пластиковый		Контейнер 400x335x170 мм с крышкой прозрачный Материал: полипропилен	шт	1
50	Рулетка		Рулетка, длина – 10 м.	шт	2/10
51	Совок с длинной ручкой и щетка для мусора		Любой модификации и фирмы производителя	комплект	1/10
52	Гарнитура для выступления (микрофон) или Беспроводной петличный микрофон		Вариант 1. Головная гарнитура с конденсаторным микрофоном с круговой характеристикой направленности. На передатчике кнопка включения, индикатор включения/батареи и регулятор чувствительности входа. Питание от одной батареи ААА обеспечивает до 14 часов работы. Универсальная беспроводная УВЧ система с фазовой автоподстройкой	Комплект	1/10

			<p>частоты. Приёмник со светодиодным многосегментным индикатором уровня звука и Регуляторы громкости и squelch XLR и 1/4-дюймовый несимметричные выходы с переключателем микрофонного и линейного уровня. В комплекте с блоком питания и кабелем 1/4-дюйма - 1/4-дюйма.</p> <p>Вариант 2. Микрофонная система обеспечивает высокое качество звука, 48 УВЧ каналов. Оснащена всенаправленным петличным микрофоном и выходным кабелем с разъемом XLR, стерео мини кабелем. Более 6 часов непрерывной работы. Рабочий диапазон может достигать 100 м (при условии отсутствия преграды). Источник питания: две аккумуляторные батареи АА</p>		
53	Wi-Fi роутер		https://www.dns-shop.ru/product/2af6734dc6c73361/wi-fi-router-asus-rt-ac51u/opinion/	комплект	1/10
54	Беспроводной радиомикрофон (радиосистема вокальная)		Беспроводная вокальная радиосистема, ручные микрофоны x 2	комплект	1/10
55	Проектор		Проектор для проведения презентаций перед аудиторией. Любой модификации и фирмы производителя	шт	1/10
56	Проекционный экран на треноге		Размеры экрана: 200x200 см.	комплект	1/10

57	Столик для проектора		Любой модификации и фирмы производителя	шт	1/10
58	МФУ		МФУ, технология печати - лазерный, формат печати - А4, кол-во цветов - 1, скорость ЧБ-печати (А4) до 38стр/мин, оптическое разрешение сканера 1200x1200	шт	1/10
59	USB кабель для МФУ		USB-кабель для печатающего устройства	шт	1/10
60	Колонки портативные для презентаций + Фендер		Комплект мобильной звукоусиливающей системы FENDER PASSPORT CONFERENCE	комплект	1/10
61	Телевизор (экран для отображения обратного отсчета времени)		Любой модификации и фирмы производителя Диагональ: 61-80 дюймов	шт	2/10
62	Кабель HDMI (для телевизора)		https://www.dns-shop.ru/product/e07dec3a11b53330/kabel-finepower-hdmi---hdmi-15-m/	комплект	2/10
63	Ноутбук		Ноутбук любой модификации и фирмы	шт	2/10
64	Мышка компьютерная		Мышка компьютерная любой модификации и фирмы	шт	2/10
65	Удлинитель 220 В, 5м, 3 розетки		Любой модификации и фирмы производителя	шт	5/10
66	Удлинитель 220 В, 5м, 5 розеток		Любой модификации и фирмы производителя	шт	5/10
67	Удлинитель на катушке 40 метров		Любой модификации и фирмы производителя	шт	1/10
68	Напольные кабель-каналы		Кабель-канал Legrand напольный 75x18 (кабельный короб) https://shop220.ru/30093-kabel-kanal-legrand-napolnyy-75h18.htm	шт	20/10

69	Комплект штативов акустических систем(2xSPS1)		Любой модификации и фирмы производителя	комплект	1/10
70	Усилитель мощности 2-канальный		Любой модификации и фирмы производителя	шт	1/10
71	Кабель Jack6.35 x mini Jack3.5 (для усилителя)		Любой модификации и фирмы производителя	комплект	1/10
72	Кабель для подключения динамиков к усилителю		Любой модификации и фирмы производителя	комплект	2/10
73	Keylock (замок для ноутбуков)		Устройство для механической защиты от кражи ноутбука или настольного компьютера. Устанавливается на видео порт. Запирается на ключ.	шт	4/10
74	Сетевой кабель (Бухта)		Кабель Ningbo UTP (неэкранированная витая пара), категория 5е, для внешней прокладки. Кабель содержит четыре пары одножильных проводников	шт	1/10
75	Пресс-клещи (обжимка)		Обжимной инструмент (пресс-клещи, кримперы, ПГР)	шт	1/10
76	Коннектор для сетевого кабеля (Упаковка 100 штук)		Любой фирмы производителя	шт	1/10
77	Веб-камера		Веб-камера Microsoft LifeCam Studio https://www.dns-shop.ru/product/a2ea4164ffe63120/veb-kamera-microsoft-lifecam-studio/opinion/	шт	1/10
78	Фотоаппарат		Фотоаппарат зеркальный с функцией видеосъемки	шт	1/10
79	Звуковой кабель 3.5 Jack-RCA (для фендера)		Любой фирмы производителя	шт	2/10

80	Кабель VGA (для проектора)		Любой фирмы производителя	Шт	6/10
81	Сигнальные карточки (оказания помощи)		Набор карточек с изображением "красного креста", "компьютера", "Восклицательного знака"; размер: 15 см * 25 см, материал: ламинированный картон или цветная бумага	набор	1

/РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА 1-ГО УЧАСТНИКА

№ п/п	Наименование	Фото расходных материалов	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. измерения	Необходимое кол-во
1	Ручка шариковая		https://www.komus.ru/katalog/ruchki-karandashi-markery/sharikovye-ruchki/c/6388/	шт	1
2	Простой карандаш		Карандаш чернографитный НВ заточенный с ластиком	шт	1
3	Набор цветных маркеров (4 цвета)		Набор маркеров для доски на водной основе, 4 цвета	набор	1
4	Набор текстовыделителей 4 цвета		Набор текстовыделителей 4 цвета	набор	1
5	Ластик		Универсальный ластик для графита, пастели	шт	1
6	Цветные стикеры		Стикеры 51x51 мм неоновые 5 цветов (1 блок, 250 листов)	шт	1
7	Ножницы		Ножницы канцелярские http://www.tools93.ru/goods/81954194-nozhnitsy_kantselyarskiye_praктик_210mm_66557	шт	1
8	Линейка		Линейка 30см, дерево	шт	1
9	Степлер		Степлер 25 листов с функцией "Без усилий"	шт	1
10	Скобы к степлеру		Скобы для степлера №10, 1000 штук, до 20 листов	шт	1

11	Клей карандаш		Клей-карандаш, 20 г.	шт	1
12	Клейкая лента		Клейкая лента 47мкм*48мм*150м	шт	1
13	Клейкая лента желтого цвета для сигнальной разметки пола		Клейкая лента желтого цвета для сигнальной разметки пола 50мм. https://sillar.ru/p19636950-klejkaya-lenta-dlya.html	шт	3/10
14	Бумага формата А-4		Бумага для ОфТех (А4,80г,146%СІЕ) пачка 500л.	пачка	5/10
15	Бумага цветная формата А-4		Бумага цветная OfficeSpace pale mix А4, 80г/м2, комплект -100л. (5 цветов)	КОМПЛЕКТ	2
16	Папка-планшет с зажимом А4		Папка-планшет с зажимом А4, пластиковая	шт	1
17	Папка скоросшиватель А4		Папка скоросшиватель А4	шт	4
18	Файлы для бумаги и документов А4		Файлы для бумаги и документов А4, упаковка 100 шт.	упаковка	1
19	Повязка глазная тканевая		https://www.smartaids.ru/catalog/product/povvazka-glaznaya-tkanevaya/	шт	7
20	Батарейки АА (для микрофона петличного)		Любой фирмы производителя	шт	12/10
21	Батарейки Крона (для беспроводного радиомикрофона)		Любой фирмы производителя	шт	12/10
22	Мешки под мусор 60 литров		Любой модификации и фирмы производителя	шт	3/10
23	Скотч малярный		Скотч малярный (50мм х 50м)	шт	3/10
24	Клейкая лента, прозрачная		Клейкая лента 47мкм*48мм*150м	шт	3/10
25	Скотч монтажный двусторонний (для коробов)		Скотч алюминиевый двусторонняя клейкая лента http://ast-kom.ru/	шт	1

26	Скотч армированный (для коробов)		Скотч монтажный армированный алюминиевый 75мм	шт	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ					
1	Спортивная форма одежды		По согласованию с главным экспертом (спортивная куртка, спортивные брюки, футболка)	шт	1
2	Спортивная обувь с нескользкой подошвой		По согласованию с главным экспертом	пара	1
3	Свисток судейский		По согласованию с главным экспертом	шт	1
4	Спортивный секундомер		По согласованию с главным экспертом	шт	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА ПЛОЩАДКЕ					
1	Мобильные телефоны		Запрещены в период нахождения участника на конкурсной площадке		
2	Гаджеты для хранения и передачи информации		Запрещены в период нахождения участника на конкурсной площадке		
3	Степлер		Любые режущие/колющие инструменты, инструменты и/или оборудование, травмирующее участников при выполнении двигательных действий		
4	Скобы к степлеру				
5	Ножницы				
<p>Любые материалы и оборудование, которые участник принес с собой, необходимо предъявить Экспертам для согласования.</p> <p>Жюри имеет право запретить использовать любые предметы, которые будут сочтены: «не относящимися к выполнению конкурсных заданий»; «несправедливо дающее участнику преимущество»; «непредставленное жюри, но использованное при подготовке или выполнении конкурсного задания».</p>					
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ КОТОРОЕ МОЖЕТ ПРИВЕЗТИ С СОБОЙ УЧАСТНИК					
№ п/п	Наименование	Наименование оборудо	Технические характеристики оборудования,	Ед. изме рени	Нео бход имо

		вания или инстру мента, или мебели	инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	я	е кол- во
1	Часы наручные механические		Разрешено пользоваться во время демонстрации Конкурсного задания	шт	1
2	Электронные носители (USB- флешка/диск)		Разрешен для передачи дидактических материалов в начале работы конкурсной площадки	шт	1
3	Фитнес-браслет		Разрешено во время демонстрации Конкурсного задания для личного пользования участника и определения его функционального состояния	шт	1
4	Калькулятор		Разрешен для выполнения необходимых математических вычислений во время выполнения Конкурсного задания	шт	2
Участник конкурса обязуется предоставить Главному эксперту электронный носитель (USB-флешка/диск) в день «С-1». Все материалы с электронных носителей выставляются для общего пользования на конкурсной площадке, чтобы обеспечить равноправные условия для всех участников процесса. Участник должен понимать, что представленный им материал или оборудование может быть использовано любым участником.					
ОБОРУДОВАНИЕ НА 1-ГО ЭКСПЕРТА (при необходимости)					
№ п/ п	Наименование	Фото необход имого оборудо вания или инстру мента, или мебели	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. изме рени я	Нео бход имо е кол- во

1	Стол офисный (для установки оборудования)		1400x600x750	шт	5/8
2	Стол офисный		70x70x75	шт	12/8
3	Стул посетителя офисный		Размеры: 55x80	шт	17/8
4	Автоматизирован ное рабочее место для Главного эксперта с выходом в Интернет		(ПК, клавиатура, монитор, колонки)/ ноутбук, мышь, - с выходом в Интернет	комп лект	1/8
5	МФУ		МФУ, технология печати - лазерный, формат печати - А4, кол-во цветов - 1, скорость ЧБ-печати (А4) до 38стр/мин, оптическое разрешение сканера 1200x1200	шт	1/8
6	Контейнер канцелярский пластиковый		Контейнер 400x335x170 мм с крышкой прозрачный Материал: полипропилен	шт	2/8
7	Сигнальные карточки (штрафных санкций)		Набор карточек: красная, зеленая и желтая размер 15 см * 25 см, материал: ламинированный картон или цветная бумага	комп лект	1

РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА 1-ГО ЭКСПЕРТА

№ п/ п	Наименование	Фото расходн ых материа лов	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. изме рени я	Нео бход имо е кол- во
1	Ручка шариковая		https://www.komus.ru/katalog/ruchki-karandashi-markery/sharikovye-ruchki/c/6388/	шт	1
2	Простой карандаш		Карандаш чернографитный НВ заточенный с ластиком	шт	1

3	Папка-планшет с зажимом для бумаги А-4		Папка-планшет с зажимом для бумаги Ах4	шт	1
4	Короб архивный		Короб архивный (240×330 мм), 120 мм, 2 завязки, бумвинил, до 1000 листов	шт	4/8
5	Бумага цветная формата А-4		Бумага цветная OfficeSpace pale mix А4, 80г/м2, комплект -100л. (5 цветов)	комплект	1/8
6	Папка-регистратор 80 мм		Папка-регистратор 80 мм - до 600 листов, А4, пластик	шт	3/8
7	Папка скоросшиватель А4		Папка скоросшиватель А4	шт	25/8
8	Файлы для бумаги и документов А4		Файлы для бумаги и документов А4, упаковка 100 шт.	упаковка	5/8
9	Накопитель для бумаг вертикальный А4, 3 секции, 240мм		Накопитель для бумаг вертикальный Attache А4, 3 секции, серый, 240мм	шт	3/8
10	Бумага формата А-4		Бумага для ОфТех (А4,80г,146%СІЕ) пачка 500л.	Пачка	6/8
11	Картридж черно-белый для МФУ		Картридж лазерный, черно-белый, для МФУ	шт	3/8
12	Картриджи цветные для МФУ: синий / красный / желтый / черный		Картриджи цветные (комплект) https://www.km-shop.ru/toner/konica-minolta-bizhub/C227/TN-221CMYK.html	шт	1/8
13	Кабельные стяжки (хомуты) 100 шт в упаковке)		Любой фирмы производителя	шт	2/8

ОБЩАЯ ИНФРАСТРУКТУРА КОНКУРСНОЙ ПЛОЩАДКИ (при необходимости)

№ п/п	Наименование	Фото необходимого оборудо	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на	Ед. измерения	Необходимое
-------	--------------	---------------------------	-------------------------------------------------------------------	---------------	-------------

		вания, средств а индиви дуально й защиты	сайт производителя, поставщика		КОЛ- ВО
1	Демонстрационная площадка		с нескользящим покрытием и разметкой по периметру - 5м*9м, и средней линией. Ширина разметки 5 см. Цвет разметки желтый.	шт	1
2	Покрытие для занятий физкультурой и спортом		Плотное покрытие (8 мм) – 10 м ² https://www.stroukomfort.ru/category/sportivnye-pokritiya/	м ²	100
3	Клейкая лента для укладки ковровых покрытий		Клейкая лента для укладки ковровых покрытий, 50 мм x 3,5 м,	шт	30
4	Клейкая лента универсальная		Клейкая лента универсальная 3М 2903S, 50 мм x 50 м	шт	30
5	Клейкая лента желтого цвета для сигнальной разметки пола		Клейкая лента желтого цвета для сигнальной разметки пола 50мм. https://sillar.ru/pl9636950-kleikava-lenta-dlya.html	шт	5
6	Стул посетителя офисный		Размеры: 55x80	шт	18
7	Вешалка для одежды напольная (для участников)		Вешалка для одежды напольная любых производителей, длина – не менее 1,5 м	шт	10
8	Папка-планшет с зажимом А4		Папка-планшет с зажимом А4, пластиковая	шт	1
9	Клейкая лента/малярный скотч		Малярный скотч 50мм*40 метров	шт	3
10	Ручка шариковая		https://www.komus.ru/katalog/ruchki-karandashi-markery/sharikovye-	шт	2

			ruchki/c/6388/		
11	Простой карандаш		Карандаш чернографитный НВ заточенный с ластиком	шт	2
12	Набор цветных маркеров (4 цвета)		Набор маркеров для доски на водной основе, 4 цвета	набор	1
13	Корзина для мусора		Любой модификации и фирмы производителя	шт	5
14	Кожный антисептик для рук		Гель кожный антисептик для рук, 1 л.	шт	14
15	Салфетки влажные бактерицидные		Влажные антибактериальные салфетки АКВАЭЛЬ MEDICAL 60 шт https://ru.all.biz/vlazhnye-antibakterialnye-salfetki-akvael-medical-g1141173	шт	30
16	Порошковый огнетушитель ОП-4		Класс В - 55 В Класс А - 2 А	шт	1
17	Аптечка		Нашатырный спирт, стерильная вата и бинт, бактерицидный пластырь, эластичный бинт	шт	1

КОМНАТА УЧАСТНИКОВ (необходимо)

№ п/п	Наименование	Фото необходимого оборудования или инструмента, или мебели, или расходных материалов	Технические характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. измерения	Необходимое количество
1	Ноутбук		Ноутбук любой модификации и фирмы	шт	1
2	Принтер		Лазерный принтер	шт	1

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПЛОЩАДКЕ/КОММЕНТАРИИ

№ п/п	Наименование	Наименование необходимо	Технические характеристики оборудования,	Ед. измерения	Необходимо
-------	--------------	-------------------------	------------------------------------------	---------------	------------

		имого оборудо вания или инстру мента, или мебели	инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	я	е кол- во
1	Точки электропитания		Количество точек электропитания с общей мощностью не менее - 11 Квт.	шт	4
2	Интернет		Вайфай, скорость не менее - 10 Мбит	Мбит	10
3	Точка доступа (роутер)		Роутер wi-fi https://www.dns-shop.ru/product/2af6734dc6c73361/wi-fi-router-asus-rt-ac51u/opinion/	шт	1
4	Кулер для воды		Кулер для воды настольный без охлаждения	шт	5
5	Бутилированная вода		Пищевой продукт, представляющий собой воду, разлитую в пластиковые бутылки – 19 л.	шт	15
6	Стаканчики пластиковые для воды (для участников)		Стаканчики пластиковые для воды из экологически чистых материалов	Упак овка 100 шт.	10

4. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом всех основных нозологий

Специальное 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/).

Наименование нозологии	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество.**
Рабочее место участника с нарушением слуха	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями слуха;</p> <p>Для слабослышащих участников можно предусмотреть звукоусиливающую аппаратуру, телефон громкоговорящий акустическая система, информационная индукционная система, индивидуальные наушники.</p>
Рабочее место участника с нарушением зрения	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями зрения:</p> <p>а) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-</p>

			<p>контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций;</p> <p>б) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта, озвучивания визуальной информации на экране монитора с использованием специальных аппаратных и программных средств, в том числе, адаптированного тактильного дисплея и аудиодисплея (синтезатора речи).</p>
<p>Рабочее место участника с нарушением ОДА</p>	<p>2,25 м.кв.</p>	<p>1,5 м</p>	<p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим реализацию эргономических принципов; предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов. а для участников, передвигающихся в кресле-коляске, выделить 1 - 2 первых стола в ряду у дверного проема; в случае необходимости персональный компьютер, оснащенный выносными компьютерными кнопками и специальной клавиатурой; персональный компьютер, оснащенный ножной или головной мышью и виртуальной экранной клавиатурой, персональный компьютер, оснащенный компьютерным джойстиком или</p>

			<p>компьютерным роллером и специальной клавиатурой.</p> <p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места специальными механизмами и устройствами, позволяющими изменять высоту и наклон рабочей поверхности, положение сиденья рабочего стула по высоте и наклону, угол наклона спинки рабочего стула, оснащение специальным сиденьем, обеспечивающим компенсацию усилия при вставании,</p> <p>Для инвалидов, передвигающихся на креслах-колясках, с учетом выполняемой трудовой функции предусматривают:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим возможность подъезда к рабочему месту и разворота кресла-коляски.
Рабочее место участника с соматическими заболеваниями	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также инвалиды вследствие других соматических заболеваний условия труда на рабочих местах должны соответствовать оптимальным и допустимым по микроклиматическим параметрам. На рабочих местах не допускается присутствие вредных химических веществ, включая аллергены, канцерогены, оксиды металлов, аэрозоли преимущественно фиброгенного действия.</p> <p>Не допускается наличие тепловых излучений; локальной вибрации, электромагнитных излучений,</p>

			<p>ультрафиолетовой радиации.</p> <p>Уровни шума на рабочих местах и освещенность должны соответствовать действующим нормативам.</p> <p>Использовать столы - с регулируемой высотой и углом наклона поверхности; стулья (кресла) - с регулируемой высотой сиденья и положением спинки.</p>
<p>Рабочее место участника с ментальными нарушениями</p>	<p>1,5 м.кв.</p>	<p>1,5 м</p>	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие нервно-психических заболеваний:</p> <p>создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия среды, в том числе: температура воздуха в холодный период года при легкой работе + 21-24 °С; при средней тяжести работ - 17 - 20 °С; влажность воздуха в холодный и теплый периоды года 40 - 60 %; отсутствие вредных веществ: аллергенов, канцерогенов, аэрозолей, металлов, оксидов металлов; электромагнитное излучение - не выше ПДУ; шум - не выше ПДУ (до 81 дБА); отсутствие локальной и общей вибрации; отсутствие микроорганизмов, продуктов и препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов, белковые препараты.</p> <p>Оборудование должно быть безопасное и комфортное в пользовании (устойчивые конструкции, прочная установка и фиксация, простой способ пользования без сложных систем включения и выключения, с автоматическим выключением при неполадках; расстановка и расположение, не</p>

		<p>создающие помех для подхода, пользования, передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью и в то же время не затрудняющие досягаемость; исключение острых выступов, углов, ранящих поверхностей, выступающих крепежных деталей).</p> <p>Требования к условиям и организации труда на рабочих местах инвалидов вследствие заболеваний нервной системы:</p> <p>Для участников создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия среды, в том числе: температура, влажность, скорость движения воздуха, тепловое излучение в рабочей зоне в соответствии с санитарными нормами; уровни шума не должны быть выше предельно допустимых; отсутствие воздействия общей и локальной вибрации; инфразвука; ультразвука; постоянного магнитного поля; статического электричества; электрического поля промышленной частоты; электромагнитного излучения радиочастотного диапазона; постоянного лазерного излучения; вредных химических веществ, в том числе канцерогенов, аллергенов, оксидов металлов, микроорганизмов - продуцентов, препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов.</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5. Схема застройки соревновательной площадки (для всех категорий участников: Школьники, Студенты, Специалисты)

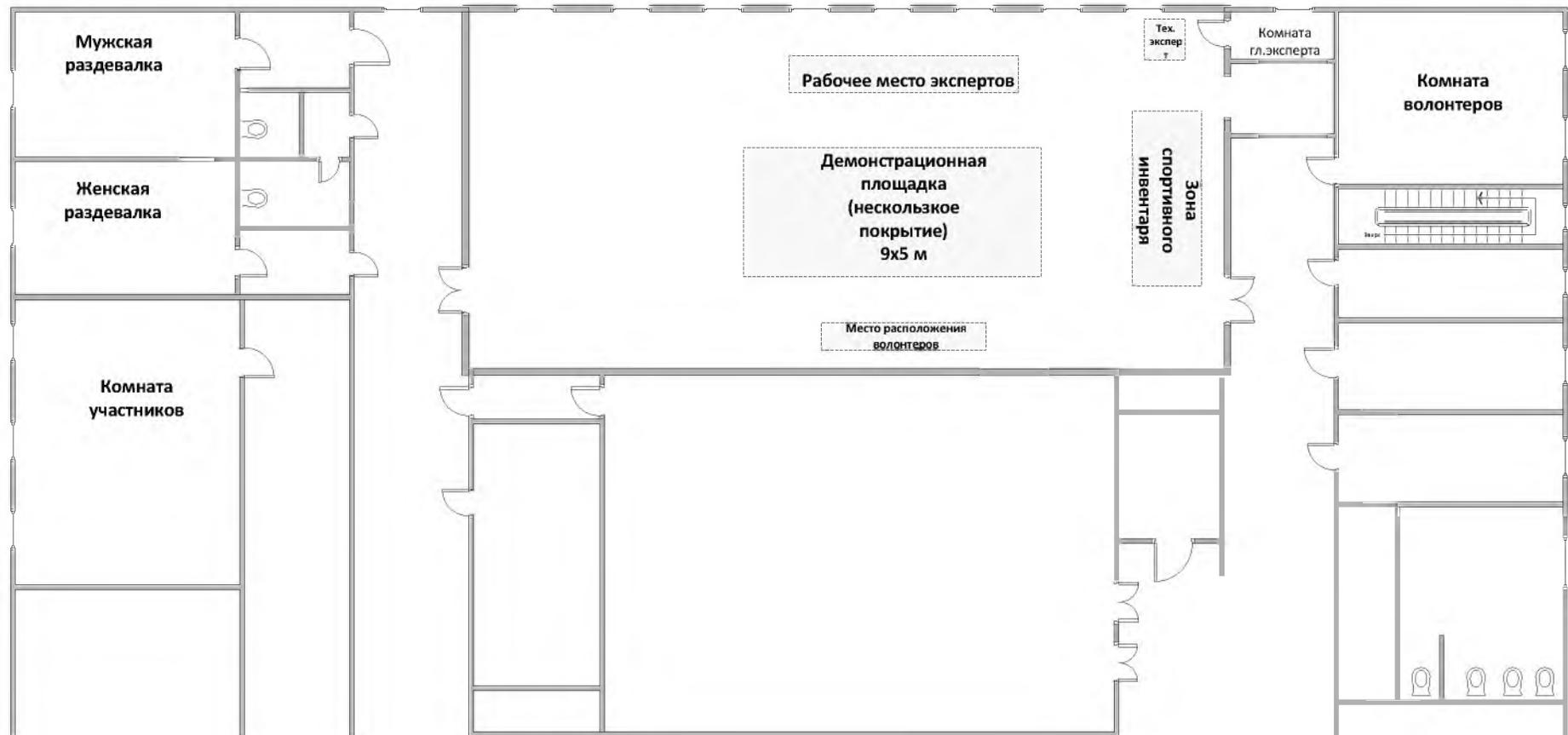


Рис. 1. Схема застройки конкурсной площадки по компетенции
Адаптивная физическая культура

5.2 Порядок застройки конкурсной площадки

Застройка площадки выполняется за 1-2 дня до проведения чемпионата и в день С-1 должна быть готова для ознакомления экспертов и участников.

План застройки площадки представляет собой документ, в котором графически указаны размеры, помещения, расположение рабочих мест и зон экспертов, так же указаны пути эвакуации из помещения. Данный документ должен соответствовать нормам и требованиям СанПин РФ по компетенции. Примерный план застройки площадки представлен в Конкурсном задании пункт 5.1. «Схема застройки соревновательной площадки на 10 рабочих мест для всех категорий участников (школьники, студенты, специалисты)».

В застройке конкурсной площадки по компетенции адаптивная физическая культура для системы конкурсов Абилимпикс необходимо учитывать ряд особенностей:

- зонирование конкурсной площадки: зона «Демонстрационной площадки»; рабочая зона экспертов; зона рабочих мест участников для подготовки конкурсного задания; зона размещения спортивного инвентаря и оборудования; зона размещения информационно-коммуникационных средств передачи информации; зона волонтеров-демонстрантов; комната главного эксперта/экспертов; спортивные раздевалки для участников (мужская и женская).

Застройка конкурсной площадки соответствует нормам СанПин РФ для проведения занятий по физической культуре и спорту

При проведении соревнований по компетенции адаптивная физическая культура на территории крупномасштабных объектов (павильоны, манежи и т.д.) по периметру конкурсной площадки необходимо расположить панели, отделяющие ее от др. конкурсных площадок (допускается панели высотой от 1,5 метров и выше). При этом, вдоль конкурсной площадки, со стороны расположения зоны «Демонстрационной площадки», рекомендуется расположить прозрачные панели высотой - 1,5 метра. При выполнении участниками конкурсных заданий такие панели дают возможность исключить «выкатывание» спортивного инвентаря на прилегающие территории и предупредить нарушение норм техники безопасности для гостей и сопровождающих лиц.

Зона «Демонстрационной площадки» должна соответствовать следующим требованиям:

1. Размеры - 5х9 метров;
2. Покрытие – нескользящее. Поверхность площадки окрашена неяркими, приглушенными тонами, отличными от цвета покрытия всей конкурсной площадки.

Важно: в этой зоне на покрытии не должны проходить никакие технические короба!!! – это нарушение требований Т/Б.

3. Ограничительные линии по периметру «Демонстрационной площадки» шириной 5 сантиметров яркой окраски (рекомендуется желтый цвет);
4. Деление зоны «Демонстрационной площадки» на две равные части с помощью средней линии. Средняя линия шириной 5 сантиметров той же окраски, что и по периметру (рекомендуется желтый цвет);
5. Удаленность зоны «Демонстрационной площадки» не менее чем на 1,5-3 метра от любых стен, вертикальных стоек, препятствий и сложных/острых поверхностей.

В «Рабочей зоне экспертов» необходимо установить столы и стулья в соответствии с количеством экспертов. Эта зона располагается вдоль зоны «Демонстрационной площадки». Рекомендуется располагать зону экспертов вдоль длинной прямой. Удалять рабочую зону экспертов от демонстрационной площадки на расстояние 2-3 метров. Эксперт должен иметь свободный доступ для наблюдения за выполнением конкурсного задания участником и обзора материалов, демонстрируемых участником на экране.

Зона «Комната участников» должно обеспечивать безопасность при подготовке конкурсного задания, работу с незначительными или умеренными физическими, динамическими и статическими, интеллектуальными, сенсорными, эмоциональными нагрузками, исключать возможность ухудшения здоровья или травмирования инвалида. Всего в зоне устанавливается 10 рабочих мест, устанавливается кулер.

Эта комната имеет размеры: ширина 7м x длина 6 м, вход шириной 1,5 м. для въезда на коляске и закрываются дверью. Периметр зоны обустраивается непрозрачными высокими панелями. Высота панелей 2-2,5 м

При проектировании, реконструкции и эксплуатации специальных рабочих мест для участников следует руководствоваться действующим законодательством Российской Федерации и индивидуальной программой реабилитации и абилитации (далее – ИПРА). В Конкурсном задании раздел 4. «Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом всех основных нозологий», где в таблице представлено описание норм и требований к рабочим местам участников с нарушением слуха, зрения, соматическими заболеваниями, с ментальными нарушениями и с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Индивидуально, каждому участнику на его рабочем месте предоставляется возможность пользования расходными материалами в соответствии с инфраструктурным листом.

Если конкурсное задание подразумевает разработку методических материалов с дальнейшим их представлением экспертному сообществу для оценивания, то в зоне рабочих мест участников для подготовки конкурсного задания на персональном рабочем месте необходимо установить индивидуальное автоматизированное рабочее место

(персональный компьютер, клавиатура, мышь, монитор, колонки) с выходом в Интернет.

«Зона размещения спортивного инвентаря и оборудования» должна находиться за пределами зоны демонстрационной площадки, но быть доступной для участника при подготовке к демонстрации конкурсного задания. Спортивный инвентарь должен быть рационально размещен для оптимального обзора участником и выложен на стеллажах и/или в спортивных корзинах, дабы исключить его «выкатывание».

Зона размещения информационно-коммуникационных средств передачи информации должна давать возможность качественно демонстрировать необходимые материалы, сопровождающие выполнение конкурсного задания. **Обеспечить розетки для электричества.**

«Зона волонтеров-демонстрантов» застраивается гимнастическими скамейками. В этой зоне волонтеры-демонстранты ожидают свою очередь выхода на демонстрационную площадку. Эта зона по периметру может быть отделены невысокими панелями от 1,5 м., устанавливается кулер. Размеры: (ширина 3х6 м. длина), входы шириной по 1 м. - дверь.

В **«Комнате экспертов/главного эксперта»** устанавливается индивидуальное автоматизированное рабочее место (персональный компьютер, клавиатура, мышь, монитор, колонки, принтер) с выходом в Интернет для работы главного эксперта, столы и стулья по количеству экспертов, расходные материалы в соответствии с инфраструктурным листом, устанавливается кулер.

Эта комната по периметру должна быть отделена непрозрачными панелями высотой 1,5-2,5 м., Размеры: (ширина 4х6 м. длина), вход шириной 1 м. - закрывается дверью.

«Спортивные раздевалки для участников» (мужская и женская) внутри устанавливаются шкафчики для вещей и вешалки напольные, устанавливается кулер,

Эти 2 комнаты по периметру должны иметь непрозрачные панели высотой 2-2,5 метра. Размеры каждой - ширина 3х длина 7 м., входы шириной 1,5 м. (для въезда на коляске) - закрываются дверью.

6. Требования охраны труда и техники безопасности

6.1. Общие требования охраны труда и техники безопасности

1.1. К самостоятельному выполнению заданий в компетенции «Адаптивная физическая культура» по стандартам «Абилимпикс» допускаются:

- участники от 14 до 65 лет лет;
- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;

- не имеющие противопоказаний к выполнению заданий компетенции «Адаптивная физическая культура» в Абилимпикс по состоянию здоровья.

1.2. Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции среди участников:

- при входе участников на конкурсную площадку – предоставляется возможность обработки рук кожными антисептиками, предназначенными для этих целей (в том числе с помощью установленных дозаторов), или дезинфицирующими салфетками с установлением контроля за соблюдением данной гигиенической процедуры;

- контроль температуры тела участников при входе в организацию (предприятие) и в течение рабочего дня (по показаниям) с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры) с обязательным отстранением от нахождения на конкурсной площадке лиц с повышенной температурой тела и с признаками инфекционного заболевания;

- информирование участников о необходимости соблюдения правил личной и общественной гигиены: режима регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками - в течение всего конкурсного дня и после каждого посещения туалета;

- уборка помещений с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия, уделив особое внимание дезинфекции дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и стульев работников, оргтехники), мест общего пользования (комнаты участников и раздевалки, площадки и оборудование для занятия спортом и т.п.) - с кратностью обработки каждые 2 часа;

- наличие в организации запаса дезинфицирующих средств для уборки помещений и обработки рук участников и экспертов, а также СИЗ органов дыхания (маски и/или респираторы) на случай выявления лиц с признаками инфекционного заболевания;

- регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;

- по возможности - применение в конкурсных помещениях бактерицидных ламп и рециркуляторов воздуха закрытого типа с целью регулярного обеззараживания воздуха.

Следует учитывать, что участники, эксперты и все лица обязаны выполнять требования санитарного законодательства, а также постановлений и предписаний должностных лиц, осуществляющих федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор при проведении спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий.

1.3. В процессе выполнения заданий компетенции «Адаптивная физическая культура» в Абилимпикс и нахождения на территории и в помещениях места проведения соревнования по компетенции, участник обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;

- не заходить за ограждения и в технические помещения;
- соблюдать личную гигиену;
- принимать пищу в строго отведенных местах;
- самостоятельно использовать спортивный инвентарь и оборудование, разрешенные к выполнению конкурсного задания;
- оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в гардеробной;
- снимать ювелирные украшения, часы.

1.4. Участник для подготовке конкурсного задания использует канцелярские принадлежности, инвентарь и оборудование, представленные в пункте «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурного лист».

1.5. Участник для выполнения конкурсного задания использует спортивный инвентарь и оборудование, представленные в пункте «Общая инфраструктура конкурсной площадки (при необходимости)» в разделе «Инфраструктурного лист».

1.6. При выполнении конкурсного задания на участника могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

Физические:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при использовании неисправного спортивного оборудования;
- травмы при выполнении травмоопасных физических упражнений без использования страховки и гимнастических матов;
- большие физические нагрузки, не соответствующие возрастной категории и здоровью учащихся;
- травмы при падении на скользком покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время упражнений с мячами;
- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игр, при падениях на площадке.

Психологические:

- напряжение внимания;
- повышенная ответственность.

1.7. Применяемые во время выполнения конкурсного задания средства индивидуальной защиты:

- спортивный костюм;
- спортивная обувь с нескользкой подошвой;
- медицинская маска для лица;
- перчатки резиновые / хлопчатобумажные;
- влажные салфетки антибактериальные.

1.8. Знаки безопасности, используемые на рабочем месте, для обозначения присутствующих опасностей:

- Огнетушитель
- Указатель выхода

- Указатель запасного выхода
- Аптечка первой медицинской помощи
- Запрещается курить

1.9. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся экспертам. В помещении комнаты экспертов находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы. В случае возникновения несчастного случая или болезни участника, об этом немедленно уведомляется главный эксперт. Главный эксперт принимает решение о назначении дополнительного времени для участия. В случае отстранения участника от дальнейшего участия в демонстрационном соревновании по компетенции в виду болезни или несчастного случая, он получит баллы за любую завершённую работу. Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в Форме регистрации несчастных случаев и в Форме регистрации перерывов в работе.

1.10. Участники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом Abilimpics Russia. Несоблюдение участником норм и правил ОТ и ТБ ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или перманентному отстранению аналогично апелляции.

6.2. Требования охраны труда и техники безопасности перед началом работы

Перед началом выполнения конкурсного задания участники должны выполнить следующее:

2.1. В подготовительный день все участники должны ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с Техническим описанием компетенции. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом.

2.2. Подготовить рабочее место, проверить внешним осмотром:

- отсутствие посторонних предметов на рабочем месте и вокруг него;
- состояние полов (отсутствие выбоин, неровностей, скользкости, открытых трапов, посторонних предметов);
- исправность применяемого спортивного инвентаря и оборудования;
- проверить надежность установки спортивного оборудования.

Обо всех обнаруженных неисправностях спортивного оборудования и инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщить главному эксперту и техническому эксперту и приступить к работе только после их устранения.

2.3. Провести разминку.

2.4. Подготовить инвентарь и оборудование, разрешенный к самостоятельной работе и представленный в пункте «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист».

Правила подготовки к выполнению конкурсного задания и целесообразность размещения на площадке:

- маты гимнастические должны быть чистыми и ровными, без дефектов;

- конусы и фишки для футбола устанавливаются на достаточном расстоянии др. от друга на ровной поверхности без выбоин и выступов;

- поверхность для размещения инвентаря и оборудования должна быть ровной, без выступов;

- мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные) - имеют достаточный отскок, поверхность гладкая без трещин;

- поверхность спортивного инвентаря без выступов и зазоров, не имеют узлов и сколов, и/или соответствует техническим требованиям / описанию, и требования техники безопасности (обручи, палки, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, мобильные баскетбольные стойки, мобильные волейбольные стойки и т.д. в соответствии с пунктом «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист»);

2.5. В день проведения соревнования по компетенции изучить содержание и порядок проведения модулей конкурсного задания, а также безопасные приемы их выполнения.

Проверить пригодность спортивного оборудования и инвентаря визуальным осмотром.

Привести в порядок спортивный костюм и спортивную обувь: застегнуть спортивную форму на все пуговицы (завязать завязки, шнурки, застегнуть молнию), не допуская свисающих концов одежды.

Не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые и бьющиеся предметы, снять бейдж.

2.6. Всегда, перед началом выполнения конкурсного задания и/или в процессе подготовки рабочего места: - осмотреть и привести в порядок рабочее место; - убедиться в достаточности освещенности; - проверить (визуально) исправность спортивного оборудования и инвентаря.

2.7. Подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее.

2.8. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности спортивного оборудования и инвентаря.

О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить эксперту и до устранения неполадок к заданию не приступать.

6.3. Требования охраны труда и техники безопасности во время работы

3.1. При выполнении заданий участнику необходимо соблюдать требования безопасности при использовании спортивного инвентаря и оборудования разрешенного к самостоятельной работе и представленного в пункте «Общая инфраструктура конкурсной площадки (при необходимости)» в разделе «Инфраструктурный лист».

Правила подготовки к выполнению конкурсного задания и целесообразность размещения на площадке:

- маты гимнастические должны быть чистыми и ровными, без дефектов;

- конусы и фишки для футбола устанавливаются на достаточном расстоянии др. от друга на ровной поверхности без выбоин и выступов;

- поверхность для размещения инвентаря и оборудования должна быть ровной, без выступов;

- мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные) - имеют достаточный отскок, поверхность гладкая без трещин;

- поверхность спортивного инвентаря без выступов и зазоров, не имеют узлов и сколов, и/или соответствует техническим требованиям / описанию, и требования техники безопасности (обручи, палки, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, мобильные баскетбольные стойки, мобильные волейбольные стойки и т.д. в соответствии с пунктом «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист»);

3.2. При выполнении заданий компетенции «Адаптивная физическая культура» в Абилимпикс и уборке рабочих мест:

- необходимо быть внимательным,

- не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;

- соблюдать настоящую инструкцию;

- соблюдать правила эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;

- поддерживать порядок и чистоту на рабочем месте;

- выполнять задания только на исправном спортивном оборудовании.

3.3. При демонстрации конкурсного задания:

- выполнять только ту работу, по которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен;

- применять необходимые для безопасной работы исправный спортивный инвентарь и оборудование;

- соблюдать правила перемещения в пределах конкурсной площадки;

- не выполнять упражнения без предварительной разминки;

- не выполнять травмоопасные упражнения без страховки;

- при выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- перед выполнением упражнений с мячами посмотреть, нет ли людей в зоне бросков;
- не находиться в зоне бросков;
- не подавать снаряд для метания друг другу броском;
- во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку;
- начинать задание/игру, делать остановки и заканчивать только по команде (сигналу);
- строго выполнять правила проведения задания;
- избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков;
- при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы; - внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы).

3.4. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования:

- прекратить эксплуатацию неисправного или сломавшегося спортивного инвентаря и оборудования, прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом эксперту.

6.4. Требования охраны труда и техники безопасности в случае аварийной ситуации

4.1. При обнаружении неисправности или поломки спортивного инвентаря и оборудования, участнику следует немедленно сообщить о случившемся экспертам.

Выполнение конкурсного задания продолжить только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения у участника плохого самочувствия или получения травмы сообщить об этом эксперту.

4.3. При поражении участника электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь (самопомощь) пострадавшему, сообщить эксперту, при необходимости обратиться к врачу.

4.4. При появлении во время выполнения конкурсного задания боли в руках, ногах, покраснения кожи или потёртостей на ладонях участие в задании прекратить и сообщить о случившемся экспертам, которые должны принять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшим, вызвать скорую медицинскую помощь, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.5. При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить главного эксперта и экспертов. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями главного эксперта или эксперта,

заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники.

При обнаружении очага возгорания на площадке необходимо любым возможным способом постараться загасить пламя в "зародыше" с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

При возгорании одежды попытаться сбросить ее. Если это сделать не удастся, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облиться водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

4.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходите близко к нему, предупредите о возможной опасности находящихся поблизости экспертов или обслуживающий персонал.

При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию экспертов, при необходимости эвакуации возьмите с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдайте осторожность, не трогайте поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода.

В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

6.5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Привести в порядок рабочее место. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.2. По окончании работы выключить электрооборудование и надежно обесточить при помощи рубильника или устройства его заменяющего и предотвращающего случайный пуск.

5.3. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.4. Не производить уборку мусора, отходов непосредственно руками, использовать для этих целей щетки, совки и другие приспособления.

5.5. Сообщить эксперту о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях спортивного оборудования и инвентаря, и других факторах, влияющих на безопасность выполнения конкурсного задания.

Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности

1. Общие сведения о месте проведения чемпионата, расположении компетенции, особенности питания участников и экспертов, месторасположении санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичного пожаротушения.
2. Время начала и окончания проведения соревнований.
3. Нахождение посторонних лиц на площадке.
4. Контроль требований охраны труда участниками и экспертами.
5. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождение на территории проведения чемпионата.
6. Общие обязанности участника и экспертов по охране труда.
7. Общие правила поведения во время выполнения конкурсных заданий и на территории.
8. Основные требования санитарии и личной гигиены.
9. Средства индивидуальной и коллективной защиты, необходимость их использования.
10. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первой помощи.
11. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой эвакуации и пожарными выходами.