

**Департамент образование и науки Тюменской области  
Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение Тюменской области  
«Тюменский колледж производственных и социальных технологий»**

Утверждено  
протоколом заседания  
организационного комитета регионального этапа  
Олимпиады по УГС 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА И СПОРТ  
от \_\_\_\_\_ г. № \_\_\_\_\_

**Фонд оценочных средств  
регионального этапа Всероссийской олимпиады профессионального мастерства обучающихся  
по специальностям среднего профессионального образования в 2019-2020 учебном году  
профильного направления 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
по специальностям:  
49.02.01 Физическая культура  
49.02.02 Адаптивная физическая культура**

Наименование ПОО ТО Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Тюменской области «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

## 1. Задание «Тестирование» (I уровень)

Разработчики ФОС

ФИО	Должность	Наименование задания (уровень)
		Задание «Тестирование» (I уровень)
Акшинский Денис Николаевич	Преподаватель специальных дисциплин	Задание «Тестирование» (I уровень)
Рачев Андрей Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	Задание «Тестирование» (I уровень)
Черемнова Олеся Владимировна	Преподаватель специальных дисциплин	Задание «Тестирование» (I уровень)
Максимова Людмила Николаевна	Преподаватель БЖД	Задание «Тестирование» (I уровень)
Микушина Оксана Анатольевна	Преподаватель специальных дисциплин	Задание «Тестирование» (I уровень)
Ямщикова Диана Шамильевна	Преподаватель анатомии и физиологии	Задание «Тестирование» (I уровень)
Шевченко Олеся Владимировна	Преподаватель информационных технологий	Задание «Тестирование» (I уровень)
Буланбаева Кульзира Шаяхметовна	Преподаватель специальных дисциплин	Задание «Тестирование» (I уровень)

### Задание «Тестирование» (I уровень)

№ п/п	Наименование темы вопросов	Кол-во вопросов	Формат вопросов				Макс. балл
			Выбор ответа	Открытая форма	Вопрос на соответствие	Вопрос на установление послед.	
	Инвариантная часть тестового задания						
1	Информационные технологии в профессиональной деятельности	4	1	1	1	1	1
2	Системы качества, стандартизации и сертификации	4	1	1	1	1	1
3	Охрана труда, безопасность жизнедеятельности, безопасность окружающей среды	4	1	1	1	1	1
4	Экономика и правовое обеспечение профессиональной деятельности	4	1	1	1	1	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	Вариативный раздел тестового задания (специфика УГС)*			Любые 3 вопроса			
1	Оборудование, материалы, инструменты	4	1	3			1
2	Биомеханика двигательной деятельности	4	1	3			1

3	Терминология физической культуры и спорта	4	1	3	1
4	Теория и методика обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей	4	1	3	1
5	Основы антидопингового обеспечения	4	1	3	1
6	Теория и методика организации физкультурно-спортивной работы	4	1	3	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>6</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>10</b>

### Эталон задания:

#### Задание №1

Вопрос:

Естественный способ передвижения человека называется \_\_\_\_\_

Запишите ответ:

\_\_\_\_\_

#### Задание №2

Вопрос:

За повторное нарушение антидопинговых правил срок дисквалификации по сравнению с первым

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) назначается пожизненная дисквалификация
- 2) увеличивается
- 3) сокращается
- 4) не изменяется

#### Задание №3

Вопрос:

Некоторые из этих понятий не относятся к основным классам программного обеспечения ПК.

Укажите, какие именно

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) системное
- 2) прикладные
- 3) административные
- 4) сервисные

#### Задание №4

Вопрос:

Циклическое двигательное действие, естественный способ перемещения человека, выполняемый отталкиванием от грунта, в котором чередуются одноопорные и полетные фазы называется \_\_\_\_\_

Запишите ответ: \_\_\_\_\_

#### Задание №5

Вопрос:

Препарат входящий в состав запрещенного употребления для восстановления организма?

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) мельдоний
- 2) аспирин
- 3) парацетамол
- 4) анальгин

Задание №6

Вопрос:

Станок для упора ног спортсмена в стартовой позиции, снабжённый устройствами для крепления на беговой дорожке:

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) стартовые колодки
- 2) поддерживающая опора
- 3) сигнальная разметка
- 4) барьер

Задание №7

Вопрос:

Мышцы человека составляют волокна сколько \_\_\_\_\_ типов (вставить слово вместо пропуска)

Запишите ответ: \_\_\_\_\_

Задание №8

Вопрос:

Решения задач в процессе обучения двигательному действию (последовательность)

Укажите порядок следования всех 4 вариантов ответа:

1. добиться выполнения основы техники двигательного действия в целом;
2. создать общее представление о двигательном действии и установку на овладение им
3. совершенствовать индивидуальные детали техники двигательного действия
4. последовательно разучить общие детали и усовершенствовать пространственные, временные и динамические характеристики техники двигательного действия

Задание №9

Вопрос:

При выполнении акробатического элемента занимающийся выполняет вращательное движение с последовательным касанием опоры и переворачиванием через голову. Акробатический элемент называется

Запишите ответ: \_\_\_\_\_

Задание №10

Вопрос:

Укажите условное наименование изображенного на рисунке положения в соответствии с терминологией физической культуры и спорта:

Изображение:



Выберите один из 5 вариантов ответа:

- 1) руки перед собой
- 2) руки вперед
- 3) руки параллельно полу
- 4) руки прямо

5) вертикальное положение тела с сомкнутыми ногами

Задание №11

Вопрос:

Укажите условное наименование изображенного на рисунке положения в соответствии с терминологией физической культуры и спорта:

Изображение:



Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) упор на коленях, руки на пояс
- 2) стойка на коленях
- 3) стойка на коленях, руки на пояс
- 4) упор на коленях

Задание №12

Вопрос:

Укажите условное наименование изображенного на рисунке положения в соответствии с терминологией физической культуры и спорта:

Изображение:



Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) выставление согнутой ноги вперед, руки на пояс
- 2) полуприсед на одной, руки на пояс
- 3) выставление ноги вперед, руки на пояс
- 4) выпад, руки на пояс

Задание №13

Вопрос:

Укажите соответствие для всех 4 вариантов ответа:

1) манипулятор	1) память
2) хранение информации	2) процессор
3) обработка информации	3) клавиатура
4) устройства ввода и вывода	4) мышь

Задание №14

Вопрос:

К какому ЧС относятся лесные пожары?

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) экологические
- 2) техногенные
- 3) природные
- 4) экономические

Задание №15

Вопрос:

Неурочные формы - это

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) занятия, проводимые как специалистами (организованно), так и самими занимающимися (самостоятельно) с целью активного отдыха, укрепления здоровья, развития физических качеств
- 2) спортивно-тренировочные занятия в секциях, соревновательные формы, утренняя гимнастика
- 3) занятия, проводимые преподавателем с постоянным составом занимающихся
- 4) уроки физической культуры

Задание №16

Вопрос:

Спортивным инвентарём и оборудованием и его предназначением (вопрос на соответствие)

Укажите соответствие для всех 4 вариантов ответа:

1) для выполнения различных физкультурно-спортивных упражнений, страховки, предупреждения травматизма при падениях	1) утяжелители
2) для укрепления (коррекция) осанки, развитие координации движений, усложнение некоторых физкультурно-спортивных упражнений	2) скакалка гимнастическая
3) для укрепления мышц ног, брюшного пресса, кардиосистемы	3) палка гимнастическая
4) для усиления нагрузки при выполнении общеразвивающих упражнений	4) мат спортивный

Задание №17

Вопрос:

Уровень овладения двигательным действием, при котором управление движениями осуществляется при активной роли мышления, называется

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) двигательной одаренностью
- 2) двигательным умением
- 3) двигательным навыком
- 4) техническим мастерством

Задание №18

Вопрос:

Установите соответствие между видами и факторами, определяющими силу и скорость сокращения мышц

Укажите соответствие для всех 3 вариантов ответа:

1) режим работы мышц, значение внешней нагрузки	1) физиологические
2) количество мышечных волокон, длина мышечных волокон	2) анатомические
3) частота разрядов, число активных двигательных единиц	3) биомеханические

Задание №19

Вопрос:

Укажите правильную последовательность оказания первой помощи пострадавшему работнику на производстве:

Укажите порядок следования всех 5 вариантов ответа:

- Удалить пострадавшего из опасной зоны;
- Выявить признаки жизни и смерти;
- Вызвать скорую медицинскую помощь.
- Оценить обстановку и прекратить действие
- Оказать первую доврачебную помощь;

Задание №20

Вопрос:

Какой документ занимающийся (или его представитель) должен обязательно предоставить для допуска к занятиям физической культурой и спортом \_\_\_\_\_ (вставить пропущенное слово)

Запишите ответ: \_\_\_\_\_

**2 Задание «Перевод профессионального текста (сообщения)» (I уровень)**  
Разработчики ФОС

ФИО	Должность	Наименование задания (уровень)
Сафарова Римма Шамильевна	Преподаватель английского языка	«Перевод профессионального текста (сообщения)» (I уровень)
Халина Ольга Владиславовна	Преподаватель немецкого языка	«Перевод профессионального текста (сообщения)» (I уровень)

**ЗАДАЧА № 1**

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

**ЗАДАЧА № 2**

**Текст задачи:** дайте ответы на иностранном языке на представленные вопросы.

**Английский язык**  
**A sporting nation.**

London's new Wembley Stadium is the home for 21st century sport in UK but there are a lot of other places to visit.

**Football.**

The UK has four teams international competitions-England, Scotland, Wales and Northern Ireland. The only problem is that the four teams do not usually play very well! However, the English Premier League is one of the best in the world and has some world-famous club like Arsenal, Liverpool and Manchester United. A lot of football clubs welcome visitors. Why not go to Trafford, the home of Manchester United? Further north, in Scotland, is Hampden Park in Glasgow. It is the oldest international stadium and has the Scottish National Museum of Football.

**Cricket.**

The rules are very complicated but if you are in England in the summer, a day at a cricket games is an interesting experience. The players wear and the game goes very slowly international games can last for five days! Edgbaston in Birmingham is a good place to visit; it has got a fascinating collection of photos, bats and balls. It is open on match days from April-September.

**Rugby.**

Twickenham is the home of England's rugby team. The stadium tour and Museum of Rugby include a visit to the dressing room plus audio-visual presentations.

**Tennis.**

Wimbledon in London is more than just the two-week summer tournament in June. There is a museum. Which has the championship trophies on display and there are guided tours of the famous 'centre court'.

**Horse Racing.**

The lovers of this sport must visit Aintree near Liverpool. It is the home of the world's most spectacular race. Between May and October you can enjoy a 'virtual reality' ride and walk around the course.

**Answer the following questions**

**1. Read the text and answers to the questions.**

- How many international football teams are there in the UK?  
a. one b. three c. four
- How long can a game of cricket last?  
a. four hours b. two days. c. five days
- What is Murrayfield?  
a. a football stadium b. a rugby stadium c. a tennis court
- When does the Wimbledon tennis tournament begin?  
a. May b. June c. July



5. What is the Grand National?  
a. a car race b. a horse race c. a football final

**2. Are these statements true (T) or false (F)?**

1. Manchester United play at Hampden Park
2. Edgbaston is open in August
3. The Scottish rugby team play at Twickenham
4. Wimbledon's tennis tournament lasts for a week
5. The Grand National takes place near Liverpool

**Немецкий язык**

**Fabian Hambüchen holt endlich Gold am Reck**

Was für eine Geschichte: Nach Bronze in Peking und Silber in London hat Fabian Hambüchen in Rio nun sein olympisches Gold. An seinem Spezialgerät, dem Reck, zeigte er die beste Übung der acht Finalisten und krönte seine tolle Karriere mit dem Olympiasieg.

Bei seinem letzten internationalen Wettkampf hat Hambüchen seine einzigartige Karriere gekrönt. Der erfolgreichste Deutsche der Turn-Geschichte siegte bei seinen vierten Olympischen Spielen vor dem Amerikaner Danell Leyva und dem Briten Nile Wilson. Es ist die Erfüllung eines Traums. Ich bin einfach nur sprachlos", sagte Hambüchen. "Ich hatte keinen perfekten Abschluss, habe ein bisschen gewackelt".

Hambüchen dachte in der Stunde seines größten Triumphes auch an sein Team und seinen Vater, der auch sein Trainer ist. "Ihnen gilt mein großer Dank."

Seine Übung zog der 28-Jährige bis auf einen kleinen Wackler bei der Landung ohne erkennbare Fehler und mit allen Schwierigkeiten durch. Die Latte für die nachfolgenden Turner war gelegt. London-Olympiasieger Epke Zonderland (Niederlande) patzte prompt, und fiel vom Reck - nur Platz sieben für ihn. "Er verdient das. Ein großes Karriereende", schwärmte Zonderland hinterher von seinem deutschen Konkurrenten.

In der Folge schaffte es keiner der Turner mehr, an die von Hambüchen vorgelegten 15,766 Punkte heranzukommen. Danell Leyva, letzter der acht Turner, kam ihm mit 15,500 Punkten. Bronze sicherte sich der Brite Nile Wilson (15,466 Punkte).

Olympia-Gold am Barren holte sich am Dienstag der Ukrainer Oleg Wernjajew. Er behauptete sich mit 16,041 Punkten vor dem US-Turner Danell Leyva (15,900) und David Beljowski aus Russland (15,783). Für Wernjajew war es in Rio die zweite Medaille nach Silber im Mehrkampf. Das Finale fand ohne deutsche Beteiligung statt.

**Antworten Sie auf die Fragen**

1. Warum hat Epke Zonderland nur den siebten Platz belegt?
2. Sportler aus welchem Land hat Silber Medaille an dem Reck gewonnen?
3. Welche Medaille hat der russische Turner am Barren gewonnen?

**Sport in unserem Leben**

Seit vielen Jahrhunderten treiben die Menschen Sport. Das macht stark, gesund, geschickt und bereitet viel Spaß. Einige turnen täglich am Morgen, die anderen machen Yoga oder besuchen einen Kraftraum.

Sport kann man auf dem Sportplatz und in einer Turnhalle, auf der Eisbahn und im Hof treiben. Ich mache Sport fast jeden Tag. Jeden Morgen mache ich zu Hause Gymnastik eine halbe Stunde, dann mache ich Liegestütze und Bauchübungen. Das gibt mir die Energieaufladung fast für den ganzen Tag.

Es gibt viele Sportarten: Leichtathletik, Tennis, Eiskunstlauf, Fußball, Eishockey, Schach, Sambo und andere.

Nicht überall treibt man die gleichen Sportarten. Das hängt von dem Klima, der Landschaft und der Geschichte des Volkes ab. Im Winter kann man Wintersport treiben: Ski und Schlittschuh laufen, Eishockey spielen. Im Sommer spielt man Fußball, Basketball, man segelt und fährt Rad.

Um Sport zu treiben, braucht man Sportjacken, Sportschuhe, Tennisschläger, Trainergeräte, Bälle u. a.

Warum treibe ich Sport? Einerseits fühle ich mich nach den Übungen besser, werde stärker, ausdauernder und gesünder. Andererseits ist es auch für mich von großer Bedeutung, einen schönen und starken Körper zu haben.

Der Sport ist immer beliebt. Aber es ist nicht leicht, regelmäßig Sport zu treiben, weil man dafür viel Zeit und einen starken Willen braucht.

Пояснения к тексту:

Liegestütze machen - отжиматься

Bauchübungen machen – качать пресс

der Krautraum – тренажерный зал

die Energieaufladung – заряд энергии

der Tennisschläger —теннисная ракетка

Задача 2. Antworten Sie auf die Fragen

Найдите в тексте и выпишите ответы на вопросы:

1. Wie lange treiben die Menschen Sport?
2. Wo kann man Sport treiben?
3. Welche Sportarten gibt es?
4. Warum spielt man nicht überall die gleichen Sportspiele?
5. Was braucht man, um regelmäßig Sport zu treiben?

4. Задания «Задание по организации работы коллектива» (I уровень)  
Разработчики ФОС

ФИО	Должность	Наименование задания (уровень)
Задорин Виталий Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	«Задание по организации работы коллектива» (I уровень)
Акшинский Денис Николаевич	Преподаватель специальных дисциплин	«Задание по организации работы коллектива» (I уровень)
Рачев Андрей Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	«Задание по организации работы коллектива» (I уровень)
Черемнова Олеся Владимировна	Преподаватель специальных дисциплин	«Задание по организации работы коллектива» (I уровень)

**Паспорт практического задания  
«Задание по организации работы коллектива»**

№ п/п	49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ	
1.	49.02.01 Физическая культура, квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»	49.02.02 Адаптивная физическая культура, квалификация «Педагог по адаптивной физической культуре и спорту»
2.	<p>ОК 5. Использовать информационно - коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами;</p> <p>ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений в виде отчетов, рефератов, выступлений.</p>	<p>ОК 5. Использовать информационно - коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами;</p> <p>ПК 1.2. Мотивировать лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений в виде отчетов, рефератов, выступлений и др.</p>
3.	<p>ЕН.02. Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОП.03. Гигиенические основы физической культуры и спорта</p> <p>ОП.05. Педагогика.</p> <p>ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта</p> <p>ПМ.02. Организация физкультурно-спортивной. деятельности различных возрастных групп населения</p> <p>ПМ.03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.</p>	<p>ЕН.02. Информатика и информационно -коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОП.03. Гигиенические основы физической культуры и спорта</p> <p>ОП.05. Педагогика.</p> <p>ОП.8. Теория и история физической культуры и спорта.</p> <p>ПМ.01. Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПМ.03 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p>
4.	«Задание по организации работы коллектива»	
5.	Задача 1. Прочитать текст задачи и составить план работы.	
6.	<p align="center">Критерии оценки</p> <p align="center">(назначение баллов осуществляется по принципу выбора соответствующего показателя из каждого критерия)</p>	
		Максимальный балл -10
		Максимальный балл - 3
		баллы

Наличие цели написания памятки		1
1	Определена цель написания памятки, сформулирована четко в глагольной форме и соответствует содержанию текста задачи	1
2	Цель определена обобщенно	0,5
3	Не определена цель написания памятки	0
Наличие видов источников информации		1
1	Перечислены не менее 3 видов источников информации, на основе которых будет осуществляться поиск фактов и содержания памятки	1
2	Перечислены не менее 1 - 2 видов источников информации, на основе которых будет осуществляться поиск фактов и содержания памятки	0,5
3	Не указаны виды необходимых источников информации для разработки содержания памятки	0
Наличие структуры памятки		1
1	Определены и перечислены структурные элементы (части) памятки	1
2	Не определены и не перечислены структурные элементы (части) памятки	0
7.	Задача 2. Разработать содержание и наглядное средство, используя информационно-коммуникационные технологии.	Максимальный балл - 6
8.	Критерии оценки (назначение баллов осуществляется по принципу суммирования баллов по каждому показателю критерия, если показатель представлен)	баллы
Наличие четкой структуры памятки		1
1	Составлена памятка в соответствии с описанной структурой в задаче 1	0,5
2	Представлены структурные элементы (части) памятки логично и последовательно	0,5
Качество содержания памятки		2
1	Содержание памятки изложено полно, точно, последовательно и достоверно	0,5
2	Содержание памятки носит информационно-просветительский характер	0,5
3	Содержание памятки отражает понимание автором заданной задачи и целевой аудитории	0,5
4	Текст представлен кратко, логично, доступно	0,5
Оформление памятки		3
1	Создана памятка с использованием единого и оптимального (универсального) типа шрифта	0,2
2	Отличается размер шрифта заголовка и основного текста	0,2
3	Установлены размеры полей в соответствии с требованиями показателя, мм: левое – 20, правое – 20, верхнее – 20, нижнее – 20 для	0,2

4	Выбран оптимальный размер шрифта для памятки	0,2
5	Наличие абзацного отступа	0,2
6	Отсутствие переносов слов в тексте памятки	0,2
7	Оптимально подобрано выравнивание текста для упорядоченности и восприятия содержания памятки	0,2
8	Оптимально подобран межстрочный интервал для восприятия содержания памятки	0,2
9	Оптимальный выбор маркеров и нумерации текста для облегчения восприятия содержания памятки	0,2
10	Оформлены единообразно однородные по смыслу элементы содержания памятки	0,2
11	Использованы не более 3 цветов, считая фоновый, при оформлении памятки	0,2
12	Использованы стандартные возможности текстового редактора для увеличения привлекательности и оформления содержания памятки (цветовое оформление, добавление объектов: изображения, текст, экспресс-блоки и др.)	0,2
13	Достаточное и оптимальное сочетание стандартных возможностей текстового редактора	0,2
14	Памятка занимает 1 страницу	0,2
15	Памятка сохранена в определенном месте с указанным именем	0,2
<b>Критерии оценки</b> (балл назначается по итогам выполнения задач №№ 1 и 2)		<b>Максимальный балл - 1 баллы</b>
<b>Соответствие нормам и правилам литературного русского языка</b>		<b>1</b>
1	Текст выступления соответствует нормам и правилам литературного русского языка	1
2	Текст выступления содержит не более 3 нарушений норм и правил литературного русского языка	0,5
3	Текст выступления содержит большое количество нарушений норм и правил литературного русского языка	0

#### Материально-техническое обеспечение выполнения задания

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)	Наличие специального места выполнения задания
1. Прочитать текст задачи и составить план работы. 2. Разработать содержание и наглядное средство, используя информационно-коммуникационные технологии.	Офисный пакет - Word Office	Персональный компьютер или ноутбук, принтер	Учебный кабинет

**Эталон задания:**

Время, отводимое на выполнение задания: 1 час (академический).

Максимальное количество баллов: 10 баллов: за выполнение задачи № 1 – 3 балла, задачи № 2 – 6 баллов, за соответствие нормам и правилам русского литературного языка – 1 балл.

**ЗАДАЧА № 1. Прочитать текст задачи и составить план работы.**

**Текст задачи:** В образовательной организации по итогам анализа травматизма за прошлый год на совете было принято решение о создании информационного стенда. Вам, как педагогу (учителю) по физической культуре и спорту, предложили разработать памятку по соблюдению техники безопасности на открытых спортивных площадках. Для разработки памятки составьте план работы по ее созданию.

**Условия выполнения задачи**

**1) материально - техническое обеспечение:**

- бланк ответа на формате А5,
- шариковая ручка.

**2) место выполнения задачи:**

- аудитория образовательной организации.

**3) время, отводимое на выполнение задачи: 15 минут.**

**ЗАДАЧА № 2. Разработать содержание и наглядное средство, используя информационно-коммуникационные технологии.**

**Текст задачи:** Разработайте содержание памятки для обучающихся по соблюдению техники безопасности на открытых спортивных площадках, используя программное обеспечение Word Office под именем – «Памятка\_номер участника Олимпиады».

**Условия выполнения задачи**

**1) материально-техническое обеспечение:** компьютер, с установленным программным обеспечением (офисный пакет - Word Office для выполнения задания в программе Word Office).

**2) место выполнения задачи:** аудитория образовательной организации, оснащенная персональными компьютерами.

**3) время, отводимое на выполнение задачи: 30 минут.**

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОМПЛЕКСНОГО ЗАДАНИЯ «ЗАДАНИЕ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ КОЛЛЕКТИВА»

Уважаемый участник!

Успешность взаимодействия всех участников образовательного процесса зависит от грамотной организации работы коллектива, его совместной деятельности и общения, которые предоставляют возможность создания условий для развития личности и достижения целей.

Выполнение задания по организации работы коллектива потребует от Вас умений анализировать информацию, необходимую для постановки и решения профессиональных задач; ставить цель и определять ключевые идеи для решения профессиональной задачи, поддержания интереса коллектива к информации, мотивации и убеждения; создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий; разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований.

Данное задание состоит из двух задач, которое Вы будете выполнять на компьютере, оснащенном офисным пакетом Word Office

Максимальный балл за выполнение задания по организации работы с коллективом составляет **10 баллов**.

Максимальный балл оценки задачи № 1 составляет **3 балла**. Время, которое отводится на выполнение задачи № 1 - **15 минут**.

Максимальный балл оценки задачи № 2 составляет **6 баллов**. Время, которое отводится на выполнение задачи № 2 - **30 минут**.

Еще **1 балл** назначается при соответствии текста плана работы и разработанного содержания памятки нормам и правилам литературного русского языка.

Для выполнения задачи № 1 оформление плана работы над памяткой осуществляется в свободной форме, но с последовательным указанием действий. Важно, чтобы из плана работы можно было определить целевую направленность памятки, обобщенные виды необходимых источников информации, структурные элементы (части), из которых будет состоять памятка.

Для выполнения задачи № 2 используйте программное обеспечение Word Office. Создайте документ в программе Word Office под именем «Наименование документа\_номер участника Олимпиады» (например; Памятка\_номер участника Олимпиады).

После выполнения задания по организации работы коллектива сохраните файл в исходной папке, распечатайте и покажите (отдайте) созданные документы Организаторам Олимпиады.



**Оценочные средства**  
**к практическому заданию I уровня «Задание по организации работы коллектива»**

Время, отводимое на выполнение задания: 1 час (академический).

Максимальное количество баллов: 10 баллов: за выполнение задачи № 1 – 3 балла, задачи № 2 – 6 баллов, за соответствие нормам и правилам русского литературного языка – 1 балл.

**ЗАДАЧА № 1. Прочитать текст задачи и составить план работы.**

*Текст задачи:* В образовательной организации по итогам анализа травматизма за прошлый год на совете было принято решение о создании информационного стенда. Вам, как педагогу (учителю) по физической культуре и спорту, предложили разработать памятку по соблюдению техники безопасности в бассейне. Для разработки памятки составьте план работы по ее созданию.

**Условия выполнения задачи**

**3) материально - техническое обеспечение:**

- бланк ответа на формате А5,
- шариковая ручка.

**4) место выполнения задачи:**

- аудитория образовательной организации.

**4) время, отводимое на выполнение задачи: 15 минут.**

**ЗАДАЧА № 2. Разработать содержание и наглядное средство, используя информационно-коммуникационные технологии.**

*Текст задачи:* Разработайте содержание памятки для обучающихся по соблюдению техники безопасности в бассейне, используя программное обеспечение Word Office под именем – «Памятка\_номер участника Олимпиады».

**Условия выполнения задачи**

**1) материально-техническое обеспечение:** компьютер, с установленным программным обеспечением (офисный пакет - Word Office для выполнения задания в программе Word Office).

**2) место выполнения задачи:** аудитория образовательной организации, оснащенная персональными компьютерами.

**3) время, отводимое на выполнение задачи: 30 минут.**

#### 4. Инвариантная часть заданий II уровня

Разработчики ФОС

ФИО	Должность	Наименование задания (уровень)
Акшинский Денис Николаевич	Преподаватель специальных дисциплин	Инвариантная часть заданий II уровня
Рачев Андрей Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	Инвариантная часть заданий II уровня

#### Паспорт практического задания инвариантной части практического задания II уровня

№	49.00.00 Физическая культура и спорт	
п/п		
1.	49.02.01 Физическая культура, квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»	49.02.02 Адаптивная физическая культура, квалификация «Педагог по адаптивной физической культуре и спорту»
2.	<p>ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.</p> <p>ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p>	<p>ПК 1.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p> <p>ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.</p>
	<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	

3.	ОП. 07. Теория и история физической культуры и спорта. ПМ. 02. «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	ОП. 08. Теория и история физической культуры и спорта ПМ.01. Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья МДК.01.01. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья	
4.	Задание «Описание техники двигательного действия и определение типичных ошибок при выполнении двигательного действия, подбор и составление карты подвижной игры или эстафеты для совершенствования двигательного действия»		
5.	Задача	Критерии оценки	Максимальный балл - 35
Описать технику двигательного действия и определить типичные ошибки при выполнении двигательного действия	Всего		15
	Соблюдение требований и правил терминологии при описании техники двигательного действия		0-3
	Соблюдение логической последовательности при описании фазовой структуры двигательного действия		0-2
	Полнота описания техники двигательного действия		0-5
	Правильность выделения и описания типичных ошибок при выполнении двигательного действия		0-5
6.	Подобрать подвижную игру или эстафету и Составить карту Подвижной игры или Эстафеты для совершенствования двигательного действия	Всего Соответствие задач игры или эстафеты этапу совершенствования двигательного действия Соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при описании игры или эстафеты Полнота описания содержания игры или эстафеты Полнота описания правил и вариантов игры или эстафеты Соблюдение требований к выполнению графического изображения игры или эстафеты Соответствие организационно-методических указаний специфике подобранной игры или эстафеты	20 0-2 0-4 0-4 0-4 0-4 0-2

Материально-техническое обеспечение выполнения задания

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)	Наличие специального места выполнения задания
<p>1. Описать технику двигательного действия и определить типичные ошибки при выполнении двигательного действия.</p> <p>2. Подобрать подвижную игру или эстафету и составить карту подвижной игры или эстафеты для совершенствования двигательного действия</p>	<p>Офисный пакет - Word Office</p>	<p>Персональный компьютер или ноутбук, принтер</p>	<p>Учебный кабинет</p>

## Эталон задания

### ЗАДАНИЕ

# ОПИСАНИЕ ТЕХНИКИ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПИЧНЫХ ОШИБОК ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ, ПОДБОР И СОСТАВЛЕНИЕ КАРТЫ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ ИЛИ ЭСТАФЕТЫ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ

(акробатика)

Время, отводимое на выполнение задания - 90 минут

Максимальное количество баллов - 35 (Задача № 1 максимальное количество - 15 баллов, Задача № 2 максимальное количество - 20 баллов).

### ЗАДАЧА №1

**Текст задачи:** опишите технику кувырка вперед, типичные ошибки при выполнении двигательного действия. Оформите данные в таблице.

Таблица 1

Карта описания двигательного действия

Название элемента	
Техника выполнения элемента	
Типичные ошибки	

### ЗАДАЧА №2

**Текст задачи:** подберите подвижную игру или эстафету и составьте карту подвижной игры или эстафеты для совершенствования акробатического элемента «Кувырок вперед».

Напишите название игры или эстафеты; определите задачи, решаемые в игре или эстафете; перечислите необходимый инвентарь для проведения игры или эстафеты; выполните графическое изображение расстановки участников и инвентаря (оборудования); опишите содержание игры или эстафеты; опишите правила и варианты проведения игры или эстафеты. Оформите данные в таблице.

Таблица 2

Карта подвижной игры или эстафеты «Название игры или эстафеты»

Задачи: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Построение (графическое изображение)	Содержание	Правила и варианты игры	О.М.У

**Условия выполнения задач**

- 1) задание выполняется в учебной аудитории;
- 2) для выполнения задания каждому участнику Олимпиады обеспечивается доступ к персональному компьютеру с необходимым установленным офисным программным обеспечением WPS Office для выполнения задания в программе WPS Writer;
- 3) требования к оформлению результатов:
  - задача 1 - редактор WPS Writer, шрифт Times New Roman, интервал 1,5, шрифт 14 кегль, параметры страницы: слева 1,5 см, справа 3 см, сверху 2 см и снизу 2 см. Абзацный отступ 12 мм.
  - задача 2 - редактор WPS Writer, шрифт Times New Roman, ориентация страницы альбомная, интервал 1,0, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 1,27 см, справа 1,27 см, сверху 1,27 см и снизу 1,27 см. Абзацный отступ 12 мм.
- 4) время, отводимое на выполнение: задача № 1 – 30 минут, задача № 2 – 60 минут.
- 5) для выполнения задания участнику предоставляется инструкция по выполнению задания.

**5. Вариативная часть задания II уровня**  
Разработчики ФОС

ФИО	Должность	Наименование задания (уровень)
Акшинский Денис Николаевич	Преподаватель специальных дисциплин	Вариативная часть задания II уровня
Рачев Андрей Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	Вариативная часть задания II уровня
Задорин Виталий Сергеевич	Преподаватель специальных дисциплин	Вариативная часть задания II уровня
Важенин Вячеслав Алексеевич	Преподаватель специальных дисциплин	Вариативная часть задания II уровня
Черемнова Олеся Владимировна	Преподаватель специальных дисциплин	

**Паспорт практического задания вариативной части Комплексного задания II уровня**  
(специальность 49.02.01 Физическая культура, квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»)

№ п/п	Характеристики ФГОС СПО	Характеристики профессионального стандарта (при наличии)
1	49.02.01 Физическая культура, квалификация «Педагог по физической культуре и спорту», приказ от 11 августа 2014 г. N 976	Приказ Минтруда России от 07.04.2014 N 193н (ред. от 12.12.2016) «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»
2	4.3.1. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	Уровень квалификации - 5
3	ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия; ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Наименование проверяемой обобщенной трудовой функции: А. Осуществление тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе; В. Осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки;

	<p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	
--	--	--

- 4 ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта;  
МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов;  
ПМ.01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта
-



<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке</i>			
	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
1	разработать конспект фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке	<b>Максимальный балл -14</b>	
		правильность и последовательность определения частных задач	0-2
		соответствие средств основной задаче, частным задачам тренировочного занятия и возрасту Занимающихся	0-2
		соответствие методов и методических приёмов задачам тренировочного занятия и возрасту занимающихся	0-2
		оптимальность дозирования нагрузки	0-2
		правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений	0-2
		полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»	0-2
	оригинальность подобранных средств для решения задач тренировочного занятия	0-2	
2	провести фрагмент основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке	<b>Максимальный балл -21</b>	
		<i>Критерии, характеризующие личностные качества тренера-преподавателя:</i> -культура речи; -эмоциональность; -стиль взаимоотношений с занимающимися; -владение тренером – преподавателем содержанием занятия	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности организации тренировочного занятия:</i> -подготовка занимающихся к восприятию информации; -целесообразность применения методов организации деятельности занимающихся; -соблюдение мер безопасности на занятии, обеспечение страховки и помощи; -рациональное распределение времени между заданиями; - оптимальность чередования и смены видов деятельности; -правильный выбор тренером места в спортивном зале	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения средств развития двигательных способностей:</i> -эффективность упражнений в решении задач тренировочного занятия; -последовательность применения упражнений для развития двигательных способностей	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в тренировочном занятии:</i>	0-3

<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке</i>			
	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
		-целесообразность применения оборудования и инвентаря при решении задач занятия; -рациональное использование площади спортивного зала, размещение инвентаря и Оборудования	
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов:</i> -соблюдение требований к терминологии; -целесообразность количества и содержания методических указаний, их своевременность; -качество применения словесных методов; - качество применения наглядных методов	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения методов развития двигательных способностей:</i> - целесообразность применения методов развития двигательных способностей; - оптимальность нагрузки и отдыха	0-3
		<i>Критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов:</i> -оригинальность средств решения задач тренировочного занятия; - использование нестандартного оборудования и инвентаря; - оригинальность в решении организационных задач тренировочного занятия; -использование методических приёмов, усиливающих действие словесных и наглядных Методов	0-3

**Паспорт практического задания вариативной части Комплексного задания II уровня  
(специальность 49.02.01 Физическая культура)**

<b>№ п/п</b>	<b>Характеристики ФГОС СПО</b>	<b>Характеристики профессионального стандарта (при наличии)</b>
1	Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.10.2014 № 1355 (в ред. № 272 от 25.03.2015 г.) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура»	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
2	4.3.2. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.	Уровень квалификации - 6
3	ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.	Наименование проверяемой обобщенной

	<p>ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>трудовой функции:</p> <p>В. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</p>
4	<p>ОП.10. Теория и история физической культуры и спорта;</p> <p>МДК.02.01.Методика внеурочной работы и дополнительного образования в области физической культуры;</p> <p>ПМ.02. Организация и проведение внеурочной работы и занятий по программам дополнительного образования в области физической Культуры</p>	

**Наименование задания:**

*разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке*

	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
1	разработать конспект фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке	<p align="center"><b>Максимальный балл -14</b></p> <p>правильность и последовательность определения частных задач</p> <p>соответствие средств основной задаче, частным задачам занятия и возрасту занимающихся</p> <p>соответствие методов и методических приёмов задачам занятия и возрасту занимающихся</p> <p>оптимальность дозирования нагрузки</p> <p>правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений</p> <p>полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»</p> <p>оригинальность подобранных средств для решения задач занятия</p>	<p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p> <p align="center"><b>0-2</b></p>
2	провести фрагмент основной части	<p align="center"><b>Максимальный балл -21</b></p> <p><i>Критерии, характеризующие личностные качества педагога:</i></p>	

занятия по общей физической подготовке	культура речи; -эмоциональность; -стиль взаимоотношений с занимающимися; -владение педагогом содержанием занятия	0-3
	<i>Критерии, характеризующие особенности организации занятия:</i> -подготовка занимающихся к восприятию информации; -целесообразность применения методов организации деятельности занимающихся; -соблюдение мер безопасности на занятии, обеспечение страховки и помощи; -рациональное распределение времени между заданиями; - оптимальность чередования и смены видов деятельности; -правильный выбор педагогом места в спортивном зале	0-3
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения средств развития двигательных способностей:</i> -эффективность упражнений в решении задач занятия; -последовательность применения упражнений для развития двигательных способностей	0-3
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в занятии:</i> -целесообразность применения оборудования и инвентаря при решении задач занятия; -рациональное использование площади спортивного зала, размещение инвентаря и оборудования	0-3

<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке</i>		
<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов:</i> -соблюдение требований к терминологии; -целесообразность количества и содержания методических указаний, их своевременность; -качество применения словесных методов; - качество применения наглядных методов	0-3
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения методов развития двигательных способностей:</i> - целесообразность применения методов развития двигательных способностей; - оптимальность нагрузки и отдыха	0-3
	<i>Критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов:</i> -оригинальность средств решения задач занятия; - использование нестандартного оборудования и инвентаря; - оригинальность в решении организационных задач занятия; -использование методических приёмов, усиливающих действие словесных и наглядных методов	0-3

**Паспорт практического задания вариативной части Комплексного задания II уровня (специальность 49.02.02 Физическая культура, квалификация «Педагог по адаптивной физической культуре и спорту»)**

№ п/п	Характеристики ФГОС СПО	Характеристики профессионального стандарта (при наличии)
1	Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 № 977 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура»	Приказ Министерства труда и Социальной защиты РФ от 04 августа 2014 № 528н «Об утверждении профессионального Стандарта «Тренер-преподаватель по Адаптивной физической культуре и спорту»
2	4.3.2. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта	Уровень квалификации - 5
3	<p>ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.</p> <p>ПК 2.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.</p> <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	<p>Наименование проверяемой обобщенной трудовой функции:</p> <p>А. Коррекция отклонений в развитии и социальная адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) посредством осуществления тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе;</p> <p>В. Осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки</p>
4	<p>ОП.09. Теория и организация адаптивной физической культуры;</p> <p>МДК.02.01. Избранный вид адаптивного спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</p> <p>ПМ.02 Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта</p>	

<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке</i>			
	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
1	разработать конспект фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке	<b>Максимальный балл -14</b>	
		правильность и последовательность определения частных задач	0-2
		соответствие средств основной задаче, частным задачам тренировочного занятия, возрасту занимающихся, особенностям контингента занимающихся	0-2
		соответствие методов и методических приёмов задачам тренировочного занятия, возрасту занимающихся, особенностям контингента занимающихся	0-2
		оптимальность дозирования нагрузки	0-2
		правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений	0-2
		полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»	0-2
		оригинальность подобранных средств для решения задач тренировочного занятия	0-2
2	провести фрагмент основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке	<b>Максимальный балл -21</b>	
		<i>Критерии, характеризующие личностные качества тренера-преподавателя:</i> -культура речи; -эмоциональность; -стиль взаимоотношений с занимающимися; -владение тренером – преподавателем содержанием занятия	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности организации тренировочного занятия:</i> -подготовка занимающихся к восприятию информации; -целесообразность применения методов организации деятельности занимающихся; -соблюдение мер безопасности на занятии, обеспечение страховки и помощи; -рациональное распределение времени между заданиями; - оптимальность чередования и смены видов деятельности; -правильный выбор тренером места в спортивном зале	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения средств развития двигательных способностей:</i> -эффективность упражнений в решении задач тренировочного занятия; -последовательность применения упражнений для развития двигательных способностей	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в тренировочном занятии:</i>	0-3

<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по общей физической подготовке</i>		
<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
	-целесообразность применения оборудования и инвентаря при решении задач занятия; -рациональное использование площади спортивного зала, размещение инвентаря и оборудования	
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов:</i> -соблюдение требований к терминологии; -целесообразность количества и содержания методических указаний, их своевременность; -качество применения словесных методов; - качество применения наглядных методов	0-3
	<i>Критерии, характеризующие особенности применения методов развития двигательных способностей:</i> - целесообразность применения методов развития двигательных способностей; - оптимальность нагрузки и отдыха	0-3
	<i>Критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов:</i> -оригинальность средств решения задач тренировочного занятия; - использование нестандартного оборудования и инвентаря; - оригинальность в решении организационных задач тренировочного занятия; -использование методических приёмов, усиливающих действие словесных и наглядных методов	0-3

**Паспорт практического задания вариативной части Комплексного задания II уровня  
(специальность 49.02.02 Физическая культура)**

№ п/п	Характеристики ФГОС СПО	Характеристики профессионального стандарта (при наличии)
1	приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от - 13.08.2014 № 994 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура»	
2	4.3.2. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, - отнесенных к специальным медицинским группам	
3	<p>ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание - обучающихся.</p> <p>ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.</p> <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.</p> <p>ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.</p> <p>ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.</p>	
4	<p>ОП.12. Теория и организация адаптивной физической культуры;</p> <p>МДК.02.01. Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;</p> <p>ПМ.02 Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам</p>	



<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия оздоровительной физической культурой</i>			
	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
1	разработать конспект фрагмента основной части занятия оздоровительной физической культурой	<b>Максимальный балл -14</b>	
		правильность и последовательность определения частных задач	0-2
		соответствие средств основной задаче, частным задачам занятия, возрасту занимающихся, особенностям контингента занимающихся	0-2
		соответствие методов и методических приёмов задачам занятия, возрасту занимающихся, особенностям контингента занимающихся	0-2
		оптимальность дозирования нагрузки	0-2
		правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений	0-2
		полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»	0-2
		оригинальность подобранных средств для решения задач занятия	0-2
2	провести фрагмент основной части занятия оздоровительной физической культурой	<b>Максимальный балл -21</b>	
		<i>Критерии, характеризующие личностные качества педагога:</i> -культура речи; -эмоциональность; -стиль взаимоотношений с занимающимися; -владение педагогом содержанием занятия	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности организации занятия:</i> -подготовка занимающихся к восприятию информации; -целесообразность применения методов организации деятельности занимающихся; -соблюдение мер безопасности на занятии, обеспечение страховки и помощи; -рациональное распределение времени между заданиями; - оптимальность чередования и смены видов деятельности; -правильный выбор педагогом места в спортивном зале	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения средств для решения задач занятия:</i> -эффективность упражнений в решении задач занятия; -последовательность применения упражнений для решения задач занятия	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в занятии:</i>	0-3

<b>Наименование задания:</b> <i>разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия оздоровительной физической культурой</i>			
	<b>Задача</b>	<b>Критерии оценки</b>	<b>Максимальный балл - 35</b>
		-целесообразность применения оборудования и инвентаря при решении задач занятия; -рациональное использование площади спортивного зала, размещение инвентаря и оборудования	
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов:</i> -соблюдение требований к терминологии; -целесообразность количества и содержания методических указаний, их своевременность; -качество применения словесных методов; - качество применения наглядных методов	0-3
		<i>Критерии, характеризующие особенности применения практических методов в решении задач занятия:</i> - целесообразность применения практических методов в решении задач занятия; - оптимальность нагрузки и отдыха	0-3
		<i>Критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов:</i> -оригинальность средств решения задач занятия; - использование нестандартного оборудования и инвентаря; - оригинальность в решении организационных задач занятия; -использование методических приёмов, усиливающих действие словесных и наглядных методов	0-3

**Материально-техническое обеспечение выполнения задания**

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)	Наличие специального места выполнения задания
1. Разработка конспекта фрагмента основной части занятия (тренировочного занятия) по общей физической подготовке (оздоровительной физической культурой).	Офисный пакет - WPS Office	Персональный компьютер или ноутбук, принтер	Учебный кабинет
2. Проведение фрагмента основной части занятия (тренировочного занятия) по общей физической подготовке (оздоровительной физической культурой).	-	<input type="checkbox"/> Бадминтон <input type="checkbox"/> Балансировочная платформа <input type="checkbox"/> Барьер легкоатлетический <input type="checkbox"/> Барьеры разноуровневые для функционального	Универсальный спортивный зал

Вид, выполняемой работы	Наличие прикладной компьютерной программы (наименование)	Наличие специального оборудования (наименование)	Наличие специального места выполнения задания
		тренинга <input type="checkbox"/> Баскетбольные кольца <input type="checkbox"/> Бодибар (2-6 кг) <input type="checkbox"/> Волейбольная сетка <input type="checkbox"/> Ворота <input type="checkbox"/> Гантели - Вес (1,00 кг, 2,00 кг, 3,00 кг) <input type="checkbox"/> Канат для перетягивания <input type="checkbox"/> Канат тренировочный для функционального тренинга <input type="checkbox"/> Ключка для игры в хоккей <input type="checkbox"/> Коврик индивидуальный <input type="checkbox"/> Маты спортивные <input type="checkbox"/> Мешок болгарский (12-20 кг) <input type="checkbox"/> Мяч баскетбольный <input type="checkbox"/> Мяч волейбольный <input type="checkbox"/> Мяч гимнастический (65 см) <input type="checkbox"/> Мяч набивной (медицинбол): 3 кг, 4 кг, 5 кг <input type="checkbox"/> Мяч футбольный <input type="checkbox"/> Обручи <input type="checkbox"/> Палка гимнастическая <input type="checkbox"/> Скакалка гимнастическая <input type="checkbox"/> Скамейка гимнастическая универсальная <input type="checkbox"/> Стенка гимнастическая <input type="checkbox"/> Степ-платформа <input type="checkbox"/> Стойки <input type="checkbox"/> Конусы <input type="checkbox"/> Фишки для разметки <input type="checkbox"/> Тумба плиометрическая (разной высоты) <input type="checkbox"/> Эспандер (3 уровня сопротивления) <input type="checkbox"/> Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	

## Эталон задания

### Специальность 49.02.01 Физическая культура

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

Время, отводимое на выполнение задания:

задача 1 – 90 минут;

задача 2 – 20 минут: знакомство с занимающимися – 5 мин., подготовка оборудования и инвентаря – 5 минут, проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке – 10 минут.

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

Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности. Воспитание физических качеств является значимой стороной физического воспитания. Целенаправленное управление прогрессирующим развитием силы, быстроты, выносливости и других физических качеств затрагивает комплекс естественных свойств организма и тем самым обуславливает количественные и качественные изменения его функциональных возможностей.

Владение арсеналом разнообразных средств из различных видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов, определяющих успешность деятельности учителя физической культуры.

Одним из обязательных требований к деятельности учителя физической культуры является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.

#### **ЗАДАЧА №1**

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

**Возраст занимающихся:** 7-8 лет

**Задача занятия:**

развивать координационные способности

**Количество занимающихся:** 6 человек

**Условия выполнения задачи**

1) место выполнения задачи: аудитория образовательной организации;

2) время, отводимое на выполнение задачи - 90 мин;

34) материально-техническое обеспечение: компьютер с необходимым установленным офисным программным обеспечением WPS Office для оформления результатов выполнения задачи в программе WPS Writer; оформить результаты работы следует в редакторе WPS Writer, шрифт TimesNewRoman, интервал 1, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см. Абзацный отступ 12 мм.

- 4) для выполнения задачи участник Олимпиады может воспользоваться учебными пособиями, предложенными организаторами Олимпиады:
1. Баршай В.М. Гимнастика: учебник/ Баршай В.М, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Изд. -2 –е, доп. и перер. –Ростов н/Д.: Феникс.
  2. Беляев А.В. , Савин М.В. Волейбол. Учебник для вузов. 4-е изд. М.:ТВТ Дивизион.
  3. Грецов Г.В., Войнова С.Е., Германова А.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования -2-е изд., стер - М.: Академия.
  4. Жилкин А.И. Теория и методика легкой атлетики: учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования -7-е изд., испр. –М.: Издательский центр «Академия».
  5. Крючек Е.С., Терехина Р.Н. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. - М.: Академия.
  6. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учебник для студ. учреждений высш. образования -6-е изд. перераб. М.: Академия.
- 5) необходимое оборудование и инвентарь для занятия определяется на основе предложенного перечня:

*Примерный перечень оборудования и инвентаря для проведения занятий в рамках Олимпиады профессионального мастерства*

<b>№п/п</b>	<b>Оборудование и инвентарь</b>	<b>Количество, шт.</b>
1.	Бадминтон	5 шт.
2.	Балансировочная платформа	6 шт.
3.	Барьер легкоатлетический	5 шт.
4.	Барьеры разноуровневые для функционального тренинга	1 комплект
5.	Баскетбольные кольца	1 шт.
6.	Бодибар (2-6 кг)	4 шт.
7.	Волейбольная сетка	1 шт.
8.	Ворота	1 шт.
9.	Гантели - Вес (1,00 кг, 2,00 кг, 3,00 кг)	по 5 шт.
10.	Канат для перетягивания	2 шт.
11.	Канат тренировочный для функционального тренинга	6 шт.
12.	Клюшка для игры в хоккей	10 шт.
13.	Коврик индивидуальный	10 шт.
14.	Маты спортивные	12 шт.
15.	Мешок болгарский (12-20 кг)	6 шт.
16.	Мяч баскетбольный	6 шт.
17.	Мяч волейбольный	6 шт.

№п/п	Оборудование и инвентарь	Количество, шт.
18.	Мяч гимнастический (65 см)	6 шт.
19.	Мяч набивной (медицинбол): 3 кг, 4 кг, 5 кг	по 5 шт.
20.	Мяч футбольный	6 шт.
21.	Обручи	10 шт.
22.	Палка гимнастическая	10 шт.
23.	Скакалка гимнастическая	10 шт.
24.	Скамейка гимнастическая универсальная	5 шт.
25.	Стенка гимнастическая	6 шт.
26.	Степ-платформа	6 шт.
27.	Стойки	5 шт.
28.	Конусы	10 шт.
29.	Фишки для разметки	1 комплект
30.	Тумба плиометрическая (разной высоты)	1 комплект
31.	Эспандер (3 уровня сопротивления)	по 5 шт.
32.	Эспандер «восьмерка» (3 уровня сопротивления)	по 5 шт.

*(допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады)*

б) конспект оформляется в соответствии с предложенной ниже формой:

### КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**Задача занятия:**

**Место проведения:** универсальный спортивный зал

**Продолжительность фрагмента основной части занятия:** 45 минут

**Оборудование и инвентарь (количество):**

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

**ЗАДАЧА №2**

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

### ***Условия выполнения задачи***

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

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЯ

Уважаемый участник!

Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности. Воспитание физических качеств является значимой стороной физического воспитания. Целенаправленное управление прогрессирующим развитием силы, быстроты, выносливости и других физических качеств затрагивает комплекс естественных свойств организма и тем самым обуславливает количественное и качественные изменения его функциональных возможностей.

Владение арсеналом разнообразных средств из различных видов физкультурно-спортивной деятельности, способствующих решению задач общей физической подготовки, является одним из факторов, определяющих успешность деятельности учителя физической культуры.

Одним из обязательных требований к деятельности учителя физической культуры является умение определять средства и методы общей физической подготовки и проводить занятия по общей физической подготовке по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.

Вам предлагается задание «Разработка конспекта и проведение фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке», выполнение которого потребует от Вас демонстрации сформированности профессиональных компетенций:

- ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

Для этого Вам необходимо

*уметь:*

- использовать различные методы и формы организации внеурочных мероприятий и занятий, строить их с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности;
- подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;
- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с функциональными возможностями организма обучающихся при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных занятий;
- соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися.

*знать:*

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы внеурочной работы и дополнительного образования в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- требования к планированию и проведению внеурочных мероприятий и занятий;
- методические основы развития физических качеств.



**Данное задание состоит из двух задач:**

1. Разработать конспект фрагмента основной части занятия по общей физической подготовке.

**Возраст занимающихся:** 7-8 лет

**Задача занятия:**

*развивать координационные способности*

**Количество занимающихся:** 6 человек

2. Провести фрагмент основной части занятия по общей физической подготовке.

Для выполнения первой задачи Вам будут предоставлены учебные пособия, перечень оборудования и инвентаря (*допускается использование нестандартного инвентаря, подготовленного участником Олимпиады*), с учётом которого Вы определите содержание занятия. При разработке конспекта занятия учитывайте заданные условия: задача занятия, этап спортивной подготовки, количественный состав занимающихся – 6 человек, место проведения занятия – универсальный спортивный зал, предложенный перечень оборудования и инвентаря. Продолжительность фрагмента основной части занятия – 45 минут.

Конспект оформите в соответствии с предложенной ниже формой на компьютере в редакторе WPS Writer, шрифт TimesNewRoman, интервал 1, шрифт 12 кегль, параметры страницы: слева 3 см, справа 1,5 см, сверху 1,5 см и снизу 1,5 см. Абзацный отступ 12 мм.

Для выполнения задачи № 1 создайте документ в программе WPS Writer под именем «номер участника\_название работы» (X-1\_Конспект\_занятия). Оформите конспект занятия по предложенному макету.

### КОНСПЕКТ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

**Возраст занимающихся:**

**Задача занятия:**

**Место проведения:** универсальный спортивный зал

**Продолжительность фрагмента основной части занятия:** 45 минут

**Оборудование и инвентарь (количество):**

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

Результаты выполнения задачи № 1 сохраните в виде файла в исходной папке и покажите созданный документ Организаторам Олимпиады. Конспект занятия, созданный в редакторе Word Office, необходимо вывести на печать.

При оценке задачи будут учитываться:

- правильность и последовательность определения частных задач;
- соответствие средств основной задаче, частным задачам занятия и возрасту занимающихся;
- соответствие методов и методических приёмов задачам занятия и возрасту занимающихся;
- оптимальность дозирования нагрузки;
- правильность используемой терминологии, соблюдение правил записи упражнений;
- полнота и методическая оправданность записей в графе «Организационно-методические указания»;
- оригинальность подобранных средств для решения задач занятия;

Время, которое отводится на выполнение первой задачи - 90 минут.

Для выполнения второй задачи Вам будет предоставлено необходимое оборудование и инвентаря (указанные в конспекте); возможность в течение 5 минут познакомиться с группой занимающихся и провести инструктаж. Роль занимающихся будут выполнять волонтеры (6 человек). Фрагмент занятия проводится в соответствии с содержанием конспекта основной части занятия по общей физической подготовке, который вы разработали. Место проведения - универсальный спортивный зал. Время, отводимое на проведение фрагмента занятия - 10 минут (предполагается сокращение времени на выполнение упражнений, указанного в конспекте). Для выполнения задачи за 5 минут до проведения фрагмента занятия Вы самостоятельно готовите необходимое спортивное оборудование и инвентарь.

При оценке задачи будут учитываться:

- критерии, характеризующие личностные качества педагога;
- критерии, характеризующие особенности организации занятия;
- критерии, характеризующие особенности применения средств развития двигательных способностей;
- критерии, характеризующие особенности применения оборудования и инвентаря в занятии;
- критерии, характеризующие особенности применения словесных и наглядных методов;
- критерии, характеризующие особенности применения методов развития двигательных способностей;
- критерии, дающие основание для получения дополнительных баллов.

Время, которое отводится на выполнение задачи 20 минут: 5 минут – знакомство и инструктаж занимающихся; 5 минут – подготовка оборудования и инвентаря; 10 минут – проведение фрагмента занятия.

Успехов Вам!