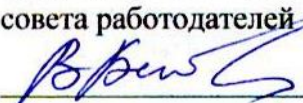




Региональный  
чемпионат  
**Омской области**

**УТВЕРЖДЕНО:**

Вице – президент, директор  
исполнительной дирекции Союза  
«Омское Региональное  
объединение работодателей»,  
председатель Координационного  
совета работодателей

 Белов В.И.

## **ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

по компетенции

**«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**



Омск-2019

## Содержание

### 1. Описание компетенции

#### 1.1. Актуальность компетенции.

Современное образование нуждается в высококвалифицированных специалистах, умеющих качественно выполнять свою работу, способных учитывать и использовать в своей деятельности инновационные педагогические технологии в области адаптивной физической культуры.

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

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

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

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

#### 1.2. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт.

Школьники	Студенты	Специалисты
<b>ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ СТАНДАРТЫ СПО (1) и ВО (2):</b>		
1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02.	1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02. «Адаптивная физическая культура»	1. ФГОС СПО по специальности 49.02.02. «Адаптивная физическая культура»

«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)»
<b>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СТАНДАРТЫ (3, 4);</b>		
	3. Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре»	4. Профессиональный стандарт 05.002 «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»

### 1.3. Требования к квалификации.

<b>Школьники</b>	<b>Студенты</b>	<b>Специалисты</b>
<p><i>Должен обладать профессиональными компетенциями по ПМ.02.</i></p> <p>Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создавать на спортивной площадке предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.</li> <li>2. Определять цели и задачи, планировать внеурочные занятия.</li> <li>3. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.</li> <li>4. Применять приемы физической помощи и страховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>5. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.</li> <li>6. Анализировать учебные занятия.</li> <li>7. Мотивировать обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам к участию в физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ol> <p><i>Должен уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>- планировать физическое воспитание обучающихся,</li> </ul>	<p><i>Должен обладать профессиональными компетенциями по ПМ.02.</i></p> <p>Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создавать на спортивной площадке предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.</li> <li>2. Определять цели и задачи, планировать занятия.</li> <li>3. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.</li> <li>4. Применять приемы физической помощи и страховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>5. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.</li> <li>6. Анализировать учебные занятия.</li> <li>7. Мотивировать обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам к участию в физкультурноспортивной деятельности.</li> </ol> <p><i>Должен уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>- планировать физическое</li> </ul>	<p><i>Должен обладать трудовыми умениями из профессионального стандарта:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определять цель и задачи, планировать тренировочные занятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом специфики этапа подготовки;</li> <li>2. Подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;</li> <li>3. Проводить тренировочные мероприятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом специфики этапа подготовки;</li> <li>4. Формировать разностороннюю общую и специальную технико-тактическую</li> </ol>

<p>отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастнополовых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей</p>	<p>воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастнополовых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии;</p>	<p>подготовленность, соответствующую специфике вида адаптивного спорта; 5. Применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений,</p>
--	---	---

<p>обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии;</p> <p>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения обучающимися;</p> <p>- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;</p> <p>- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;</p> <p>- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий;</p> <p>- анализировать отдельные занятия и его результаты;</p> <p>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</p> <p>- мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.</p> <p><b>Должен знать:</b></p> <p>- цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;</p> <p>- медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;</p>	<p>- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения обучающимися;</p> <p>- 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;</p> <p>- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;</p> <p>- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий;</p> <p>- анализировать отдельные занятия и его результаты;</p> <p>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;</p> <p>- мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.</p> <p><b>Должен знать:</b></p> <p>- цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;</p> <p>- медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;</p> <p>- причины, условия возникновения, характеристику</p>	<p>соблюдать технику безопасности на занятиях;</p> <p>6. Анализировать Результаты тренировочного занятия и оценивать процесс и результаты деятельности;</p> <p>7. Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности;</p> <p>8. Использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций, видеофильмов, иных образовательных ресурсов;</p> <p>9. Устанавливать педагогически целесообразные отношения обучающимися</p>
---	---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>- причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп;</li> <li>- средства физической культуры в системе реабилитации;</li> <li>- показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;</li> <li>- методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;</li> <li>- приемы, способы страховки и само страховки;</li> <li>- формы и методы взаимодействия с обучающимися;</li> <li>- виды специального оборудования, его назначение.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>и профилактику болезней отдельных нозологических групп;</li> <li>- 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;</li> <li>- методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;</li> <li>- приемы, способы страховки и само страховки;</li> <li>- формы и методы взаимодействия с обучающимися;</li> <li>- виды специального оборудования, его назначение.</li> </ul>	
--	--	--

## 2. Конкурсное задание

### 2.1. Краткое описание задания

**Школьники:** В ходе выполнения конкурсного задания необходимо разработать и провести динамическую перемену для обучающихся (5-8 классов), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).

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

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

## 2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания.

	<b>Наименование и описание модуля</b>	<b>День</b>	<b>Время демонстрации</b>	<b>Результат</b>
<b>Школьники</b>	<b>Модуль 1.</b> Организация предметно – развивающей среды для проведения динамической перемены для обучающихся (5-8 классов), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).	Первый	2 мин.	Подобраны спортивное оборудование, инвентарь, учебно – методические материалы (по необходимости) и подготовлено место для проведения динамической перемены.
	<b>Модуль 2.</b> Проведение динамической перемены для обучающихся (5-8 классов), имеющими соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).	Первый день	10 мин.	Проведена динамическая перемена для обучающихся (5-8 классов), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).

<b>Студенты</b>	<b>Модуль 1.</b> Организация предметно – развивающей среды для проведения фрагмента основной части физкультурно – оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования для слабослышащих учащихся (9-11 классов).	Первый день	2 мин.	Подобраны спортивное оборудование, инвентарь, учебно – методические материалы (по необходимости) и подготовлено место для проведения фрагмента основной части физкультурно – оздоровительного занятия.
	<b>Модуль 2.</b> Проведение фрагмента основной части физкультурно – оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования, для слабослышащих учащихся (9-11 классов).	Первый день	15 мин.	Проведен фрагмент основной части физкультурно – оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования, для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
<b>Специалисты</b>	<b>Модуль 1.</b> Организация предметно – развивающей среды для проведения фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).	Первый день	10 мин.	Подобраны спортивное оборудование, инвентарь, учебно – методические материалы (по необходимости) и подготовлено место для проведения фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).



	<b>Модуль 2.</b> Проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).	Первый день	15 мин.	Проведен фрагмент основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
--	---	-------------	---------	---

## **2.3.Последовательность выполнения задания.**

### **2.3.1. Школьники**

**Модуль 1. Организация предметно – развивающей среды для проведения динамической перемены для обучающихся (5-8 классов), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсное задание.
2. Определить цель, задачи и содержание для проведения динамической перемены для обучающихся (5-8 классов), имеющих соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).
3. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
4. Подобрать необходимый инвентарь и оборудование.
5. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров демонстрантов.
6. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсного задания.

**Модуль 2. Проведение динамической перемены для обучающихся (5-8 классов), имеющими соматические заболевания и отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А).**

**Последовательность выполнения задания:**

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

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

### **2.3.2. Студенты**

**Модуль 1. Организация предметно – развивающей среды для проведения фрагмента основной части физкультурно – оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования, для слабослышащих учащихся (9-11 классов).**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсное задание.
2. Определить цель, задачи и содержание фрагмента основной части занятия по заявленной теме для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
3. Разработать содержание фрагмента основной части занятия по заявленной теме для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).
5. Подобрать необходимый инвентарь и оборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсного задания.

**Модуль 2. Проведение фрагмента основной части физкультурно – оздоровительного занятия с использованием новых видов оборудования, для слабослышащих учащихся (9-11 классов).**

**Последовательность выполнения задания:**

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

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

### **2.3.3. Специалисты**

**Модуль 1. Организация предметно – развивающей среды для проведения фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Изучить конкурсное задание.
2. Определить цель, задачи и содержание фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
3. Разработать содержание фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
4. Отобрать группу «обучающихся» из числа волонтеров-демонстрантов (6 человек).

5. Подобрать необходимый инвентарь и оборудование.
6. Подготовить место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
7. Сообщить экспертам о готовности выполнения конкурсного задания.

**Модуль 2. Проведение фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).**

**Последовательность выполнения задания:**

1. Организовать начало занятия.
2. Сообщить волонтерам цель и задачи фрагмента основной части тренировочного занятия по волейболу для слабослышащих учащихся (9-11 классов).
3. Выполнить конкурсное задание перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда (приемы физической помощи и страховки).
4. Подвести итоги выполнения конкурсного задания в соответствии с поставленной целью и задачами.
5. Сообщить экспертам об окончании выполнения конкурсного задания.
6. Убрать инвентарь и оборудование с конкурсной площадки с помощью волонтеров-демонстрантов.

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

**2.4. Критерии оценки выполнения задания**

В таблице указываются критерии оценок и их максимальный балл. Критерии оценок соответствуют конкурсным заданиям всех категорий участников.

**2.4.1. Школьники. 2.4.2. Студенты. 2.4.3. Специалисты.**

Модуль 1,2 Критерии	Наивысший балл	Шкала оценки
Соответствие представленной цели условиям конкурсного задания.	2	Объективная
Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в ТЗ компетенции.	4	Объективная
Целесообразность использования форм организации деятельности	1	Объективная
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	2	Объективная
Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	1	Объективная
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	1	Объективная
Соответствие формулировки задач (образовательная, оздоровительно-развивающая, воспитательная, коррекционно-профилактическая) условиям конкурсного задания и представленной цели.	4	Объективная
Соответствие содержания демонстрируемого задания условиям конкурсного задания, представленным цели и задачам.	6	Объективная
Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	4	Объективная
Методическая стройность (логичность, последовательность) проведения конкурсного задания.	4	Объективная
Целесообразность использования форм организации деятельности	2	Объективная

Целесообразность использования методов и приемов обучения	4	Объективная
Целесообразность использования методов и приемов воспитания	4	Объективная
Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий в конкурсном задании.	4	Объективная
Осуществление контроля за дозировкой нагрузки при проведении конкурсного задания.	4	Объективная
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность).	4	Объективная
Наличие методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	4	Объективная
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся).	2	Объективная
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования.	2	Объективная
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда при проведении конкурсного задания.	4	Объективная
Логичность завершения конкурсного задания.	4	Объективная
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	4	Объективная
Демонстрация коммуникативных навыков. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика)	6	Субъективная
Демонстрация коммуникативных навыков. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика)	1	Субъективная
Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории	1	Субъективная
Общее впечатление	1	Субъективная
Творческий подход представленного конкурсного задания.	4	Субъективная
Оригинальность представленного конкурсного задания.	4	Субъективная
Эмоциональность представления конкурсного задания.	4	Субъективная
Положительно-эмоциональный отклик целевой аудитории	4	Субъективная
Общее впечатление	4	Субъективная
<b>Всего</b>	<b>100</b>	

### 3. Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов

**3.1. Школьники; 3.2. Студенты; 3.3 Специалисты** – для всех категорий участников используется одинаковый перечень оборудования, инструментов и расходных материалов:

<b>ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ НА 1-ГО УЧАСТНИКА (конкурсная площадка)</b>				
Оборудование, инструменты, ПО				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования, инструментов	Ед. измерения	Ко лво
1	Стол	на усмотрение организаторов	шт	1
2	Стул	на усмотрение организаторов	шт	1
3	Планшет с зажимом А4	на усмотрение организаторов	шт	1
<b>ПЕРЕЧЕНЬ РАСХОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ НА 1 УЧАСТНИКА</b>				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования, инструментов	Ед. измерения	Ко лво
1	Ручка шариковая	на усмотрение организаторов	шт	1
2	Простой карандаш	на усмотрение организаторов	шт	1
3	Набор цветных маркеров (4 цвета)	на усмотрение организаторов	шт	1
4	Ластик	на усмотрение организаторов	шт	1
5	Цветные стикеры	на усмотрение организаторов	шт	1
6	Ножницы	на усмотрение организаторов	шт	1
7	Линейка	на усмотрение организаторов	шт	1
8	Степлер	на усмотрение организаторов	шт	1
9	Скобы к степлеру	на усмотрение организаторов	шт	1
10	Клей карандаш	на усмотрение организаторов	шт	1
11	Клейкая лента	на усмотрение организаторов	шт	1
12	Бумага формата А-4	на усмотрение организаторов	шт	20
13	Бумага цветная формата А-4	на усмотрение организаторов	шт	15
14	Короб канцелярский	на усмотрение организаторов	шт	1
<b>РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ</b>				
1	Спортивная форма	На усмотрение участника	шт	1
2	Спортивная обувь с нескользкой подошвой	На усмотрение участника	пара	1
3	Свисток судейский	На усмотрение участника	шт	1
4	Спортивный секундомер	На усмотрение участника	шт	1
<b>РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА ПЛОЩАДКЕ</b>				
1	Степлер			
2	Скобы к степлеру			
3	Ножницы			
4	Любые материалы и оборудование, имеющееся при себе у участников, необходимо предъявить Экспертам. Жюри имеет право запретить			
	использование любых предметов, которые будут сочтены не относящимися к выполнению конкурсных заданий, или же могущими несправедливо дать участнику преимущество.			
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ КОТОРОЕ МОЖЕТ ПРИВЕЗТИ С СОБОЙ УЧАСТНИК</b>				

№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования	Ед. измерения	Ко лво
1	Часы наручные механические	На усмотрение участника	шт	1
2	Электронные носители (флешка/диск)	На усмотрение участника	шт	1
3	Дидактические материалы	На усмотрение участника		
Участник конкурса обязуется предоставить Главному эксперту электронный носитель (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.				

### **ОБЩАЯ ИНФРАСТРУКТУРА КОНКУРСНОЙ ПЛОЩАДКИ**

Перечень оборудование, инструментов, средств индивидуальной защиты и т.п.

№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования	Ед. измерения	Ко лво
1	Демонстрационная площадка с нескользящим покрытием и разметкой по периметру - 9м*9м, и средней линией. Ширина разметки 5 см.	на усмотрение организаторов		
2	Гимнастический мяч (фитбол)	на усмотрение организаторов	шт	7
3	Гантель 5 кг	на усмотрение организаторов	шт	14
4	Гимнастическая скамейка 3,5 м	на усмотрение организаторов	шт	2
5	Гимнастический коврик 140 x 50 см x 0,6см	на усмотрение организаторов	шт	7
6	Скакалка 2,5 м	на усмотрение организаторов	шт	7
7	Обруч пластмассовый 90 см	на усмотрение организаторов	шт	7
8	Гимнастическая палка (стандарт)	на усмотрение организаторов	шт	7
9	Манишки разного цвета	на усмотрение организаторов	шт	6
10	Конусы	на усмотрение организаторов	шт	14
11	Фишки усеченные	на усмотрение организаторов	комплект	1
12	Флажки	на усмотрение организаторов	шт	5
13	Мяч баскетбольный	на усмотрение организаторов	шт	7
14	Мяч волейбольный	на усмотрение организаторов	шт	7
15	Игра бочча в мягкой сумке	на усмотрение организаторов	комплект	1
16	Повязка глазная тканевая	на усмотрение организаторов	шт	6
17	Медицинбол 1кг	на усмотрение организаторов	шт	7

18	Степ платформа	на усмотрение организаторов	шт	7
19	Пипидастры	на усмотрение организаторов	пара	7
20	Теннисные мячи	на усмотрение организаторов	шт	7
21	Изотоническое кольцо	на усмотрение организаторов	шт	7
22	Гимнастический бодибар для фитнеса	на усмотрение организаторов	шт	7
23	Контейнер-корзина для мелкого инвентаря	на усмотрение организаторов	шт	1
24	Контейнер-корзина для мячей	на усмотрение организаторов	шт	1
25	Стеллаж для хранения спортивного инвентаря	на усмотрение организаторов	шт	2
26	Рулетка	на усмотрение организаторов	шт	1
27	Планшет	на усмотрение организаторов	шт	1
28	Клейкая лента	на усмотрение организаторов	шт	2
29	Клейкая лента, цветная	на усмотрение организаторов	шт	2
30	Ручка	на усмотрение организаторов	шт	1
31	Корзина для мусора	на усмотрение организаторов	шт	1
32	Совок	на усмотрение организаторов	шт	1
33	Веник	на усмотрение организаторов	шт	1
34	Мешки под мусор 60 литров	на усмотрение организаторов	упаковка	1
35	Микрофон	на усмотрение организаторов	шт	1
36	Проектор	на усмотрение организаторов	шт	1
37	Экран для проецирования	на усмотрение организаторов	шт	1
38	Столик для проектора	на усмотрение организаторов	шт	1
39	МФУ	на усмотрение организаторов	шт	2
40	Автоматизированное рабочее место (ПК, клавиатура, мышь, монитор, колонки)	на усмотрение организаторов	шт	1
41	Мольберт	на усмотрение организаторов	шт	2
42	Кординационная лестница	на усмотрение организаторов	шт.	1
43	Кистевой-динамометр	на усмотрение организаторов	шт.	2
44	Канат	на усмотрение организаторов	шт.	1
45	Мяч футбольный	на усмотрение организаторов	шт.	7
46	Скакалка	на усмотрение организаторов	шт.	7
47	Роллы	на усмотрение организаторов	шт.	7
48	Болстеры	на усмотрение организаторов	шт.	7
49	Полусфера гимнастическая bosu	на усмотрение организаторов	шт.	7
50	Кольцевой амортизатор	на усмотрение организаторов	шт.	7
51	Мяч голбольный	на усмотрение организаторов	шт.	3
	Амортизатор с ручками	на усмотрение организаторов	шт.	7
<b>ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ НА 1-ГО ЭКСПЕРТА (КОНКУРСНАЯ ПЛОЩАДКА)</b>				

Перечень оборудования, мебель, канцелярия и т.п.				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. Характеристиками, либо тех. характеристики оборудования	Ед. измерения	Ко лво
1	Стол	на усмотрение организаторов	шт	1
2	Стул	на усмотрение организаторов	шт	1
3	Ручка шариковая	на усмотрение организаторов	шт	1
4	Простой карандаш	на усмотрение организаторов	шт	1
5	Бумага формата А4	на усмотрение организаторов	лист	40
6	Автоматизированное рабочее место для Главного эксперта (ПК, клавиатура, мышь, монитор, колонки) с выходом в Интернет	на усмотрение организаторов	шт	1
<b>КОМНАТА УЧАСТНИКОВ</b>				
Перечень оборудования, мебель, канцелярия и т.п.				
1	Вешалка для одежды	на усмотрение организаторов	шт	2
2	Стул	на усмотрение организаторов	шт	10
3	Стол	на усмотрение организаторов	шт	3
4	Корзина для мусора	на усмотрение организаторов	шт	1
5	Совок	на усмотрение организаторов	шт	1
6	Веник	на усмотрение организаторов	шт	1
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ/КОММЕНТАРИИ</b>				
Количество точек питания и их характеристики				
№	Наименование	Тех. характеристики		
1	Удлинитель 220 В, 5м, 5 розеток	На усмотрение организаторов	шт	5
2	Электричество на пост для 1эксперта	220 вольт 2 розетки 2 квт	Пост эксперта	2
3	Wi-Fi с выходом в интернет	до 5 Mbit	точка	2
4	Кулер для воды	на усмотрение организаторов	шт	3
5	Вода питьевая бутилированная 19 л.	на усмотрение организаторов	шт	3
6	Пластиковый одноразовый стакан	на усмотрение организаторов	упаковка	6

#### **4. Схемы оснащения рабочих мест с учетом основных нозологий**

##### **4.1. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом 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".

3. Охрана труда в России [Электронный ресурс].- Режим доступа: [https://ohranatruda.ru/ot\\_biblio/norma/249185/](https://ohranatruda.ru/ot_biblio/norma/249185/)).

	<b>Площадь, м.кв.</b>	<b>Ширина прохода между рабочим и местами, м.</b>	<b>Специализированное оборудование, количество.*</b>
<b>Рабочее место участника с нарушением слуха</b>	<b>1,5 м.кв.</b>	<b>1,5 м</b>	В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями зрения и слуха; Для слабослышащих участников можно предусмотреть звукоусиливающую аппаратуру, телефон громкоговорящий акустическая система, информационная индукционная система, индивидуальные наушники.
<b>Рабочее место участника с нарушением зрения</b>	<b>1,5 м.кв.</b>	<b>1,5 м</b>	В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями зрения и слуха: а) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций; б) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой с возможностью использования крупного рельефноконтрастного 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><b>Рабочее место участника с нарушение м ОДА</b></p>	<p><b>2,25 м.кв.</b></p>	<p><b>1,5 м</b></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 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"> <li>- оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим возможность подъезда к рабочему месту и разворота кресла-коляски.</li> </ul>
<p><b>Рабочее место участника с соматическими заболеваниями</b></p>	<p><b>1,5 м.кв.</b></p>	<p><b>1,5 м</b></p>	<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, 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><b>Рабочее место участника с ментальными нарушениями</b></p>	<p><b>1,5 м.кв.</b></p>	<p><b>1,5 м</b></p>	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие нервно-психических заболеваний создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия производственной 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 (технические устройства) 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 создающие помех для подхода, пользования, передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью и в то же время не затрудняющие досягаемость; исключение острых выступов, углов, ранимых поверхностей, выступающих крепежных деталей).</p> <p>Требования к условиям и организации труда на рабочих местах инвалидов вследствие заболеваний нервной системы</p> <p>Для работников создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия производственной 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>
---	-------------------------	---------------------	--

## 4.2. Графическое изображение рабочих мест с учетом основных нозологий.

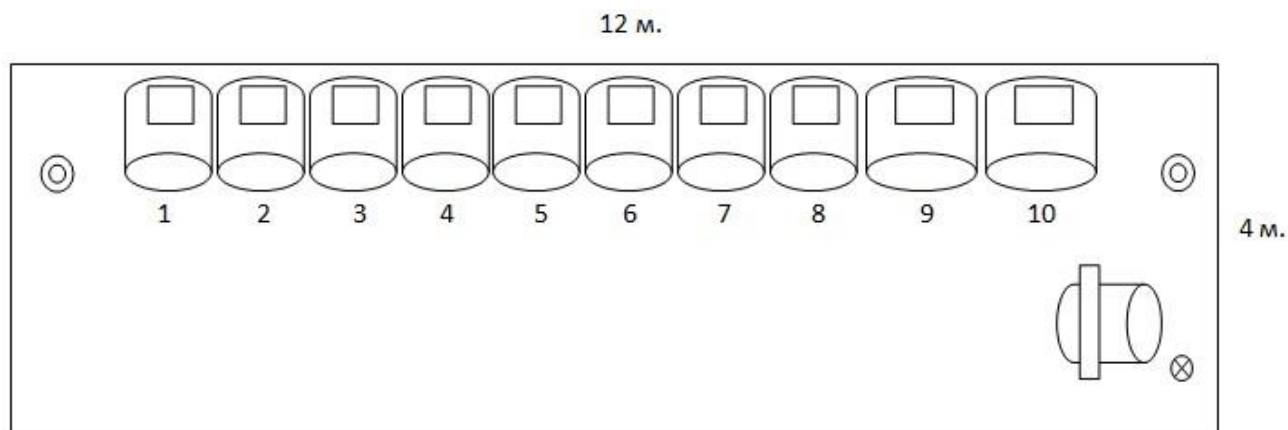


Рис. 1. План рабочих мест в зоне участников

### Условные обозначения:



- рабочие места 1-8 для участников с нарушениями слуха, зрения, соматическими заболеваниями, ментальными нарушениями;



- рабочие места 9-10 для участников с нарушением ОДА;



- кулер для воды;



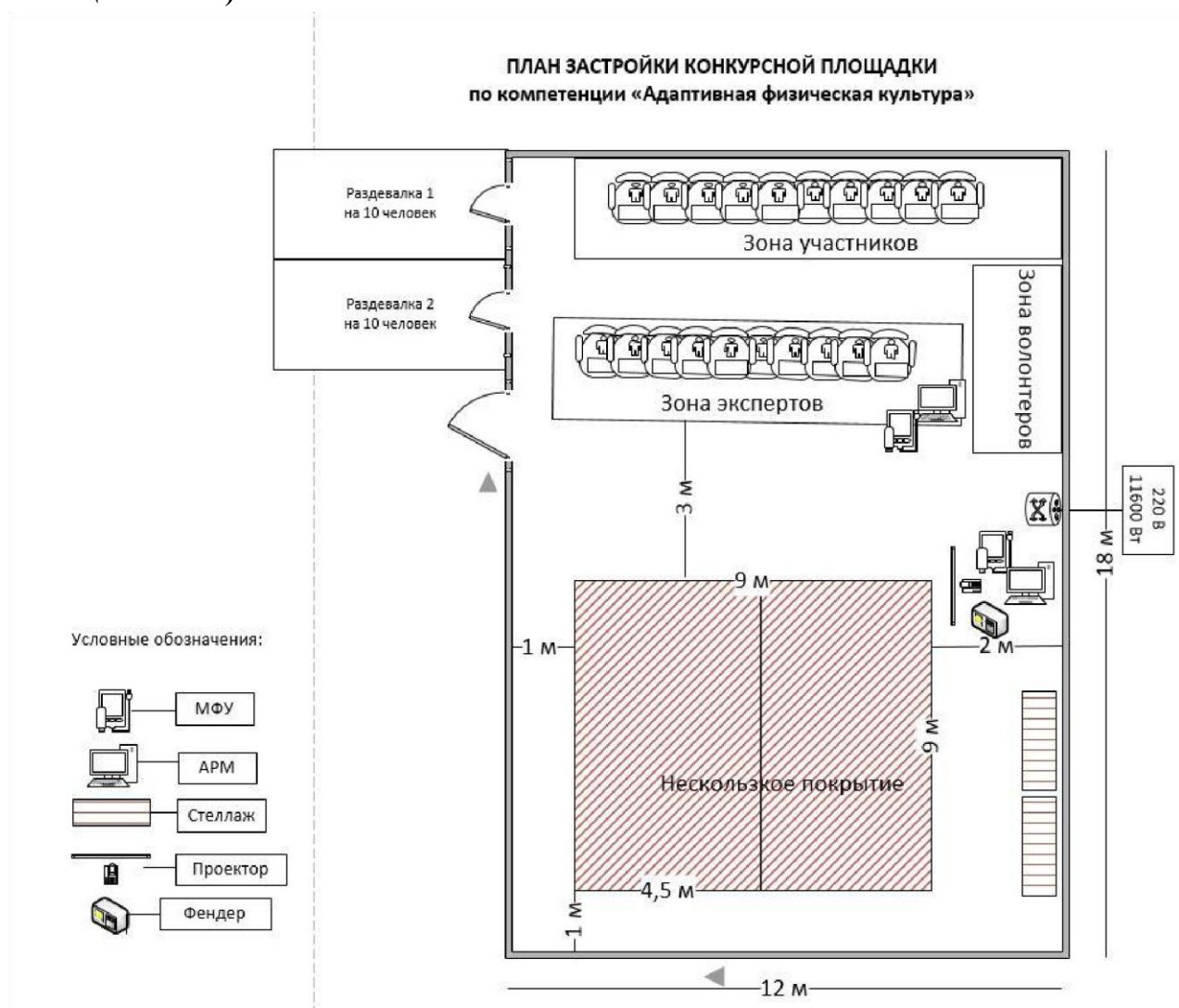
- эл. розетка;



- Автоматизированное рабочее место IT-сотрудника;

### 4.3. Схема застройки соревновательной площадки:

- на 10 рабочих мест для всех категорий участников (школьники, студенты, специалисты).



## 5. Требования охраны труда и техники безопасности

### 5.1. Общие требования безопасности

1) При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на работающих следующих опасных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для занятий физической культуре;
- травмы при падении обучающихся во время проведения физических упражнений, подвижных игр и двигательных заданий.

2) В зале для занятий по физической культуре должен быть соблюден температурный режим.

3) Участники, эксперты и волонтеры обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

4) При несчастном случае немедленно сообщить об этом организаторам.

5) В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

6) Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с

правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, могут быть удалены с конкурсной площадки в соответствии с регламентом чемпионатов Абилимпикс.

#### *5.2. Требования безопасности до начала работы*

1) Включить полностью освещение зала для занятий физической культурой и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 Вт/кв.м.), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32 Вт/кв.м.).

2) Убедиться в исправности электрооборудования зала для гимнастических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

3) Проверить санитарное состояние зала для занятий физической культурой и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до прихода занимающихся.

4) Убедиться в том, что температура воздуха в зале для занятий физической культурой не ниже 19°C.

5) Во избежание падения и травмирования обучающихся убедиться в том, что разметка и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен и надежно закреплен.

#### *5.3. Требования безопасности во время работы*

1) При выполнении упражнений на повышенной опоре и других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать от падения, не разрешать обучающимся самостоятельно без разрешения инструктора подниматься на высоту. Обеспечивать укладку гимнастических матов.

2) При выполнении упражнений и двигательных заданий соблюдать достаточные интервалы и дистанцию, чтобы не было столкновений.

3) При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы обучающиеся приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

4) При проведении упражнений, подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между обучающимися, толчков и ударов по рукам и ногам.

5) В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения физических упражнений и спортивных игр, ношения спортивной одежды и спортивной обуви.

#### *5.4. Требования безопасности по окончании работы*

1) выключить электрические звуковоспроизводящие аппараты.

2) убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

3) проветрить спортивный зал, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

#### *5.5. Требования безопасности в случае аварийной ситуации*

1) при возникновении пожара немедленно эвакуировать людей из зала для занятий физической культурой, сообщить о пожаре главному эксперту и организаторам или в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

2) при получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

3) при поражении электрическим током немедленно отключить напряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение