

Рабочей группой по вопросам
разработки оценочных материалов
в 2021 году для проведения
Демонстрационного экзамена
по стандартам Ворлдскиллс Россия
по образовательным программам
среднего профессионального
образования

Протокол от 09.12.2021г.

№ Пр-09.12.2021-1

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ДЛЯ ДЕМОНСТРАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА ПО
СТАНДАРТАМ ВОРЛДСКИЛЛС РОССИЯ**

Номер компетенции	D1
Наименование компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес

Оглавление

1. Инструкция по охране труда и технике безопасности для проведения Демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия	7
Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности.	7
Инструкция по охране труда для участников	8
1. Общие требования охраны труда.....	8
2. Требования охраны труда перед началом выполнения работ	12
3. Требования охраны труда во время выполнения работ	17
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.....	21
5. Требования охраны труда по окончании работ.....	22
Инструкция по охране труда для экспертов.....	23
1. Общие требования охраны труда.....	23
2. Требования охраны труда перед началом работы	24
3. Требования охраны труда во время работы.....	25
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.....	27
5. Требования охраны труда по окончании выполнения работы	28
2. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.1- 2022.....	29
Паспорт комплекта оценочной документации.....	29
1. Описание	29
2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	30
3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	34
4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из столбальной шкалы в пятибалльную	35
5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)	35
6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.	36
7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	37
8. Необходимые приложения	60

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	61
План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (распределенный)	62
План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (дистанционный)	63
Образец задания	64
3. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.2-2022.....	84
Паспорт комплекта оценочной документации.....	84
1. Описание	84
2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	85
3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	88
4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную	89
5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)	89
6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.	90
7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	91
8. Необходимые приложения	93
План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	94
Образец задания	95
4. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.3-2022.....	105
Паспорт комплекта оценочной документации.....	105
1. Описание	105
2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	106
3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	109

4.	Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную	110
5.	Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при–наличии).....	110
6.	Детальная информация о распределении баллов и формате оценки. 111	
7.	Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	112
8.	Необходимые приложения	114
	План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	115
	Образец задания	116
5.	Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.4-2022.....	130
	Паспорт комплекта оценочной документации.....	130
1.	Описание	130
2.	Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	131
3.	Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	135
4.	Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную	135
5.	Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при–наличии).....	136
6.	Детальная информация о распределении баллов и формате оценки. 137	
7.	Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	138
8.	Необходимые приложения	140
	План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	141
	Образец задания	142
6.	Комплект оценочной документации паспорт КОД 2.1-2022.....	145
	Паспорт комплекта оценочной документации.....	145

1.	Описание	145
2.	Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	146
3.	Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	150
4.	Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из столбальной шкалы в пятибалльную	150
5.	Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)	151
6.	Детальная информация о распределении баллов и формате оценки. 152	
7.	Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	153
8.	Необходимые приложения	155
	План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	156
	Образец задания	157
7.	Комплект оценочной документации паспорт КОД 2.2-2022.....	188
	Паспорт комплекта оценочной документации.....	188
1.	Описание	188
2.	Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта	189
3.	Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке.....	193
4.	Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из столбальной шкалы в пятибалльную	193
5.	Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)	194
6.	Детальная информация о распределении баллов и формате оценки. 195	
7.	Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.....	196
8.	Необходимые приложения	199

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)	200
Образец задания	201

1. Инструкция по охране труда и технике безопасности для проведения Демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия

Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности.

1. Общие сведения о месте проведения экзамена, расположении компетенции, времени трансфера до места проживания, расположении транспорта для площадки, особенностях питания участников и экспертов, месторасположении санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичного пожаротушения.

2. Время начала и окончания проведения экзаменационных заданий, нахождение посторонних лиц на площадке.

3. Контроль требований охраны труда участниками и экспертами.

4. Вредные и опасные факторы во время выполнения экзаменационных заданий и нахождение на территории проведения экзамена.

5. Общие обязанности участника и экспертов по охране труда, общие правила поведения во время выполнения экзаменационных заданий и на территории.

6. Основные требования санитарии и личной гигиены.

7. Средства индивидуальной и коллективной защиты, необходимость их использования.

8. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первой помощи.

9. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой эвакуации и пожарными выходами.

Инструкция по охране труда для участников

1. Общие требования охраны труда

1.1 Для участников до 14 лет

К выполнению экзаменационного задания, под непосредственным руководством экспертов или совместно с экспертом компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» по стандартам WorldSkills допускаются участники в возрасте до 14 лет:

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;
- не имеющие противопоказаний к выполнению заданий демонстрационного экзамена по состоянию здоровья.

Для участников от 14 до 17 лет

К участию в демонстрационном экзамене, под непосредственным руководством эксперта компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» по стандартам WorldSkills допускаются участники в возрасте от 14 до 16 лет:

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;
- не имеющие противопоказаний к выполнению заданий демонстрационного экзамена по состоянию здоровья.

Для участников старше 18 лет

К самостоятельному выполнению заданий демонстрационного экзамена в компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» по стандартам WorldSkills допускаются участники не моложе 18 лет:

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;
- не имеющие противопоказаний к выполнению заданий демонстрационного экзамена по состоянию здоровья.

1.2 В процессе выполнения заданий демонстрационного экзамена и нахождения на территории и в помещениях места проведения экзамена, участник обязан:

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

1.3 Участник для выполнения экзаменационного задания использует:

1) спортивный инвентарь:

- конусы и фишки для футбола;
- маты гимнастические;
- мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные, малые, теннисные;
- обручи пластмассовые;
- гимнастические палки;
- скакалки;
- гимнастические коврики;
- гимнастические скамейки;
- гантели весом 0,5 кг и 1 кг;
- степ-платформы;
- гимнастические мячи (фитболы);
- пипидастры, флажки;
- ринги (изотонические кольца);
- роллы (цилиндры);
- ремни и блоки для йоги;
- болстеры;
- медицинские мячи весом 1 кг и 2 кг;
- полусферы гимнастические bosu;
- многофункциональная рама (навесная мишень, скамья для пресса навесная);
- держатели для штанги;

- брусья/пресс навесные;
- платформу для зашагивания;
- универсальные скамьи 0-90 градусов;
- ребаундер реактор для мячей;
- плиометрическую тумбу;
- TRX-петли;
- бодибары (4 кг и 6 кг);
- кольцевые амортизаторы (разного уровня сопротивления);
- амортизаторы с ручками (разного уровня сопротивления);
- канаты для кроссфита;
- грифы;
- барьеры;
- эстафетные палочки;
- координационные лестницы;
- штанги разборные для аэробики.

2) оборудование:

- ноутбук;
- компьютерную мышь;
- наушники с микрофоном;
- головную гарнитуру для выступления (микрофон);
- интерактивную систему (проектор с креплением, интерактивная доска, маркеры интерактивной доски, ноутбук, компьютерная мышь);
- микшер и колонки;
- зеркальный фотоаппарат;
- аккумулятор;
- зарядное устройство для аккумулятора;
- микрофон петличный;
- штатив;
- кард-ридер для флешек;
- принтер цветной;
- принтер черно-белый;
- спортивный секундомер;
- ростомер и автоматический ростомер;
- напольные весы;
- рулетку;
- калькулятор;
- планшет;

- умные весы;
- умные браслеты;
- автоматический тонометр;
- портативный анализатор состава тела человека.

1.4 При выполнении экзаменационного задания на участника могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

Физические:

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




Психологические:

- напряжение внимания;
- повышенная ответственность.

1.5 Применяемые во время выполнения экзаменационного задания средства индивидуальной защиты:

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

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

- Ф 04 «Огнетушитель» 
- Е 22 «Указатель выхода» 
- Е 23 «Указатель запасного выхода» 

– ЕС 01 «Аптечка первой медицинской помощи»



– Р 01 «Запрещается курить»



1.7 При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся экспертам.

В помещении комнаты экспертов находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни участника, об этом немедленно уведомляется главный эксперт. Главный эксперт принимает решение о назначении дополнительного времени для участия в экзамене. В случае отстранения участника от дальнейшего участия в демонстрационном экзамене ввиду болезни или несчастного случая, он получит баллы за любую завершённую работу.

Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в Форме регистрации несчастных случаев и в Форме регистрации перерывов в работе.

1.8 Участники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом WorldSkills Russia.

Несоблюдение участником норм и правил ОТ и ТБ ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или перманентному отстранению аналогично апелляции.

2. Требования охраны труда перед началом выполнения работ

Перед началом выполнения экзаменационного задания участники должны выполнить следующее:

2.1 В подготовительный день все участники должны ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинских кабинетов, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

По окончании ознакомительного периода участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения

инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом.

2.2 Подготовить рабочее место, проверить внешним осмотром:

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

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

2.3 Провести разминку.

2.4 Подготовить спортивный инвентарь, разрешенный к самостоятельной работе:

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Правила подготовки к выполнению экзаменационного задания
конусы и фишки для футбола, обруч пластмассовый, гимнастические палки, гимнастические скамейки, бодибары (4 кг и 6 кг), эстафетные палочки	<ul style="list-style-type: none"> – поверхность должна быть ровной, без выступов; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
маты гимнастические, гимнастические коврики	<ul style="list-style-type: none"> – должны быть чистыми и ровными, без разрывов; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные, малые, теннисные	<ul style="list-style-type: none"> – имеют достаточный отскок; учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
скакалки	<ul style="list-style-type: none"> – не должны иметь узлов; учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Правила подготовки к выполнению экзаменационного задания
	экзаменационного задания
гимнастические мячи (фитболы)	<ul style="list-style-type: none"> – имеют достаточную упругость; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
гантели весом 0,5 кг и 1 кг, медицинские мячи весом 1 кг и 2 кг	<ul style="list-style-type: none"> – целостность покрытия; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
степ-платформы, полусферы гимнастические bosu	<ul style="list-style-type: none"> – обеспечить нескользкую поверхность; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
пиподастры, флажки	– применять правила безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания
ринги (изотонические кольца), роллы, ремни и блоки для йоги, болстеры, координационные лестницы	<ul style="list-style-type: none"> – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
многофункциональная рама (навесная мишень, навесная скамья), плиометрическая тумба, кольцевые амортизаторы (разного уровня сопротивления), амортизаторы с ручками (разного уровня сопротивления), канаты для кроссфита, гриф, брусья/пресс навесные, платформа для зашагивания, универсальные скамьи 0-90 градусов, ребаундер реактор для мячей, штанги разборные для аэробики	учитывается специфика оборудования для безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания
TRX-петли	учитывается специфика крепления навесного оборудования для безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Правила подготовки к выполнению экзаменационного задания
барьеры	<ul style="list-style-type: none"> – регулировать высоту с учетом роста и подготовленности статиста (волонтера); – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания

2.5 Подготовить оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

Наименование оборудования	Правила подготовки к выполнению экзаменационного задания
ноутбук, компьютерная мышь, принтер цветной, принтер черно-белый, многофункциональное устройство черно-белое и цветное, интерактивная система (проектор с креплением, интерактивная доска, маркеры интерактивной доски, стерка для интерактивной доски, ноутбук, компьютерная мышь)	учитывать особенности работы на персональном компьютере и копировально-множительной технике
наушники с микрофоном, головная гарнитура, микрофон петличный	визуальным осмотром проверить целостность кабеля подключения
зеркальный фотоаппарат, штатив	учитывать особенности работы фотоаппарата, надежно устанавливать фотоаппарат на штатив, проверить положения штатива с целью обеспечения его устойчивости
спортивный секундомер, ростомер, напольные весы, кистевой динамометр, рулетка	проверить визуальным осмотром целостность корпуса, учитывать особенности работы
умные браслеты, планшет, умные весы, портативный анализатор состава тела человека, автоматический ростомер	учитывать особенности работы с умными браслетами и приложениями к ним в планшете: с умными весами, с портативным анализатором состава тела человека и автоматическим ростомером

2.6 В день проведения экзамена изучить содержание и порядок проведения модулей экзаменационного задания, а также безопасные приемы их выполнения. Проверить пригодность спортивного оборудования и инвентаря визуальным осмотром.

Привести в порядок спортивный костюм и спортивную обувь:

- застегнуть спортивную форму на все пуговицы (завязать завязки, шнурки, застегнуть молнию),

- не допуская свисающих концов одежды.

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

При демонстрации экзаменационного задания:

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

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

- соблюдать правила перемещения в пределах рабочей площадки;

- не выполнять упражнения без предварительной разминки;

- не выполнять травмоопасные упражнения без страховки;

- при выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая;

- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;

- перед выполнением упражнений с мячами посмотреть, нет ли людей в зоне бросков;

- не находиться в зоне бросков;

- не подавать снаряд для метания друг другу броском;

- во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку;

- начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу);

- строго выполнять правила проведения подвижной игры;

- избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков;

- при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы;

- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы).

2.7 Ежедневно, перед началом выполнения экзаменационного задания, в процессе подготовки рабочего места:

- осмотреть и привести в порядок рабочее место;

- убедиться в достаточности освещенности;

- проверить (визуально) исправность спортивного оборудования и инвентаря.

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

2.9 Участнику запрещается приступать к выполнению экзаменационного задания при обнаружении неисправности спортивного оборудования и инвентаря. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить эксперту и до устранения неполадок к заданию не приступать.

3. Требования охраны труда во время выполнения работ

3.1 При выполнении экзаменационных заданий участнику необходимо соблюдать требования безопасности при использовании спортивного инвентаря и оборудования:

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Требования безопасности
конусы и фишки для футбола, обруч пластмассовый, гимнастическая палка, гимнастическая скамейка, бодибары (4 кг и 6 кг), эстафетные палочки	<ul style="list-style-type: none"> – поверхность должна быть ровной, без выступов; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
маты гимнастические, гимнастические коврики	<ul style="list-style-type: none"> – должны быть чистыми и ровными, без разрывов; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные, малые, теннисные	<ul style="list-style-type: none"> – имеют достаточный отскок; учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
скакалки	<ul style="list-style-type: none"> – не должны иметь узлов; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
гимнастические мячи (фитболы)	<ul style="list-style-type: none"> – имеют достаточную упругость; – учитывается целесообразность размещения на площадке; – применение с учетом специфики

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Требования безопасности
	спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
гантели весом 0,5 кг и 1 кг, медицинские мячи весом 1 кг и 2 кг	целостность покрытия; учитывается целесообразность размещения на площадке; применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
степ-платформы, полусферы гимнастические bosu	обеспечить нескользкую поверхность; учитывается целесообразность размещения на площадке; применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
пиподастры, флажки	применять правила безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания
ринги (изотонические кольца), роллы, ремни и блоки для йоги, болстеры, координационные лестницы	учитывается целесообразность размещения на площадке; применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания
многофункциональная рама (навесная мишень, навесная скамья), плиометрическая тумба, кольцевые амортизаторы (разного уровня сопротивления), амортизаторы с ручками (разного уровня сопротивления), канат для кроссфита, гриф, брусья/пресс навесные, платформа для зашагивания, универсальные скамьи 0-90 градусов, ребаундер реактор для мячей, штанги разборные для аэробики	учитывается специфика оборудования для безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания
TRX-петли	учитывать специфику крепления навесного оборудования для безопасного использования при демонстрации экзаменационного задания
барьеры	регулировать высоту с учетом роста и подготовленности статиста (волонтера); учитывается целесообразность размещения на площадке; применение с учетом специфики спортивного инвентаря в ходе демонстрации экзаменационного задания

При выполнении экзаменационных заданий участнику необходимо соблюдать требования безопасности при использовании оборудования:

Наименование оборудования	Правила подготовки к выполнению экзаменационного задания
ноутбук, компьютерная мышь, принтер цветной, принтер черно-белый, интерактивная система (проектор с креплением, интерактивная доска, маркеры интерактивной доски, ноутбук, компьютерная мышь), микшер и колонка	учитывать особенности работы на персональном компьютере и копировально-множительной технике
наушники с микрофоном, головная гарнитура, микрофон петличный	визуальным осмотром проверить целостность кабеля подключения
зеркальный фотоаппарат, штатив	учитывать особенности работы фотоаппарата, надежно устанавливать фотоаппарат на штатив, проверить положения штатива с целью обеспечения его устойчивости
спортивный секундомер, ростомер, напольные весы, рулетка	проверить визуальным осмотром целостность корпуса, учитывать особенности работы
умные браслеты, планшет, умные весы, портативный анализатор состава тела человека, автоматический ростомер, автоматический тонометр	учитывать особенности работы с умными браслетами и приложениями к ним в планшете, с умными весами, с портативным анализатором состава тела человека, автоматическим ростомером и автоматическим тонометром

3.2 При выполнении экзаменационных заданий и уборке рабочих мест:

- необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;
- соблюдать настоящую инструкцию;
- соблюдать правила эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;
- поддерживать порядок и чистоту на рабочем месте;
- выполнять экзаменационные задания только на исправном спортивном оборудовании.

3.3 При неисправности спортивного инвентаря и оборудования – прекратить выполнение экзаменационного задания и сообщить об этом главному эксперту, а в его отсутствие заместителю главного эксперта.

3.4 Во избежание поражения током запрещается:

- прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;
- допускать попадания влаги на поверхность монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами.

3.5 Участнику во время работы с оргтехникой:

- обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их;
 - не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве (в некоторых компонентах устройств используется высокое напряжение или лазерное излучение, что может привести к поражению электрическим током или вызвать слепоту);
 - не производить включение/выключение аппаратов мокрыми руками;
 - не ставить на устройство емкости с водой, не класть металлические предметы;
 - не эксплуатировать аппарат, если он перегрелся, стал дымиться, появился посторонний запах или звук;
 - не эксплуатировать аппарат, если его уронили или корпус был поврежден;
 - вынимать застрявшие листы можно только после отключения устройства из сети;
 - запрещается перемещать аппараты включенными в сеть.

3.6 Включение и выключение персонального компьютера и оргтехники должно проводиться в соответствии с требованиями инструкции по эксплуатации.

3.7 Запрещается:

- устанавливать неизвестные системы паролирования и самостоятельно проводить переформатирование диска;
- иметь при себе любые средства связи;
- пользоваться любой документацией, кроме предусмотренной экзаменационным заданием.

3.8 При неисправности оборудования – прекратить работу и сообщить об этом техническому эксперту, а в его отсутствие заместителю главного эксперта.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1 При обнаружении неисправности или поломки спортивного инвентаря и оборудования, участнику следует немедленно прекратить его эксплуатацию, сообщить о случившемся экспертам. Выполнение экзаменационного задания продолжить только после устранения возникшей неисправности.

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

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

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

4.5 При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить главного эксперта и экспертов. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями главного эксперта или эксперта, заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники.

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

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

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

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

При взрыве необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию экспертов, при необходимости эвакуации взять с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдать осторожность, не трогать поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода. В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

5. Требования охраны труда по окончании работ

После окончания работ каждый участник обязан:

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

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

5.3. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

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

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

Инструкция по охране труда для экспертов

1. Общие требования охраны труда

1.1 К работе в качестве эксперта компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» допускаются эксперты, прошедшие специальное обучение и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 Эксперт с особыми полномочиями, на которого возложена обязанность проведения инструктажа по охране труда, должен иметь действующее удостоверение «О проверке знаний требований охраны труда».

1.3 В процессе контроля выполнения экзаменационных заданий и нахождения на площадке эксперт обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и планов эвакуации;
- расписание и график проведения экзаменационного задания, установленные режимы труда и отдыха.

1.4 При работе на персональном компьютере и копировально-множительной технике на эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

- электрический ток;
- зрительное перенапряжение при работе с ПК.

При наблюдении за выполнением экзаменационного задания участниками на эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания, усиленная нагрузка на зрение;
- ответственность при выполнении своих функций.

1.5 Знаки безопасности, используемые на рабочих местах участников, для обозначения присутствующих опасностей:

- Ф 04 «Огнетушитель» 

1.6 При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся главному эксперту.

В помещении экспертов компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни эксперта, об этом немедленно уведомляется главный эксперт.

1.7 Эксперты, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом WorldSkills Russia, а при необходимости согласно действующему законодательству.

2. Требования охраны труда перед началом работы

Перед началом работы эксперты должны выполнить следующее:

2.1 В подготовительный день эксперт с особыми полномочиями, ответственный за охрану труда, обязан провести подробный инструктаж по программе инструктажа по охране труда и технике безопасности, ознакомить экспертов и участников с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, с местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинских кабинетов, питьевой воды, проконтролировать подготовку рабочих мест участников в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Проверить спортивный костюм и спортивную обувь. Проверить наличие медицинских масок для лица, хлопчатобумажных перчаток и влажных антибактериальных салфеток для проведения производственной гимнастики; исправность спортивного инвентаря и оборудования для выполнения подготовки и контроля подготовки участниками рабочих мест.

2.2 Ежедневно, перед началом выполнения экзаменационного задания участниками демонстрационного экзамена, эксперт с особыми полномочиями проводит инструктаж по охране труда, эксперты контролируют процесс подготовки рабочего места участниками, и принимают участие в подготовке рабочих мест участников в возрасте моложе 18 лет.

2.3 Ежедневно, перед началом работ на площадке и в помещении экспертов необходимо:

- осмотреть рабочие места экспертов и участников;
- привести в порядок рабочее место эксперта;
- проверить правильность подключения оборудования в электросеть;
- осмотреть спортивный инвентарь и оборудование участников.

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

2.5 Эксперту запрещается приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить техническому эксперту и до устранения неполадок к работе не приступать.

2.6

3. Требования охраны труда во время работы

3.1 Изображение на экранах видеомониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.2 Суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение экзаменационного дня должно быть не более 6 часов.

Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

3.3 Во избежание поражения током запрещается:

- прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами.;

3.4 При выполнении модулей экзаменационного задания участниками, эксперту необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами без необходимости, не отвлекать других экспертов и участников.

3.5 Эксперту во время работы с оргтехникой:

- обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их;
- не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве (в некоторых компонентах устройств используется высокое напряжение или лазерное излучение, что может привести к поражению электрическим током или вызвать слепоту);

- не производить включение/выключение аппаратов мокрыми руками;
- не ставить на устройство емкости с водой, не класть металлические предметы;
- не эксплуатировать аппарат, если он перегрелся, стал дымиться, появился посторонний запах или звук;
- не эксплуатировать аппарат, если его уронили или корпус был поврежден;
- вынимать застрявшие листы можно только после отключения устройства из сети;
- запрещается перемещать аппараты включенными в сеть;
- все работы по замене картриджей, бумаги можно производить только после отключения аппарата от сети;
- запрещается опираться на стекло оригиналодержателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;
- запрещается работать на аппарате с треснувшим стеклом;
- обязательно мыть руки теплой водой с мылом после каждой чистки картриджей, узлов и т.д.;
- просыпанный тонер, носитель немедленно собрать пылесосом или влажной ветошью.

3.6 Включение и выключение персонального компьютера и оргтехники должно проводиться в соответствии с требованиями инструкции по эксплуатации.

3.7 Запрещается:

- устанавливать неизвестные системы паролирования и самостоятельно проводить переформатирование диска;
- иметь при себе любые средства связи;
- пользоваться любой документацией, кроме предусмотренной экзаменационным заданием.

3.8 При неисправности оборудования – прекратить работу и сообщить об этом техническому эксперту, а в его отсутствие заместителю главного эксперта.

3.9 При нахождении на экзаменационной площадке эксперту:

- надеть необходимые средства индивидуальной защиты;
- передвигаться по площадке не спеша, не делая резких движений, смотря под ноги.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При обнаружении неисправности в эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования, эксперту следует немедленно прекратить демонстрацию экзаменационного задания и принять меры к устранению неисправностей, а также сообщить о случившемся техническому эксперту. Выполнение экзаменационного задания продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, следует ограничить время работы с персональным компьютером и другой оргтехникой, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием персонального компьютера и другой оргтехники.

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

4.4. При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить главного эксперта. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями главного эксперта или должностного лица, заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники.

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

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

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

4.8. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходить близко к нему, предупредить о возможной опасности находящихся поблизости ответственных лиц.

4.9. При взрыве необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию должностных лиц, при необходимости эвакуации, эвакуировать участников и других экспертов, взять с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдать осторожность, не трогать поврежденные конструкции, оголившиеся

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

5. Требования охраны труда по окончании выполнения работы

После окончания экзаменационного дня эксперт обязан:

5.1 Отключить электрические приборы, оборудование, инструмент и устройства от источника питания.

5.2 Привести в порядок рабочее место эксперта и проверить рабочие места участников.

5.3 Сообщить техническому эксперту о выявленных во время выполнения экзаменационной заданий неполадках и неисправностях спортивного инвентаря и оборудования, и других факторах, влияющих на безопасность труда.

2. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.1-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Однодневный
4	Номер КОД	КОД 1.1
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	23.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	3:17:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	Х
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Да
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Да
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Эксперты находятся в ЦПДЭ, участники работают удаленно
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; 	2

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности 	
5	Проведение консультаций с населением с использованием цифровых технологий	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • психологию общения и поведения человека; • возрастную психологию и анатомию человека; • структуру построения консультационного процесса; • особенности подбора целесообразных способов решения запросов от аудитории клиентов; • преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий спортом; • специфику работы с современными устройствами по здоровьесбережению. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проводить консультации основанные на запросе клиентов в доступной для них форме; • выстраивать консультацию в логической последовательности; • осуществлять отбор средств, методов и приемов в зависимости от выявленных рисков и угроз возникновения соматических заболеваний при нарушении правил здорового образа жизни; • разрабатывать материал для выступления, который может в дальнейшем самостоятельно использовать клиент для поддержания своего здоровья 	5
7	Подбор двигательной активности с учетом возрастных особенностей	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • возрастные и гендерные особенности разных возрастных групп населения при подборе видов двигательной активности; • особенности реализации двигательной активности в рамках разных тренировочных направлений. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подбирать виды двигательной активности в зависимости от возрастных и гендерных особенностей разных возрастных групп населения; • организовывать двигательную активность по разным тренировочным направлениям 	5
8	Выполнение аналитической деятельности	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности обработки результатов тестов; • особенности анализа карты аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • специфику запроса клиента; • специфику обработки данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников). <p>Специалист должен уметь:</p>	5

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<ul style="list-style-type: none"> • производить расчеты и вычисления для обработки данных тестов и функциональных проб; • производить расшифровку и обработку данных аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • делать выводы и умозаключения на основе полученных результатов; • производить обработку данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников) 	
9	<p>Навыки коммуникации / взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий</p>	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиальный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные способы решения их запросов; • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; 	6

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<ul style="list-style-type: none"> • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем жизни); • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить отснятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников <u>на одно пост-рабочее место</u> на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобалльной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00%–19,99%	20,00%–39,99%	40,00%–69,99%	70,00%–100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль А. «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»	А. «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»	3:17:00	1, 5, 7, 8, 9	3.00	20.00	23.00
Итого	-	-	3:17:00	-	3.00	20.00	23.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена¹.

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена	1. Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена (далее ДЭ). 2. Работа в системе по проверке правильности внесенных данных. 3. Генерирование первичного протокола о блокировке схемы оценки из системы	к работе не привлекаются	1. Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена (далее ДЭ). 2. Работа в системе по проверке правильности внесенных данных. 3. Генерирование первичного протокола о блокировке схемы оценки из системы	к работе не привлекаются
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж Экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об	1. Проведение главным экспертом инструктажа экспертной группы по охране труда и технике	к работе не привлекаются	1. Проведение главным экспертом инструктажа экспертной группы по охране труда и технике	к работе не привлекаются

¹ Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
				ознакомлении	<p>безопасности</p> <p>2. Ответы на вопросы линейных экспертов главным экспертом с использованием ресурсов для дистанционного взаимодействия</p> <p>3. Способ подписания: ПО для совместной удаленной работы с документами</p> <p>4. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия</p> <p>5. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия</p> <p>6. Проверка главным экспертом</p>		<p>безопасности</p> <p>2. Ответы на вопросы линейных экспертов главным экспертом с использованием ресурсов для дистанционного взаимодействия</p> <p>3. Способ подписания: ПО для совместной удаленной работы с документами</p> <p>4. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия</p> <p>5. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия</p> <p>6. Проверка главным экспертом</p>	

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					подписей в Протоколе об ознакомлении с ТБ и ОТ экспертов с помощью ПО для совместной удаленной работы с документами		подписей в Протоколе об ознакомлении с ТБ и ОТ экспертов с помощью ПО для совместной удаленной работы с документами	
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ	1. Проверка оборудования и подключений техническим экспертом / ИТ экспертом 2. Проведение регистрации главным экспертом линейных экспертов ДЭ на выбранном электронном ресурсе: 3. Тестирование экспертной группой работоспособности выбранных электронных ресурсов 4. Заполнение и загрузка документации	к работе не привлекаются	1. Проверка оборудования и подключений техническим экспертом / ИТ экспертом 2. Проведение регистрации главным экспертом линейных экспертов ДЭ на выбранном электронном ресурсе: 3. Тестирование экспертной группой работоспособности выбранных электронных ресурсов 4. Заполнение и загрузка документации	к работе не привлекаются

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					экспертной группой 5. Оповещение главного эксперта о завершении и результатах проверки 6. Подтверждение главным экспертом готовности 7. Проверка главным экспертом совместно с техническим администратором площадки готовность мест линейных экспертов к оценочной деятельности согласно инфраструктурному листу КОД по компетенции 8. Составление главным экспертом протокола о готовности мест экспертов к ДЭ		экспертной группой 5. Оповещение главного эксперта о завершении и результатах проверки 6. Подтверждение главным экспертом готовности 7. Проверка главным экспертом совместно с техническим администратором площадки готовность мест линейных экспертов к оценочной деятельности согласно инфраструктурному листу КОД по компетенции 8. Составление главным экспертом протокола о готовности мест экспертов к ДЭ	
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по	1. Распределение главным экспертом	к работе не привлекаются	1. Распределение главным экспертом	к работе не привлекаются

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
				проведению экзамена между членами Экспертной группы, заполнение Протокола о распределении	обязанностей и судебных ролей по проведению ДЭ между членами экспертной группы с помощью ресурсов дистанционного взаимодействия 2. Способ подписания: ПО для совместной удаленной работы с документами 3. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 4. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 5. Ознакомление линейных экспертов		обязанностей и судебных ролей по проведению ДЭ между членами экспертной группы с помощью ресурсов дистанционного взаимодействия 2. Способ подписания: ПО для совместной удаленной работы с документами 3. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 4. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 5. Ознакомление линейных экспертов	

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					с правилами проведения ДЭ, оценки работ участников ДЭ в соответствии с заданием КОД по компетенции 6. Подписание экспертами протокола блокировки критериев оценки: 7. Способ загрузки: ПО для совместной удаленной работы с документами 8. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 9. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия		с правилами проведения ДЭ, оценки работ участников ДЭ в соответствии с заданием КОД по компетенции 6. Подписание экспертами протокола блокировки критериев оценки: 7. Способ загрузки: ПО для совместной удаленной работы с документами 8. Используемые ресурсы: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия 9. Способ загрузки: облачные хранилища или возможности платформы дистанционного взаимодействия	

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					10. Распределение главным экспертом между линейными экспертами участников для осуществления контроля за ходом выполнения ими задания ДЭ в соответствии с КОД по компетенции – на одного линейного эксперта не более 5 участников 11. Составление протокола о распределении участников между экспертами для контроля за ходом выполнения задания ДЭ в соответствии с КОД по компетенции		10. Распределение главным экспертом между линейными экспертами участников для осуществления контроля за ходом выполнения ими задания ДЭ в соответствии с КОД по компетенции – на одного линейного эксперта не более 5 участников 11. Составление протокола о распределении участников между экспертами для контроля за ходом выполнения задания ДЭ в соответствии с КОД по компетенции	
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку	1. Ответственный от образовательной организации за проведение ДЭ осуществляет	1. Прибытие на площадку ЦПДЭ 2. Подключение к выбранному ресурсу в	1. Ответственный от образовательной организации за проведение ДЭ осуществляет	1. Подключение к выбранному ресурсу в указанное время 2. Знакомство с

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					контроль за подключением всех участников ДЭ к выбранному ресурсу дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) в указанное время 2. Приветственное слово главного эксперта 3. Работа технического администратора площадки с участниками ДЭ по обучению работе с выбранными ресурсами: 4. Платформа для дистанционного взаимодействия google classroom (или аналог) 5. Программное обеспечение для удалённой работы (Zoom, (или аналог));	указанное время 3. Знакомство с главным экспертом 4. Работа с техническим администратором площадки и с ресурсами: 1) Платформа для дистанционного взаимодействия google classroom (или аналог) 2) Программное обеспечение для удалённой работы (Zoom, (или аналог)); 3) Программное обеспечение для совместной работы над документами (Google Документы, Google таблицы, Acrobat PRO (или аналог)); 4) Программное	контроль за подключением всех участников ДЭ к выбранному ресурсу дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) в указанное время 2. Приветственное слово главного эксперта 3. Работа технического администратора площадки с участниками ДЭ по обучению работе с выбранными ресурсами: 1) Платформа для дистанционного взаимодействия google classroom (или аналог) 2) Программное обеспечение для удалённой работы (Zoom, (или аналог));	главным экспертом 3. Работа с техническим администратором площадки и с ресурсами: 1) Платформа для дистанционного взаимодействия google classroom (или аналог) 2) Программное обеспечение для удалённой работы (Zoom, (или аналог)); 3) Программное обеспечение для совместной работы над документами (Google Документы, Google таблицы, Acrobat PRO (или аналог)); 4) Программное обеспечение для записи и

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					6. Программное обеспечение для совместной работы над документами (Google Документы, Google таблицы, Acrobat PRO (или аналог)); 7. Программное обеспечение для записи и трансляции рабочего стола (OBS или аналог); 8. Облачное хранилище Google Диск или аналог	обеспечение для записи и трансляции рабочего стола (OBS или аналог); 5) Облачное хранилище Google Диск или аналог 6) Программа записи экрана для Windows (Bandicam или аналог) 5. Прослушивают инструкцию по регистрации через выбранный ресурс google classroom (или аналог)	3) Программное обеспечение для совместной работы над документами (Google Документы, Google таблицы, Acrobat PRO (или аналог)); 4) Программное обеспечение для записи и трансляции рабочего стола (OBS или аналог); 5) Облачное хранилище Google Диск или аналог	трансляции рабочего стола (OBS или аналог); 5) Облачное хранилище Google Диск или аналог 6) Программа записи экрана для Windows (Bandicam или аналог) 4. Прослушивают инструкцию по регистрации через выбранный ресурс google classroom (или аналог)
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена	1. Главный эксперт объясняет порядок регистрации участников демонстрационного экзамена. 2. Проверка личности с помощью сличения	1. Прослушивают инструкцию по регистрации через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 2. Демонстрируют с	1. Главный эксперт объясняет порядок регистрации участников демонстрационного экзамена. 2. Проверка личности с помощью сличения	1. Прослушивают инструкцию по регистрации через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 2. Демонстрируют с

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					данных из системы и паспорта (устранение ошибок, по необходимости). 3. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о регистрации и загрузку его на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 4. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе регистрации участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Проверка личности с помощью сличения данных из системы и паспорта	помощью веб-камеры через выбранный ресурс документов, удостоверяющих личность 3. Заполняют Протокол о регистрации путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)); 4. Загружают Протоколы на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Сообщение главному эксперту о завершении	данных из системы и паспорта (устранение ошибок, по необходимости). 3. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о регистрации и загрузку его на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 4. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе регистрации участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Проверка личности с помощью сличения данных из системы и паспорта	помощью веб-камеры через выбранный ресурс документов, удостоверяющих личность 3. Заполняют Протокол о регистрации путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)); 4. Загружают Протоколы на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Сообщение главному эксперту о завершении

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					(устранение ошибок, по необходимости). 6. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о регистрации и загрузки через выбранный ресурс ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 7. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе регистрации участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог)	загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог)	(устранение ошибок, по необходимости). 6. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о регистрации и загрузки через выбранный ресурс ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 7. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе регистрации участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог)	загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог)
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике	1. Проведение главным экспертом вводного	1. Прослушивают инструкцию по регистрации	1. Проведение главным экспертом вводного	1. Прослушивают инструкцию по регистрации

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
				безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении	инструктажа о порядке и особенностях хода ДЭ по компетенции через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 2. Ответы главного эксперта на вопросы участников 3. Проведение главным экспертом инструктажа участников ДЭ по охране труда и технике безопасности (осуществляется через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 4. Разбор возникших вопросов от участников ДЭ 5. Главный эксперт	через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 2. Задают вопросы главному эксперту. 3. Прослушивание инструктажа по охране труда и технике безопасности через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 4. Разбор возникших вопросов 5. Заполняют протокол об ознакомлении с ТБ и ОТ путем использования	инструктажа о порядке и особенностях хода ДЭ по компетенции через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 2. Ответы главного эксперта на вопросы участников 3. Проведение главным экспертом инструктажа участников ДЭ по охране труда и технике безопасности (осуществляется через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 4. Разбор возникших вопросов 5. Заполняют протокол об ознакомлении с ТБ и ОТ путем использования	через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 2. Задают вопросы главному эксперту. 3. Прослушивание инструктажа по охране труда и технике безопасности дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 4. Разбор возникших вопросов 5. Заполняют протокол об ознакомлении с ТБ и ОТ путем использования

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					объясняет процедуру заполнения протокола об ознакомлении с ТБ и ОТ и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) в нужный раздел 6. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе об ознакомлении с ТБ и ОТ участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог)	ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 6. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 7. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог)	объясняет процедуру заполнения протокола об ознакомлении с ТБ и ОТ и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) в нужный раздел 6. Проверка главным экспертом подписей в Протоколе об ознакомлении с ТБ и ОТ участников ДЭ через выбранный ресурс google classroom (или аналог)	ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 6. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 7. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог)
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению демонстрационного	1. Проверка главным экспертом и линейными экспертами совместно с техническим	1. Подключаются в указанное время к конференции, созданной на выбранном ресурсе	1. Проверка главным экспертом и линейными экспертами совместно с техническим	1. Подключаются в указанное время к конференции, созданной на выбранном

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
				экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ	администратором площадки готовности мест участников для проведения ДЭ согласно инфраструктурному листу и плану застройки КОД по компетенции (осуществляется через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) – на каждого участника дается 10 минут. 2. Проверка ответственным линейным экспертом (можно самостоятельно или с помощью технического администратора площадки) рабочего компьютера участника ДЭ	дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), по очереди демонстрируют через веб-камеру или иное видеоустройство рабочее место участника ДЭ (заранее ими подготовленное, согласно ИЛ и ПЗ указанных в КОД) 2. Дают доступ с помощью программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной)	администратором площадки готовности мест участников для проведения ДЭ согласно инфраструктурному листу и плану застройки КОД по компетенции (осуществляется через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) – на каждого участника дается 10 минут. 2. Проверка ответственным линейным экспертом (можно самостоятельно или с помощью технического администратора площадки) рабочего компьютера участника ДЭ	ресурсе дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), по очереди демонстрируют через веб-камеру или иное видеоустройство рабочее место участника ДЭ (заранее ими подготовленное, согласно ИЛ и ПЗ указанных в КОД) 2. Дают доступ с помощью программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной)

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					(выполняется с помощью, например, программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной) 3. Главный эксперт оформляет протокол о готовности мест участников к ДЭ		(выполняется с помощью, например, программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной) 3. Главный эксперт оформляет протокол о готовности мест участников к ДЭ	
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола	1. Проведение главным экспертом жеребьевки по распределению рабочих мест, ознакомление участников с графиком работы, иной документацией (осуществляется через выбранный ресурс) с использованием программы, например, Smart Notebook (или аналог).	1. Наблюдение / участие в процессе жеребьевки в зависимости от организации процесса 2. Знакомство с оценочными материалами и заданием на выбранном ресурсе google classroom (или аналог), вопросы главному эксперту 3. Заполняют	1. Проведение главным экспертом жеребьевки по распределению рабочих мест, ознакомление участников с графиком работы, иной документацией (осуществляется через выбранный ресурс) с использованием программы, например, Smart Notebook (или аналог).	1. Наблюдение / участие в процессе жеребьевки в зависимости от организации процесса 2. Знакомство с оценочными материалами и заданием на выбранном ресурсе google classroom (или аналог), вопросы главному эксперту 3. Заполняют

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					2. Знакомство с оценочными материалами и заданием его на выбранном ресурсе google classroom (или аналог), ответы на вопросы от участников ДЭ 3. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о распределении рабочих мест и ознакомления участников с документацией, оборудованием и рабочими местами и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 4. Проверка главными экспертами подписей в Протоколе о распределении	протокол об ознакомлении с ТБ и ОТ путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 4. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 6. Заполняют протокол путем	2. Знакомство с оценочными материалами и заданием его на выбранном ресурсе google classroom (или аналог), ответы на вопросы от участников ДЭ 3. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола о распределении рабочих мест и ознакомления участников с документацией, оборудованием и рабочими местами и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 4. Проверка главными экспертами подписей в Протоколе о	протокол об ознакомлении с ТБ и ОТ путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 4. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 6. Заполняют протокол путем

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					<p>рабочих мест и ознакомления участников с документацией, оборудованием и рабочими местами через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 5. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола об ознакомлении участников демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия с оценочными материалами и заданием и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 6. Проверка главным экспертом</p>	<p>использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 7. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 8. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 9. Знакомство с закрепленными линейными экспертами</p>	<p>использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 5. Главный эксперт объясняет процедуру заполнения протокола об ознакомлении участников демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия с оценочными материалами и заданием и его загрузку на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 6. Проверка главным экспертом</p>	<p>использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог)) 7. Загружают на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 8. Сообщение главному эксперту о завершении загрузки подписанного протокола на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 9. Знакомство с закрепленными линейными экспертами</p>

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					подписей в Протоколе об ознакомлении участников демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия с оценочными материалами и заданием через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 7. Знакомство линейных экспертов с закрепленными за ними участниками ДЭ		подписей в Протоколе об ознакомлении участников демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия с оценочными материалами и заданием через выбранный ресурс google classroom (или аналог) 7. Знакомство линейных экспертов с закрепленными за ними участниками ДЭ	
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»	1. Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»	1. Отключение от видео связи	1. Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»	1. Отключение от видео связи
День 1 (С1)	8:30:00	10:00:00	1:30:00	Ознакомление с заданием, брифинг	1. Произведение техническим администратором площадки подключения связи	1. Прибытие на площадку ЦПДЭ 2. Подключение участников ДЭ и тестирование	1. Произведение техническим администратором площадки подключения связи	1. Подключение участников ДЭ и тестирование стабильности сигнала с

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					с участниками ДЭ (осуществляется через выбранный ресурс) 2. Производство техническим администратором площадки подключения связи с экспертами и главным экспертом ДЭ (осуществляется через выбранный ресурс) 3. Проведение главным экспертом и линейными экспертами проверки рабочих мест участников 4. Заполняют протокол путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог) 5. Загружают на	стабильности сигнала с техническим администратором площадки (осуществляется через выбранный ресурс) 3. Подключение участников ДЭ и тестирование стабильности сигнала с техническим администратором площадки (осуществляется через выбранный ресурс) 4. Участники демонстрируют рабочее место через выбранный ресурс	с участниками ДЭ (осуществляется через выбранный ресурс) 2. Производство техническим администратором площадки подключения связи с экспертами и главным экспертом ДЭ (осуществляется через выбранный ресурс) 3. Проведение главным экспертом и линейными экспертами проверки рабочих мест участников 4. Заполняют протокол путем использования ПО для совместной работы над документами (Google Документы, Acrobat PRO (или аналог) 5. Загружают на	техническим администратором площадки (осуществляется через выбранный ресурс) 2. Подключение участников ДЭ и тестирование стабильности сигнала с техническим администратором площадки (осуществляется через выбранный ресурс) 3. Участники демонстрируют рабочее место через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) и рабочий компьютер через программу (выполняется с помощью,

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					<p>выбранный ресурс google classroom (или аналог)</p> <p>6. Ознакомление с заданием и правилами, озвучивается главным экспертом через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), открывается в виде документа на выбранном ресурсе google classroom (или аналог)</p> <p>7. Брифинг участников: ответы на вопросы (осуществляется через выбранный ресурс)</p> <p>8. Подключение через программу совместной удаленной работы google classroom (или аналог) к</p>	<p>(выполняется с помощью, например, программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной)</p> <p>5. Прослушивание инструкции через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), просмотр алгоритма ЭЗ в виде документа на выбранном ресурсе google classroom (или аналог)</p> <p>6. Брифинг участников: ответы на вопросы главным экспертом (осуществляется</p>	<p>выбранный ресурс google classroom (или аналог)</p> <p>6. Ознакомление с заданием и правилами, озвучивается главным экспертом через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), открывается в виде документа на выбранном ресурсе google classroom (или аналог)</p> <p>7. Брифинг участников: ответы на вопросы (осуществляется через выбранный ресурс)</p> <p>8. Подключение через программу совместной удаленной работы google classroom (или аналог) к</p>	<p>например, программы совместной удаленной работы TeamViewer или аналогичной)</p> <p>4. Прослушивание инструкции через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог), просмотр алгоритма ЭЗ в виде документа на выбранном ресурсе google classroom (или аналог)</p> <p>5. Брифинг участников: ответы на вопросы главным экспертом (осуществляется через выбранный ресурс)</p>

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					рабочим компьютерам закрепленных участников	через выбранный ресурс) 7. Открытие доступа ответственным экспертам через программу совместной удаленной работы google classroom (или аналог)	рабочим компьютерам закрепленных участников	6. Открытие доступа ответственным экспертам через программу совместной удаленной работы google classroom (или аналог)
День 1 (C1)	10:00:00	13:17:00	3:17:00	Выполнение модуля А «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»	1. Старт на начало выполнения задания дает главный эксперт через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) 2. Линейные эксперты наблюдают за закрепленными участниками ДЭ (с помощью программы совместной удаленной работы, через выбранный	1. Участники приступают к выполнению задания согласно КОД по компетенции 2. Загрузка участниками выполненных заданий на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 3. Сообщение главному эксперту о завершении	1. Старт на начало выполнения задания дает главный эксперт через выбранный ресурс дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог) и направляет первый блок заданий участникам 2. Линейные эксперты наблюдают за закрепленными участниками ДЭ (с помощью программы	1. Участники приступают к выполнению задания согласно КОД по компетенции 2. Загрузка участниками выполненных заданий на выбранный ресурс google classroom (или аналог) 3. Сообщение главному эксперту о завершении

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					ресурс для трансляции рабочего стола и ресурса дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог)) 3. Технический администратор площадки по необходимости обеспечивает техническую поддержку 4. Главный эксперт обеспечивает контроль окончания выполнения задания	отправки выполненного задания	совместной удаленной работы, через выбранный ресурс для трансляции рабочего стола и ресурса дистанционного взаимодействия (Zoom или аналог)) 3. Технический администратор площадки по необходимости обеспечивает техническую поддержку 4. Главный эксперт обеспечивает контроль окончания выполнения задания	отправки выполненного задания
День 1 (С1)	13:17:00	13:30:00	0:13:00	Завершение дня С1 для участников	1. Главный эксперт обеспечивает контроль окончания работы 2. Линейные эксперты контролируют сбор выполненных заданий и выход	1. Направление выполненных заданий на оценку 2. Выход из системы совместной работы	1. Главный эксперт обеспечивает контроль окончания работы 2. Линейные эксперты контролируют сбор выполненных заданий и выход	1. Направление выполненных заданий на оценку 2. Выход из системы совместной работы

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие	Действия экспертной группы при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при распределенном формате ДЭ (Заполняется при выборе распределенного формата ДЭ)	Действия экспертной группы при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)	Действия экзаменуемых при дистанционном формате ДЭ (Заполняется при выборе дистанционного формата ДЭ)
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					участников из системы совместной работы		участников из системы совместной работы	
День 1 (С1)	13:30:00	14:20:00	0:50:00	Обед	1. Обеденный перерыв	1. Обеденный перерыв	1. Обеденный перерыв	1. Обеденный перерыв
День 1 (С1)	14:20:00	18:00:00	3:40:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий	1. Работа линейных экспертов по просмотру заданий, заполнение форм и оценочных ведомостей в Google / онлайн форм / других ресурсов 2. Технический администратор площадки обеспечивает техническую помощь экспертам по необходимости 3. Главный эксперт вносит оценки в систему CIS после получения заполненных Google / онлайн форм / других ресурсов на каждого участника	к работе не привлекаются	1. Работа линейных экспертов по просмотру заданий, заполнение форм и оценочных ведомостей в Google / онлайн форм / других ресурсов 2. Технический администратор площадки обеспечивает техническую помощь экспертам по необходимости 3. Главный эксперт вносит оценки в систему CIS после получения заполненных Google / онлайн форм / других ресурсов на каждого участника	к работе не привлекаются

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

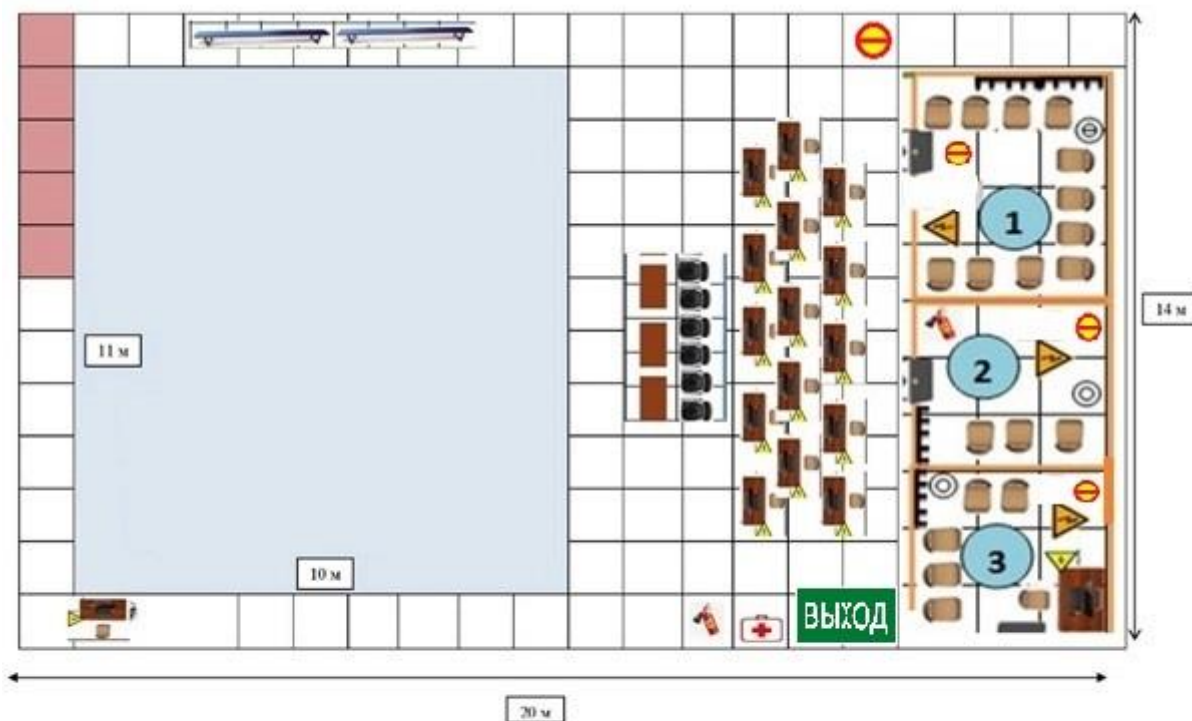
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: **очный**

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (распределенный)







Формат проведения ДЭ: **распределенный**

Общая площадь площадки: 36 м²

Рабочее место участника ДЭ









Условные обозначения:

-  Стул
-  Компьютер
-  Стол
-  Розетка
-  Зона для демонстрации двигательных действий
-  Выключатель

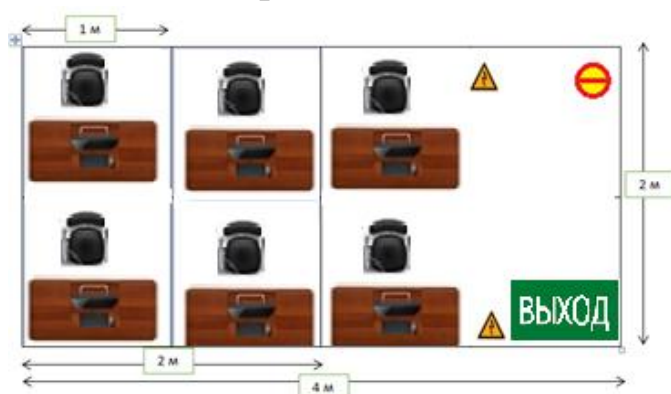
Рабочее место волонтера-актера








Условные обозначения:

-  Стул
-  Компьютер
-  Стол
-  Розетка
-  Зона для демонстрации двигательных действий
-  Выключатель

Комната экспертов



Условные обозначения:

-  Стул
-  Компьютер
-  Стол
-  Розетка
-  Зона для демонстрации двигательных действий
-  Выключатель

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (дистанционный)

Формат проведения ДЭ: дистанционный

Общая площадь площадки: 16 м²

Рабочее место участника ДЭ



Условные обозначения:

- Стул
- Компьютер
- Стол
- Розетка
- Зона для демонстрации двигательных действий
- Выключатель

Рабочее место волонтера-актера



Условные обозначения:

- Стул
- Компьютер
- Стол
- Розетка
- Зона для демонстрации двигательных действий
- Выключатель

Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля А «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»

На основе заданных условий (с учетом запроса клиента и полученных результатов анализа профиля) необходимо выполнить анализ данных, заполнить шаблоны, используя профиль и анкету клиента. Далее необходимо составить интерактивный буклет и провести экспресс-консультацию, направленную на решение индивидуального запроса клиента по здоровьесбережению, с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями в дистанционном формате (при непосредственной работе с волонтером-актером в режиме онлайн-консультации).

Заданные условия: к Вам обратился мужчина 2000 г.р., который на протяжении недели носил умный браслет и заполнял в приложении необходимые разделы.

Содержание профиля (папки) состоит из следующих разделов: 1.1 Данные профиля; 1.2 Цель из профиля; 1.3 Раздел «ИМТ и вес»; 1.4 Раздел «Двигательная активность»; 1.5 Раздел «Питание»; 1.6 Раздел «Сон»; 1.7 Раздел «Вода»; Нормы; легенда (приложение 1 к ОМ к КОД № 1.1).

Участникам предлагается возрастная категория, пол и индивидуальный запрос волонтера. С учетом заданных условий необходимо выстроить свое выступление. Представленный в приложении 1 к ОМ КОД № 1.1 профиль является примерным и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 197 мин.

Алгоритм работы

Часть 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- выполнить анализ профиля в соответствии с заданными условиями и заполнить шаблон № 1;
- в шаблоне № 2 зафиксировать параметры профиля и выявленные проблемы в соответствии с заданными условиями, не способствующими здоровьесбережению, на основе шаблона № 1. Из шаблона № 2 необходимо удалить параметры профиля, не вызывающие проблем в здоровьесбережении;
- сохранить в формате PDF шаблоны № 1 и № 2, указав в имени документа ФИО участника;
- в шаблоне № 3 определить задачи, которые будут реализованы в ходе проведения экспресс-консультации, остальные удалить. Сохранить шаблон № 3 в формате PDF, указав в имени документа Ф.И.О. участника;
- шаблоны № 1, № 2 и № 3 сохранить на карту памяти и передать техническому эксперту.

***Если участник справился с первой частью алгоритма ранее 90 минут, он может приступить к выполнению алгоритма части 2.**

Часть 2. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- разработать план проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;
- определить теоретическое содержание экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;
- подобрать материалы и оборудование для проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;
- подготовить интерактивный буклет в программе SMART Notebook File (*.notebook) / Microsoft PowerPoint или аналоге для сопровождения экспресс-консультации в соответствии с разработанным планом и заданными условиями;
- произвести сохранение интерактивного буклета в формате SMART Notebook File (*.notebook) / Microsoft PowerPoint или аналог, в имени документа указать полностью фамилию, имя и отчество участника;
- сохранить созданный интерактивный буклет / презентацию на карту памяти и передать техническому эксперту;

- отрепетировать демонстрацию задания;
- сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать экспресс-консультацию и осуществлять видеозапись выступления.

Алгоритм подготовки площадки (3 минуты):

- проверить: наличие стабильного сигнала интернета, работоспособность веб-камеры и микрофона; осмотреть комнату волонтера-актера, убедиться в наличии необходимого инвентаря и его исправности; проверить внешний вид волонтера-актера;
- произвести запуск демонстрационного материала на ноутбуке.

Если участник осуществил подготовку менее чем за 3 минуты, он может сам инициировать возможность начала демонстрации задания, обозначив в речи: «Я готов(а)». С данных слов производится запуск основного времени на демонстрацию задания экспертом с особыми полномочиями.

Алгоритм действий в процессе демонстрации задания (14 минут):

- запуск времени экспертом с особыми полномочиями начинается со слов участника: «Я готов(а)» или автоматически по истечении времени на подготовку площадки;
- фиксация окончания времени на демонстрацию экспертом с особыми полномочиями будет осуществлена только после слов участника: «Я закончил(а)».

Время окончания демонстрации задания фиксируется экспертом с особыми полномочиями после фразы участника: «Я закончил(а)».

Если участник превышает лимит времени на демонстрацию задания (14 минут), эксперт с особыми полномочиями обязан немедленно остановить дальнейшую деятельность, а участник обязан приступить к выполнению алгоритма действий после завершения выступления.

Особенности выполнения задания

В подготовительный день участник имеет возможность подготовить дополнительный фото- и видео- контент для проведения практической части экспресс-консультации (по желанию). Готовые фото- и видео- материалы участник переносит на карту памяти, удаляя их с компьютера на своем рабочем месте. Участник помещает карту памяти в конверт и передает его ответственному эксперту. Карта возвращается участнику непосредственно в день выполнения задания, до этого она хранится у главного эксперта.

В подготовительный день участник имеет возможность в тестовом режиме посетить свою комнату для ознакомления с особенностями работы с волонтером-актером в программе Discord или аналог.

Для демонстрации задания привлекаются волонтеры-актеры в количестве 6 человек (3 юноши и 3 девушки). Для демонстрации одного участника в комнате находится 1 волонтер-актер (пол волонтера определяется в соответствии с заданными условиями).

Необходимые приложения

Шаблон № 1

Разработка и проведение экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий

Анализ теоретического материала за период (внести даты анализируемого периода):

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7
указать дату, месяц и год в формате (01.12.2020)						

1.1 Данные профиля:

ФИО (внести согласно данным профиля): _____

Ник (если есть, внести согласно данным профиля): _____

Профессия: _____

Индивидуальный запрос по здоровьесбережению: _____

Год рождения	Возраст (лет)	Вес (кг)	Рост (см)	Пол	Наличие заболеваний: диабет

Образ жизни: (отметить согласно данным профиля)

1.2 Цель из профиля: отметить согласно данным профиля раздела Цели из профиля

1.3 Раздел ИМТ и вес

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Нормы в соответствие с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00		
ИМТ (кг/м ²)								18,5-25	
Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Нормы в соответствие с данными профиля	
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00		
Вес, кг	Краткий вывод: для достижения значения ИМТ "норма" рекомендуется								

**Производить расчеты ИМТ по весу первого дня*

**Перед работой с формулой возведите рост в квадрат и результат округлите до десятых*

**Границы нормы по весу рассчитываются по формуле: Избыточный вес = вес (кг) фактический – нормальный ИМТ x (рост (м))²*

Итоговый вывод по разделу 1.3

Параметры профиля	Способствует	Цель подтверждается данными профиля
-------------------	--------------	-------------------------------------

	здоровьесбережению	
ИМТ и вес		

1.3.1 Цель на основе полученных данных:

1.4 Раздел двигательная активность

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Количество шагов								0,0		
Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактическое количество тренировок за неделю	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Наличие тренировок (по данным карточек тренировок и/или упражнений в разделе сожженные калории), количество раз								0	2 и более раз в неделю	

поставить цифру "1" - если в день была одна и более тренировок длительностью более 20 минут

поставить цифру "0" - если в день не было тренировок и / или была одна и более тренировок длительностью менее 20 минут

Итоговый вывод по разделу 1.4

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Двигательная активность		

1.5 Раздел питание

1.5.1 Раздел баланс калорий (См. баланс калорий)

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы в соответствии с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Показатель достижения цели, в %**								0,0%	100%	
Потребленные Белки, %								0,0%	14%	
Потребленные Жиры, %								0,0%	30%	
Потребленные Углеводы, %								0,0%	56%	

***Показатель достижения цели не учитывается при анализе в случае, если цель подлежит изменению (корректировке) по итогам анализа раздела 1.2., 1.3.*

1.5.2 Раздел потребленные калории

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы в соответствии с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Завтрак, % от дневного рациона								0,0%	27,5%	
Перекус, % от дневного рациона								0,0%	17,5%	
Обед, % от дневного рациона								0,0%	37,5%	
Ужин, % от дневного рациона								0,0%	17,5%	

1.5.3 Анализ потребления продуктов питания по данным недельного рациона. В таблицу вносятся названия готовых блюд (продуктов), потребленных на завтрак/обед/ужин/перекус.

Приемы пищи	Даты проведения анализа						
	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900
Завтрак							
Обед							
Ужин							
Перекус							

Итоговый вывод по разделу 1.5

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Питание		

1.6 Раздел сон

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Наличие дневного сна										
Наличие пробуждений во время ночного сна на 15 мин. и более										
Продолжительность сна, часы: минуты								0:00		
Эффективности сна, %								0,0%	75%	

Время отхода ко сну, часы: минуты									22:00 - 23:00
Время пробуждения, часы: минуты									05:00 - 07:00

* Если ночной сон разбит на два и более частей, то:
в графу "Время отхождения ко сну" необходимо занести время первого отхождения ко сну
в графу "Время пробуждения" необходимо занести время последнего пробуждения.

Итоговый вывод по разделу 1.6

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Сон		

1.7 Раздел вода

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы потребления воды	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Количество выпитой воды в день, литры								0,0	0,0	

Итоговый вывод по разделу 1.7

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Вода		

Итоговые выводы по всем разделам

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Цель подтверждается данными профиля
ИМТ и вес	0	0
Двигательная активность	0	0
Вода	0	0
Питание	0	0
Сон	0	0

Выводы на основании проведенного анализа данных за период с 00.01.1900 по 00.01.1900

Образ жизни	Способствует здоровьесбережению

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 14-17 лет

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушение обмена веществ в виде избытка и дефицита веса
			Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока
			Нарушение гормонального фона
Нервная система и органы чувств	Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)		
	Неврозы, депрессивные расстройства, апатия		
Питание	Нерегулярное и несбалансированное	Пищеварительная система	Нарушение обмена веществ в виде избытка и дефицита веса
			Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока
			Нарушение гормонального фона
Нервная система и органы чувств	Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)		
	Неврозы, депрессивные расстройства, апатия		
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
			Бледность кожных покровов
Сон	Неэффективный	Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи

			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)
Сон	Малая продолжительность	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)		
	Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)		
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)		
	Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)		
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Утомление, слабость, апатия
Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи			

		Пищеварительная система	Увеличение массы тела Нарушение обмена веществ
ВОДА			
1	2	3	4
ода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание
			Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Головная боль Повышение артериального давления
		Нервная система и органы чувств	Тревога, раздражительность Головная боль
Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Изжога Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Сильная жажда Раздражительность
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления
			Учащенное сердцебиение
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ			
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Усиление естественных изгибов позвоночника
			Недостаточное развитие разных групп мышц
		Сердечно-сосудистая система	Бледность кожных покровов
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
Дыхательная система	Нарушение цикла дыхания Слабость		
ИМТ И ВЕС			

1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Частое переживание чувства тревоги, страха
			Замкнутость в себе
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Уменьшение мышечной массы
			Мышечная слабость
		Эндокринная система	Нарушение обмена веществ
			Слабость
ИМТ и вес	Избыточный вес	Эндокринная система	Нарушение обмена веществ
			Увеличение массы тела
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ аритмия)
			Повышение артериального давления
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Плоскостопие
			Усиление естественных изгибов позвоночника

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 18-44 года

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор) Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока
	Нервная система и органы чувств	Нарушение гормонального фона	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность
		Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)	
Питание	Нерегулярное и несбалансированное	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор) Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока
	Нервная система и органы чувств	Нарушение гормонального фона	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность
		Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)	
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнении конкретной задачи
			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Сон	Малая продолжительность	Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Снижение функциональных резервов организма
		Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления

			Головная боль, головокружение
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)
			Снижение функциональных резервов организма
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Головная боль, головокружение
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)
			Снижение функциональных резервов организма
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Головная боль, головокружение
		Нервная система и органы чувств	Утомление, слабость, апатия
			Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
		Пищеварительная система	Увеличение массы тела
			Нарушение обмена веществ
ВОДА			
1	2	3	4
Вода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание
			Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Отеки
			Повышение артериального давления
Нервная система и органы чувств	Головная боль		
	Тревога, раздражительность		

Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Нарушение стула Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Головная боль Раздражительность
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления Учащенное сердцебиение
		ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ	
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Мышечная слабость
			Недостаточное развитие разных групп мышц
		Сердечно-сосудистая система	Головные боли
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
Дыхательная система	Головная боль		
	Снижение работоспособности		
ИМТ И ВЕС			
1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Расстройство сна
			Сниженный фон настроения
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Уменьшение мышечной массы
Эндокринная система	Мышечная слабость		
	Эндокринная система	Повышенная утомляемость	
Эндокринная система		Нарушение гормонального фона	
	ИМТ и вес	Избыточный вес	Эндокринная система
Повышенная потливость			
Сердечно-сосудистая система	Сердечно-сосудистая система	Сердечно-сосудистая система	Головная боль
			Задержка дыхания во сне

		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Мышечная слабость Усиление естественных изгибов позвоночника
--	--	---	---

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 45-60 лет

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (запор) Потеря мышечной массы
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
		Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор) Потеря мышечной массы
Питание	Нерегулярное и несбалансированное	Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
		Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор) Потеря мышечной массы
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость) Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Снижение функциональных резервов организма
Сон	Малая продолжительность	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений

			(тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость) Вялость, сонливость
		Иммунная система	Снижение функциональных резервов организма Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость) Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные инфекции Снижение функциональных резервов организма
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Головная боль, головокружение Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
		Пищеварительная система	Увеличение массы тела Нарушение обмена веществ
ВОДА			
1	2	3	4
Вода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание
			Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Отеки Повышение артериального давления
Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Бессонница Головная боль
			Нарушение стула

			Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Сильная жажда
			Головная боль
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления
			Отеки
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ			
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Боли в суставах и мышцах
			Скованность движений
		Сердечно-сосудистая система	Онемение рук и ног
			Повышение артериального давления
			Одышка
Дыхательная система	Снижение работоспособности		
ИМТ И ВЕС			
1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Расстройство сна
			Частое переживание чувства тревоги, страха
		Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Уменьшение мышечной массы
			Мышечная слабость
		Эндокринная система	Повышенная утомляемость
	Сухая кожа и расслаивающиеся ногти		
ИМТ и вес	Избыточный вес	Эндокринная система	Нарушение гормонального фона
			Повышенная потливость
		Сердечно-сосудистая система	Повышение артериального давления
			Отеки
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Боли в суставах и мышцах
Мышечная слабость			

ФИО участника:

Задачи экспресс-консультации

1. Теоретической направленности
2. Направлена на решение индивидуального запроса средствами умного браслета
3. Направлена на двигательную активность, учитывающую индивидуальный запроса клиента
4.
5. ...

3. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.2-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Однодневный
4	Номер КОД	КОД 1.2
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	21.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	7:00:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	X
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Не предусмотрено
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Не предусмотрено
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Не предусмотрено
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида 	2

		<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности 	
3	Проведение индивидуальной тренировочной деятельности по запросу клиента	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • биомеханические, анатомические и физиологические особенности; • специфику составления индивидуального плана тренировок в зависимости от полученных результатов тестирования и запросов занимающихся; • особенности подбора и регулировки оборудования с учетом его свойств; • особенности подбора и регулировки оборудования с учетом индивидуальных возможностей клиента; • методику организации и проведения индивидуальной тренировочной деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять комплексный подход при составлении индивидуального плана тренировок с учетом анализа полученных результатов и индивидуального запроса занимающихся; • организовывать и проводить тренировочную деятельность индивидуальной направленности 	10
8	Выполнение аналитической деятельности	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности обработки результатов тестов; • особенности анализа карты аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • специфику запроса клиента; • специфику обработки данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников). <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • производить расчеты и вычисления для обработки данных тестов и функциональных проб; • производить расшифровку и обработку данных аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • делать выводы и умозаключения на основе полученных результатов; • производить обработку данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников) 	5
9	Навыки коммуникации / взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; 	4

	<ul style="list-style-type: none"> • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиальный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные способы решения их запросов; • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем жизни); • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить отснятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	
--	---	--

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников на <u>одно пост-рабочее</u> место на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобальной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00%–19,99%	20,00%–39,99%	40,00%–69,99%	70,00%–100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль В. «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»	В. «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»	7:00:00	1, 3, 8, 9	3.00	18.00	21.00
Итого	-	-	7:00:00	-	3.00	18.00	21.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена².

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по проведению экзамена между членами экспертной группы, заполнение Протокола о распределении
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике безопасности, сбор

² Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
				подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»
День 1 (С1)	8:30:00	10:00:00	1:30:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 1 (С1)	10:00:00	14:00:00	4:00:00	Выполнение модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»
День 1 (С1)	14:00:00	14:40:00	0:40:00	Обед
День 1 (С1)	14:40:00	17:40:00	3:00:00	Выполнение модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися» (продолжение)
День 1 (С1)	17:40:00	20:40:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

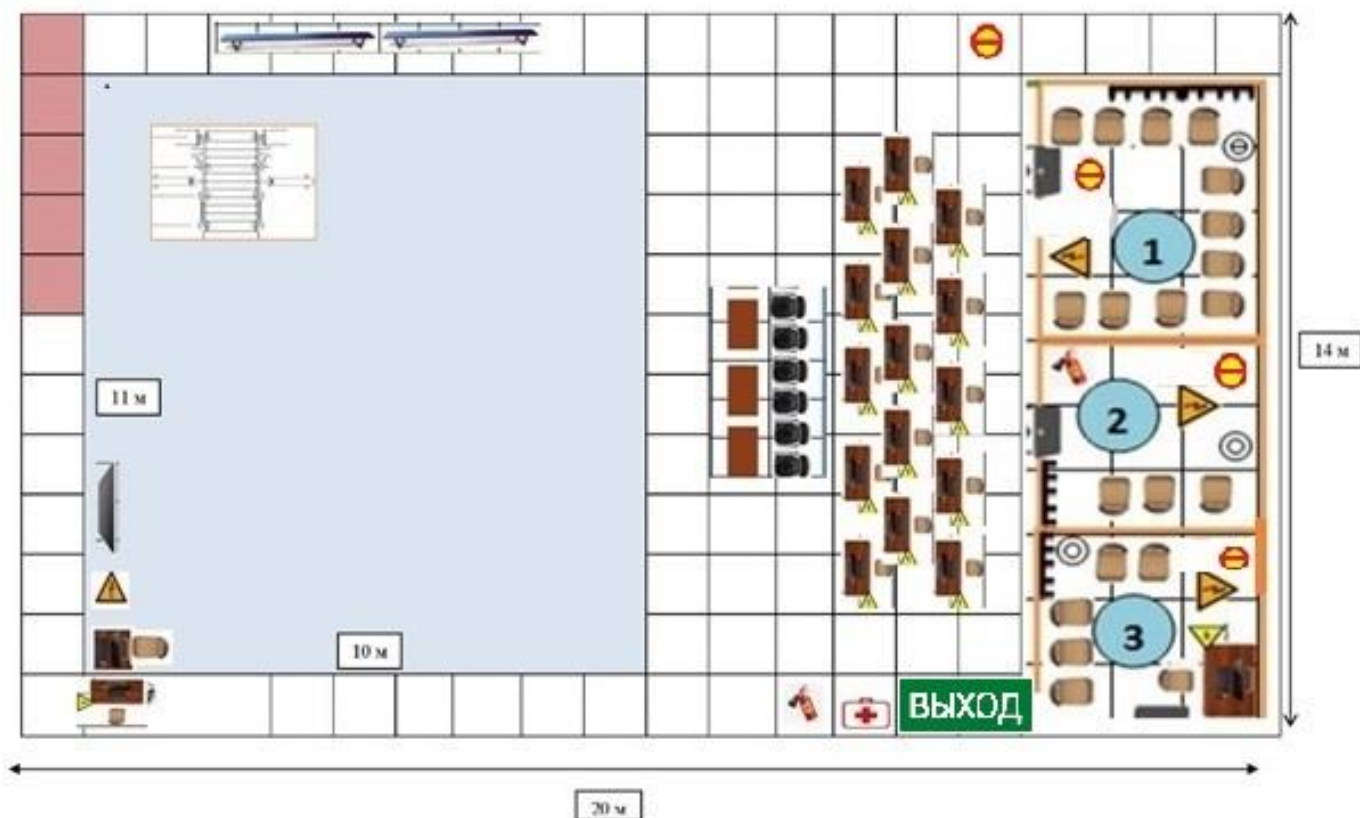
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: **очный**

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»

Участнику необходимо изучить легенду, которая содержит информацию о результатах тестирования и предпочтениях спортсмена, занимающегося избранным видом спорта, для которого необходимо составить персональную программу тренировки.

Заданные условия: к Вам обратился юноша 20 лет, занимающийся баскетболом, который попросил проанализировать его результаты тестирования и составить для него персональную программу тренировки на подготовительный период (общеподготовительный этап).

Содержание профиля (папки) состоит из следующих документов: карта анализа результатов аппаратного исследования клиента; легенда (шаблон № 1, включающий частично заполненные блоки: Блок 1. «Вводный опрос клиента»; Блок 2. «Антропометрические данные»; Блок 3. «Результаты тестов и функциональных проб» (приложение 1 к КОД № 1.2).

Участникам предлагается возрастная категория и пол волонтера, вид спорта волонтера, период тренировочного процесса. С учетом заданных условий необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше легенда является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 420 мин.

Алгоритм работы

Этап 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

– изучить легенду, которая содержит информацию о результатах тестирования и предпочтениях спортсмена, занимающегося избранным видом спорта, для которого необходимо составить персональную программу тренировки;

– произвести перенос данных из легенды (шаблон № 1) в шаблон № 1 для заполнения «Индивидуальная карта актера-волонтера»; произвести необходимые расчеты и сделать выводы;

- заполнить шаблон № 2 «План индивидуальной тренировки» на основе проанализированных результатов тестирования, описанных в легенде;
- произвести подготовку к видеосъемке фрагмента индивидуальной тренировки.

Этап 2. Алгоритм выполнения задания (150 минут):

– в течение 15 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- в) в строго определенной зоне демонстрационной площадки произвести видеосъемку фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке без привлечения клиента (волонтера);
- г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно, удалить разметку и покинуть площадку до истечения 15-минутного интервала;

д) удалить разметку.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, и участник обязан покинуть площадку.

В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

– до начала второй съемки произвести монтаж видеоматериалов при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог.

– в течение 10 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- в) произвести видеосъемку визитной карточки;

г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно, удалить разметку и покинуть площадку до истечения 10-минутного интервала.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, и участник обязан покинуть площадку.

ВНИМАНИЕ: В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

- произвести корректировку шаблона № 2 по необходимости;
- сохранить в формате PDF шаблоны № 1 и № 2, указав в имени каждого документа ФИО участника;
- скопировать сохраненные шаблоны № 1 и № 2 на флеш-накопитель, положить его в конверт, запечатать, подписать на конверте полное ФИО и передать его ответственному эксперту до окончания 240 минут;
- до начала второй съемки произвести монтаж видеоматериалов при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог.

Этап 3. Алгоритм выполнения задания (180 минут):

– в течение 15 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- в) в строго определенной зоне демонстрационной площадки произвести видеосъемку фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке без привлечения клиента (волонтера);
- г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно;
- д) удалить разметку.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, и участник обязан покинуть площадку.

В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

- произвести итоговый монтаж видеоролика общей длительностью на 15-20 минут при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог.
- произвести сохранение видеоролика в одном из указанных форматов (WMV, видеофайл Windows Media, MPEG, MP4) с указанием фамилии, имени и отчества участника.
- проверить видеоролик на работоспособность и загрузить его на флеш-накопитель. Флеш-накопитель положить в конверт и заклеить его, на конверте указать полностью ФИО участника и передать его ответственному эксперту до окончания 180 минут.
- привести рабочее место в порядок.

Необходимые приложения

Шаблон № 1

ФИО участника _____

Блок 2. Антропометрические данные

1.	Пол			
2.	Возраст			
3.	Длина тела		см	мм
4.	Вес		кг	гр
5.	Артериальное давление		/	мм.рт.ст
6.	Пульс		уд / мин	

Блок 3. Результаты тестов и функциональных проб

Наименование теста / функциональной пробы		Полученное значение			Оценка показателей индекса / функциональной пробы	Оценка показателей в баллах
Кистевая динамометрия	правая рука	1 попытка		кг		
		2 попытка		кг		
	левая рука	1 попытка		кг		
		2 попытка		кг		
Силовой показатель				кг		
Степ-тест						
Выносливость мышц рук (раз)						
Выносливость мышц ног (сек)						
Подвижность тазобедренных суставов						
Подвижность плечевых суставов	правый					
	левый					

Общая оценка физической подготовленности (полученные результаты суммарно по блокам)

Направление	Суммарное количество баллов	Уровень физической подготовленности	Период тренировки
Гибкость			
Аэробная выносливость			
Силовая выносливость			
Общий уровень подготовленности клиента (волонтера)			

Блок 4. Анализ полученных результатов тестирования и рекомендации по тренировочным нагрузкам

1. Выявленный уровень развития гибкости клиента находится на уровне, что что соответствует периоду в связи с этим тренировочная нагрузка для развития гибкости будет планироваться с учетом следующих параметров и видов стретчинга:

	Статический	Динамический	Баллистический
* время удержания позы (сек)			
* амплитуда движений			
* количество повторений упражнений (раз)			
* количество занятий в неделю (раз)			
* продолжительность занятий (мин)			
* скорость выполнения			

2. Выявленный уровень развития аэробной выносливости клиента находится на уровне, что что соответствует периоду в связи с этим тренировочная нагрузка для развития аэробной выносливости будет планироваться с учетом следующих параметров тренировки:

* интенсивность от максимального ЧСС	<input type="text"/>	%
* продолжительность занятия	<input type="text"/>	мин.
* количество занятий в неделю	<input type="text"/>	

3. Выявленный уровень развития силовых способностей клиента находится на уровне, что что соответствует периоду в связи с этим тренировочная нагрузка для развития силовых способностей будет планироваться с учетом следующих параметров:

* интенсивность от максимального ЧСС	<input type="text"/>	%
* вес отягощения	<input type="text"/>	%
* количество повторений	<input type="text"/>	раз
* количество подходов	<input type="text"/>	раз
* пауза между подходами	<input type="text"/>	сек/мин
* количество мышечных групп за одну тренировку	<input type="text"/>	
* количество занятий в неделю	<input type="text"/>	раз
* виды работ	<input type="text"/>	
* темп выполнения	<input type="text"/>	

Блок 5. Карта анализа результатов аппаратного исследования клиента

Параметр	Значение	Вывод (анализ)
Соотношение мышцы-жир	Тип состава тела	<input type="text"/>
	Масса скелетной мускулатуры (кг)	<input type="text"/>
	Процентное содержание жира в теле (%)	<input type="text"/>

	Уровень висцерального жира			
	Протеин			
	Границы нормы (см)		-	
	комментарий *1)			
	Минералы			
	Границы нормы (см)		-	
	комментарий *2)			
Посегментарная оценка результатов аппаратного тестирования	Развитие мышц рук (% относительно веса) (см комментарий *5)		левая	правая
	Развитие мышц ног (% относительно веса) (см комментарий *5)		левая	правая
	Баланс в развитии мышц верхней и нижней половины туловища (см комментарий *4 и 6)		верх	низ
Уровень базального метаболизма	Показатель в ккал			
	Границы нормы (см)		-	
	комментарий *3)			
Рекомендуемый прием калорий	Показатель в ккал			
Контроль веса	Идеальный вес			
	Контроль веса			
	Контроль жира			
	Контроль мышц			

Обратите внимание, что серые поля не заполняются

*1 Сначала необходимо вычислить середину границ нормы. Например: границы нормы протеина (10,8–13,2) поэтому середина границы будет вычисляться так $(13,2-10,8)/2=1,2$, затем $10,8+1,2= 12$

Если протеин 11,2 (кг), вывод: ниже середины нормы.

*2, 3 Вычисляется аналогично первому примеру.

*4 Сначала вычисляется среднее значение между правой и левой рукой, затем это значение складывается со значением туловища и снова вычисляется среднее значение, которое будет сравниваться со средним значением правой и левой ноги, и только после этого делается вывод.

*5 Дисбаланс фиксируется при разнице в 2% и более.

*6 Дисбаланс фиксируется при разнице в 12% и более.

Блок 6. Анализ полученных результатов аппаратного исследования клиента

Импедансный анализ позволил определить тип состава тела волонтера

Принимая во внимание результаты аппаратного тестирования и общий уровень подготовленности

клиента (волонтера)

, можно определить приоритетную задачу тренировки

Блок 7. Рекомендации по питанию и питьевому режиму для достижения поставленной задачи

1.1 Рассчитать норму потребления чистой воды в течение дня по формуле (30 мл*вес)³

л

мл

1.2 Калорийность пищи в день

ккал

(показатель по in Body 270)

1.3 Количество белка, потребляемого для достижения одной из поставленных задач (в пересчете на 1 кг собственного веса)

Формулировка задачи	Белок г/кг	Калорийность белковой составляющей, ккал ¹	Калорийность составляющей жиров и углеводов, ккал ²

¹ количество белка (г) *умножить* на массу тела (кг) *умножить* 4 на ккал

² калорийность пищи в день минус калорийность белковой составляющей

³ расчет воды производится на здоровый вес клиента (волонтера) - идеальный вес

План индивидуальной тренировки

Ф.И.О. участника:

Задачи индивидуальной тренировки

1. Сформулировать задачу, опираясь на приоритетное направление (результаты тестирования In Body 270 + общий уровень подготовленности + индивидуальный запрос).
2. Сформулировать задачу на основе результатов Степ-теста.
3. Сформулировать задачу на основе результатов тестирования (по выявленной проблеме в результате анализа уровня подготовленности согласно легенде).

Индивидуальные особенности (заболевания), которые необходимо учесть при проведении индивидуального тренировочного занятия:

Содержание индивидуальной тренировки

БЛОК 1					
№ п/п	Содержание упражнений / видов двигательной активности	Дозировка (объем и интенсивность)	Методические указания	Варианты усложнения (не менее 2-х в каждом блоке)	Планируемое количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития аэробных возможностей (подчеркнуть/выделить выбранный период)					
1					
2					
3					
4					
5					
6					

БЛОК 2					
№ п/п	Содержание упражнений с указанием исходного положения	Дозировка (объем и интенсивность)	Методические указания	Варианты усложнения (не менее 2-х в каждом блоке)	Планируемое количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития силовых возможностей (подчеркнуть/выделить выбранный период)					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
БЛОК 3					
№ п/п	Содержание упражнений с указанием исходного положения	Дозировка (объем и интенсивность)	Методические указания	Варианты усложнения	Планируемое количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития гибкости (подчеркнуть/выделить выбранный период)					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

Комбинация упражнений видеоролика, направленная на решение следующих задач:

Номер упражнений / видов двигательной активности, указанных в порядке демонстрации в видеоролике	Усложнение

4. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.3-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Однодневный
4	Номер КОД	КОД 1.3
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	21.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	5:00:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	X
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Не предусмотрено
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Не предусмотрено
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Не предусмотрено
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации, (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида 	2

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		деятельности	
2	Проведение тестирования физических кондиций человека	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначение тестов физических кондиций и базовых паттернов; • процедуру подготовки места для проведения отдельных тестов; • специфику подготовки инструментов для измерения; • специфику работы инструментов для измерения; • процедуру проведения тестирования; • интерпретацию полученных результатов <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять качественное объяснение и демонстрацию проведения каждого теста; • производить подготовку места для проведения каждого отдельного теста; • производить подготовку инструментов для измерения; • работать с диагностическим инструментарием в соответствии с его характеристиками; • осуществлять тестирование в соответствии с требованиями к их процедуре; • подводить итоги проведенного теста 	10
8	Выполнение аналитической деятельности	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности обработки результатов тестов; • особенности анализа карты аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • специфику запроса клиента; • специфику обработки данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников). <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • производить расчеты и вычисления для обработки данных тестов и функциональных проб; • производить расшифровку и обработку данных аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • делать выводы и умозаключения на основе полученных результатов; • производить обработку данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников) 	5
9	Навыки коммуникации / взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; 	4

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<ul style="list-style-type: none"> • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиальный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные способы решения их запросов; • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем жизни); • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить отснятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников на одно <u>пост-рабочее</u> место на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобальной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00%–19,99%	20,00%–39,99%	40,00%–69,99%	70,00%–100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль С. «Организация тестирования физических кондиций человека»	С. «Организация тестирования физических кондиций человека»	5:00:00	1, 2, 8, 9	2.00	19.00	21.00
Итого	-	-	5:00:00	-	2.00	19.00	21.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена³.

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по проведению экзамена между членами экспертной группы, заполнение Протокола о распределении
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении

³ Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»
День 1 (С1)	8:00:00	9:00:00	1:00:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 1 (С1)	9:00:00	14:00:00	5:00:00	Выполнение модуля С «Организация тестирования физических кондиций человека»
День 1 (С1)	14:00:00	15:00:00	1:00:00	Обед
День 1 (С1)	15:00:00	18:00:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

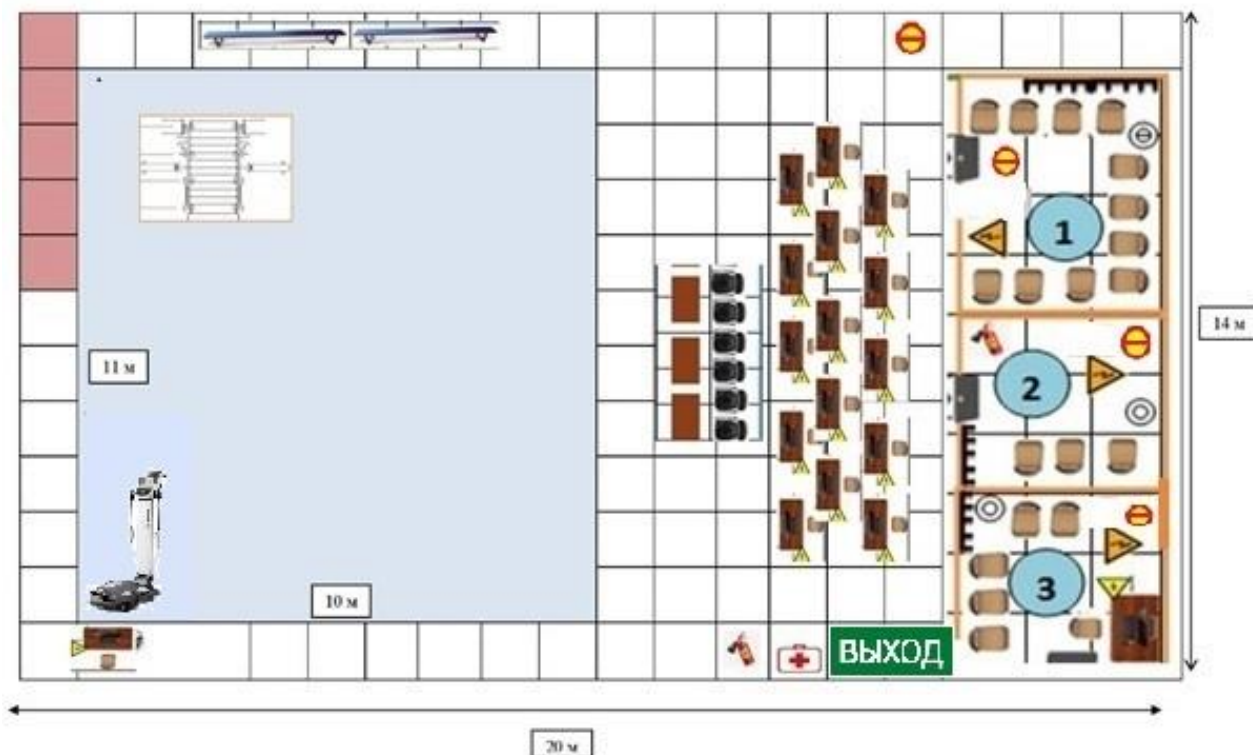
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: очный

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля С: «Организация тестирования физических кондиций человека»

Необходимо провести тестирование физических кондиций базовых паттернов человека, на основании полученных данных сделать расчеты, выводы и дать рекомендации по коррекции выявленных недостатков, разработать комплекс физических упражнений в соответствии с выявленными нарушениями, возрастом и степенью физической подготовленности клиента и с учетом избранного вида спорта клиента.

Заданные условия: к Вам обратилась девушка 20 лет с просьбой провести для нее фитнес-тестирование, подобрать рекомендации по коррекции выявленных недостатков, а также составить примерный комплекс упражнений в соответствии с выявленными нарушениями и с учетом избранного вида спорта (плавание).

Участникам предлагаются условия: возрастная категория, пол волонтеров, избранный вид спорта клиента, с учетом которых необходимо выстроить свое выступление. Представленные выше заданные условия являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 300 мин.

Алгоритм работы

- провести опрос (предварительный анамнез) волонтера-актера по установленной форме, измерение артериального давления и пульса клиента при помощи автоматического тонометра, полученные результаты внести в шаблон № 1.1;
- провести процедуру диагностики состава тела волонтера-актера на портативном анализаторе состава тела и внести данные в шаблон № 1.2, сделать фотофиксацию листа результатов диагностики состава тела;
- произвести визуальную и пальпаторную оценку состояния опорно-двигательного аппарата волонтера-актера на фоне диагностической сетки с целью выявления симметричности/ассиметричности основных сегментов тела и обеспечить при помощи волонтера-оператора фото и видеофиксацию результатов визуального осмотра, внести данные в шаблон № 1.3 для последующего анализа полученных результатов;

- обозначить в шаблоне № 1.4 (карта тела) условными обозначениями в соответствии с образцом все выявленные нарушения опорно-двигательного аппарата волонтера-актера и описать их в примечании;
- произвести функциональное тестирование опорно-двигательного аппарата, дыхательной системы, вестибулярного аппарата и системы проприоцепции мозговых функций волонтера-актера; обеспечить при помощи волонтера-оператора фото и видеофиксацию результатов функциональных тестов с фиксацией исходного положения, амплитуды и конечного положения при проведении каждого функционального теста, внести данные в шаблон № 1.5 для последующего анализа полученных результатов;
- произвести тестирование физических кондицией волонтера-актера, обеспечивая видеофиксацию результатов тестирования при помощи волонтера-оператора; внести данные в шаблон № 1.5;
- осуществить перенос фотофиксации с мобильного устройства волонтера-оператора на персональный компьютер/ноутбук;
- результаты фотофиксации обработать в программе Paint или аналог в соответствии с требованиями;
- произвести расчеты и анализ полученных результатов тестирования в шаблонах № 1.1-1.5;
- предложить рекомендации по коррекции выявленных недостатков опорно-двигательного аппарата посредством физических упражнений в зависимости от вида нарушения и уровня физической подготовленности волонтера-актера в шаблоне № 1.6;
- заполнить шаблон № 2 «Комплекс упражнений, составленный с учетом выявленных нарушений и избранного вида спорта клиента». Сохранить шаблон № 2 в формате PDF, указав в имени документа Ф.И.О. участника;
- шаблоны № 1.1–1.6, № 2, сохраненные в формате PDF, и результаты фотофиксации (включая лист диагностики состава тела), обработанные в программе Paint или аналог, перенести на флеш-накопитель;
- поместить флеш-накопитель в конверт с указанием ФИО участника, запечатать и передать для оценки экспертам с учетом лимита времени на выполнение экзаменационного задания.

Особенности выполнения задания

За каждым участником закрепляются волонтер-актер и волонтер-оператор посредством жеребьевки. В подготовительный день участник

осуществляет с волонтером-оператором в тестовом режиме фото результатов тестирования и видеофиксацию процедуры тестирования в течение 1 часа.

В день выполнения задания проводится жеребьевка по закреплению за каждым участником волонтера-актера, с которым он производит тестирование базовых паттернов и физических кондиций.

В день выполнения задания в течение 15 минут до начала запуска таймера участник выполняет осмотр и подготовку места тестирования при помощи волонтера-актера и волонтера-оператора.

Необходимые приложения

Шаблон № 1.1

ФИО участника _____

Индивидуальная карта оценки текущего физического состояния клиента

Номер клиента (волонтера) по жеребьевке: _____

Дата составления карты: _____

Блок 1. Вводный опрос клиента

ФИО клиента (волонтера) _____

1. Как я могу к вам обращаться? _____
2. Предпочитаемые виды двигательной активности: _____
3. Пищевые предпочтения (предпочтения в еде/ пищевые аллергены): _____
4. Периодичность занятий физическими упражнениями на данный момент: _____
5. Наличие противопоказаний (заболеваний) к занятиям физическими упражнениями: _____
6. Желаемый результат по итогам тренировочной деятельности, по выбору волонтера: _____
7. Уровень активности в течение дня _____
8. Цели тренировок: _____

Противопоказания и ограничения

1. Есть ли у вас заболевания сердца и сосудов? Какие? _____
2. Бывают ли у вас обмороки или головокружения? Как часто? _____
3. Есть ли у вас заболевания сосудов ног? Какие? _____
4. Бывают ли у вас отеки и онемение рук и ног? _____
5. Есть ли у вас проблемы с артериальным давлением? _____
6. Есть ли у вас проблемы с позвоночником, суставами, мышцами? _____
7. Есть ли у вас диабет? Принимаете ли вы инсулин? _____
8. Есть ли у вас проблемы со зрением? Какие? _____
9. Были ли у вас заболевания онкологического характера? _____
10. Были ли у вас травмы? Какие? _____
11. Были ли у вас хирургические операции? Какие и как давно? _____

- 12 Соблюдаете ли вы диету? Если да, то какую? _____
- 13 Есть ли у вас заболевания, не упомянутые в анкете? Какие? _____

Опыт тренировок

- 1 Имели ли вы опыт занятий спортом / фитнесом / лечебной физкультурой ранее? Какие виды активности, как давно, где?
- _____

- 2 Имели ли вы негативные последствия занятий упражнениями (ухудшение самочувствия, боли, головокружения и т.п.)? _____
- _____

Антропометрические данные

1	Пол			
2	Возраст			
3	Длина тела		см	
4	Вес		кг	гр
5	Артериальное давление		/	мм.рт.с г
6	Пульс		уд / мин	

Блок 2. Карта анализа результатов аппаратного исследования клиента

Параметр	Значение		Вывод (анализ)	
Соотношение мышцы-жир	Тип состава тела			
	Масса скелетной мускулатуры (кг)			
	Процентное содержание жира в теле (%)			
	Уровень висцерального жира			
	Протеин			
	Границы нормы (см комментарий *1)		-	
Минералы				
	Границы нормы (см комментарий *2)		-	
Посегментарная оценка результатов аппаратного тестирования	Развитие мышц рук (% относительно веса) (см комментарий *5)	левая	правая	
	Развитие мышц ног (% относительно веса) (см комментарий *5)	левая	правая	
Баланс в развитии мышц верхней и нижней половины туловища (см комментарий *4 и 6)	верх	низ		
Уровень базального метаболизма	Показатель в ккал			
	Границы нормы (см комментарий *3)		-	
Рекомендуемый прием калорий	Показатель в ккал			
Контроль веса	Идеальный вес			
	Контроль веса			
	Контроль жира			
	Контроль мышц			

Обратите внимание, что серые поля не заполняются

*1 Сначала необходимо вычислить середину границ нормы. Например: границы нормы протеина (10,8 -13,2) поэтому середина границы будет вычисляться так $(13,2-10,8)/2=1,2$, затем $10,8+1,2=12$. Если протеин 11,2 (кг), вывод: ниже середины нормы.

*2, 3 Вычисляется аналогично первому примеру.

*4 Сначала вычисляется среднее значение между правой и левой рукой, затем это значение складывается со значением туловища и снова вычисляется среднее значение, которое будет сравниваться со средним значением правой и левой ноги, и только после этого делается вывод.

*5 Дисбаланс фиксируется при разнице в 2% и более.

*6 Дисбаланс фиксируется при разнице в 12% и более.

Блок 3. Рекомендации по питанию и питьевому режиму для достижения поставленной задачи

1.1 Рассчитать норму потребления чистой воды в течение дня по формуле $(30 \text{ мл} \cdot \text{вес})^3$ л мл

1.2 Калорийность пищи в день ккал (показатель по in Body 270)

1.3 Количество белка, потребляемого для достижения одной из поставленных задач (в пересчете на 1 кг собственного веса)

Индивидуальный запрос	Белок г/кг	Калорийность белковой составляющей, ккал ¹	Калорийность составляющей жиров и углеводов, ккал ²
-----------------------	---------------	--	--

--	--	--

- ¹ количество белка (г) *умножить* на массу тела (кг) *умножить* 4 на ккал
² калорийность пищи в день минус калорийность белковой составляющей
³ расчет воды производится на здоровый вес клиента (волонтера) – идеальный вес

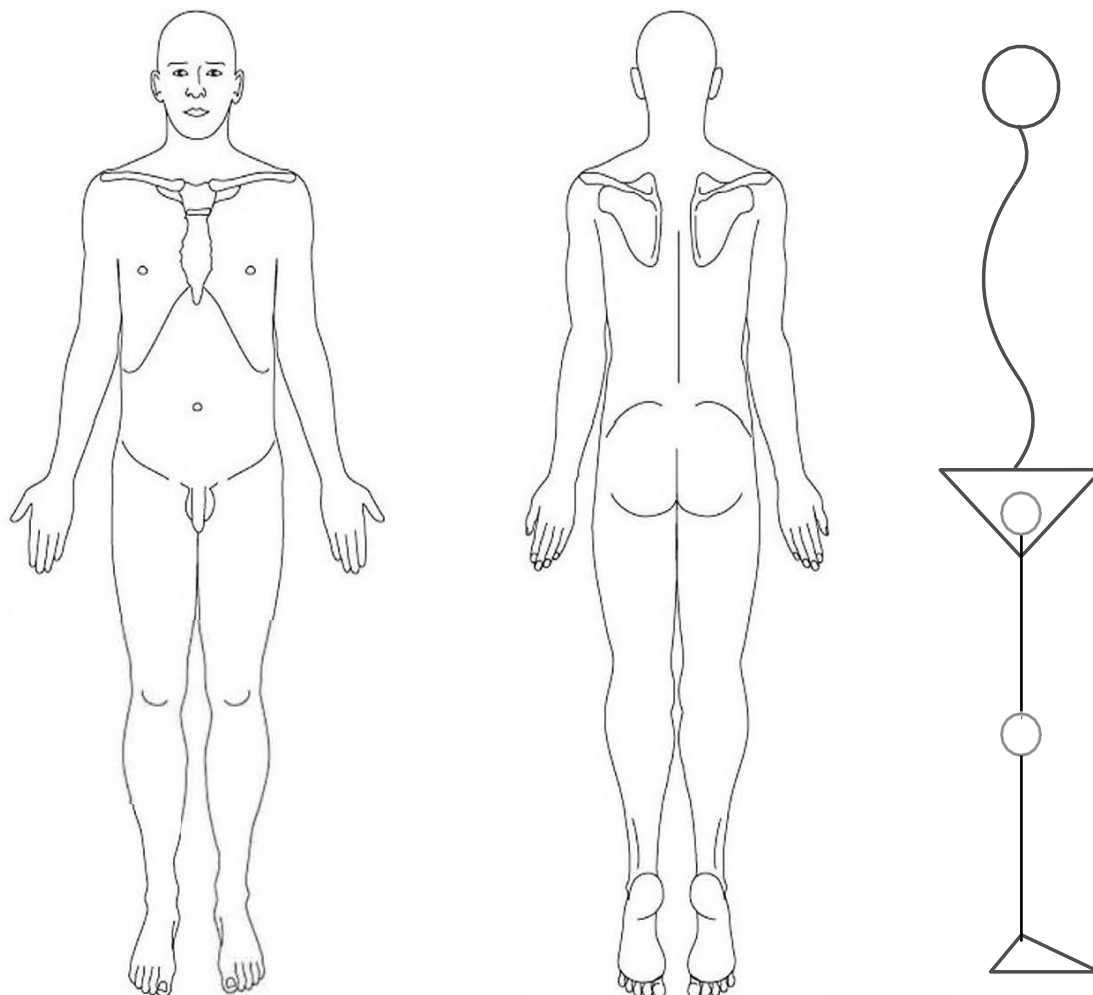
БЛОК 4. Статическая визуальная оценка ОДА						
	Наименование теста / функциональной пробы	Полученное значение (вписать)		Оценка показателей индекса / функциональной пробы (выбрать)		Сопутствующие деформации (выбрать)
1	Оценка сосцевидных отростков					
2	Оценка отклонения головы от вертикальной линии					
3	Акромиальные отростки					
4	Ромб «Машкова»	C7-Л1	C7-Л2			
		L5-Л1	L5-Л2			
5	Плечевой индекс (*1)					
6	Оценка локтевых отростков (олекранон)					
7	Гребни крыльев подвздошных костей					
8	Оценка расположения коленных чашечек					
9	Пяточная кость			Пр	Лев	

*1 Плечевой индекс = ширина плеч (см) / плечевая дуга, см

Необходимо обеспечить фотофиксацию результатов всех тестов и функциональных проб

Фото должны быть обработаны в программе Paint

БЛОК 5. КАРТА ТЕЛА



Примечания:

Наличие ассиметрий тела
Тип нарушения осанки

Блок 6. Результаты тестов и функциональных проб

Наименование теста / функциональной пробы		Полученное значение			Оценка показателей индекса / функциональной пробы		Сопутствующие деформации	
Шейный лордоз								
Поясничный лордоз								
Сгибание в шейном отделе позвоночника								
Сгибание/разгибание в грудном отделе позвоночника		Сгибание						
		Разгибание						
Проба "Шобера"								
Проба "Штанге"		Задержка сек						
		чсс до						
		чсс после						
		ПР*2						
Проба "Генчи"		Задержка сек						
		чсс до						
		чсс после						
		ПР*2						
Определение гипертонуса мышц сгибателей бедра и разгибателей поясничного отдела позвоночника					Вариант			
		право						
		лево						
Присед лицом к плиометрической тумбе					Норма или отклонение	Количество отклонений		
Координационная проба Ромберга (3 варианта)		вариант пробы						
		результат (для проб № 1 и 2)						
		опора на правую ногу (только для пробы № 3)						
		опора на левую ногу (только для пробы № 3)						
Наименование теста / функциональной пробы		Полученное значение			Оценка показателей индекса / функциональной пробы		Оценка показателей в баллах	
Кистевая динамометрия	правая рука	1 попытка		кг				
		2 попытка		кг				
	левая рука	1 попытка		кг				
		2 попытка		кг				
Силовой показатель					кг			

Степ-тест				
Выносливость мышц рук (раз)				
Выносливость мышц ног (сек)				
Подвижность тазобедренных суставов				
Подвижность плечевых суставов	правый			
	левый			

Общая оценка физической подготовленности (полученные результаты суммарно по блокам)

Направление	Суммарное количество баллов	Уровень физической подготовленности	Период тренировки
Гибкость			
Аэробная выносливость			
Силовая выносливость			

Общий уровень подготовленности клиента (волонтера)			
--	--	--	--

*1 Плечевой индекс = ширина плеч (см) / плечевая дуга, см

*2 ПР = ЧСС за 30 с (после теста) / ЧСС за 30 с (до теста)

Необходимо обеспечить фотофиксацию результатов тестов и функциональных проб:

Шейный лордоз
Поясничный лордоз
Сгибание в шейном отделе позвоночника
Сгибание/разгибание в грудном отделе позвоночника
Проба "Шобера"
Присед лицом к плиометрической тумбе

БЛОК 7. Индивидуальная программа коррекции выявленных нарушений осанки по результатам тестирования паттернов			
Вид нарушения осанки	Направления деятельности (задачи)	Корректирующие упражнения	Методические указания
	1. Улучшение подвижности позвоночника		
	Повышение тонуса мышц сгибателей спины		
	Мобилизация вершины кифоза		
	Лордозирование в поясничном и нижнегрудном отделах		
	Улучшение подвижности в лордозированном отделе		
	2. Укрепление мышц всего тела		
	Повышение силовых возможностей и растяжение мышц обеспечивающих "мышечный корсет", мышцы спины, мышцы плечевого и тазового пояса; мышцы бедра и голени		
	Укрепление мелких мышечных групп спины, живота, косых мышц		
	На мышцы передней брюшной стенки, разгибатели поясничного отдела позвоночника, межлопаточные и мышцы затылочной области.		
	Минимальное биомеханическое воздействие на кривизну позвоночника		
	Создание мышечной тяги в направлении, противоположном искривлению		
	3. Увеличение угла таза		
	Укрепление подвздошно-поясничных, прямых головок четырехглавых мышц бедра, гребешковых, грушевидных, разгибателей поясничного отдела спины		
	Растяжение укороченных и напряженных мышц: двуглавая мышца бедра, трехглавая мышца голени		
	4. Уменьшение угла наклона таза		
	Укрепление ослабленных и		

растянутых мышц: разгибателей туловища грудного отдела и межлопаточных мышц - нижних стабилизаторов лопаток, переднешейных глубоких мышц, прямых и косых мышц живота, больших ягодичных и задних пучков средних ягодичных мышц, двуглавой мышцы бедра		
Растяжения укороченных и напряженных мышц: длинных мышц спины - разгибателей туловища, поясничного и шейного отделов, верхней части трапецивидной мышцы, большой грудной мышцы, подвздошно-поясничной мышцы, прямой мышцы бедра, трехглавой мышцы голени		
5. Коррекция кифоза		
Прогибание кифоза с учетом его вершины		
Растягивание грудных мышц		
6. Коррекция сопутствующих деформаций		
Коррекция крыловидных лопаток		
*укрепление мышц фиксирующих и сближающих лопатки: трапецивидной, ромбовидной, передней зубчатой		
*укрепление затылочных мышц и разгибателей спины		
Коррекция мышечной контрактуры больших грудных мышц со сведением вперед и опущением плеч		
* растяжение больших грудных мышц		
Укрепление межлопаточных мышц		
Коррекция выступа живота		
Гиперлордоз шейного отдела позвоночника, сопровождающийся выдвиганием головы вперед		
* укрепление мышц шеи, плечевого пояса и разгибателей верхнегрудного отдела спины		

**Комплекс упражнений, составленный с учетом выявленных нарушений
и избранного вида спорта клиента**

	Содержание	Дозировка	Корректировка содержания/ дозировки	Организационно- методические указания
1.				
2.				
3.				
4.				

5. Комплект оценочной документации паспорт КОД 1.4-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Однодневный
4	Номер КОД	КОД 1.4
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	20.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	1:46:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	X
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Не предусмотрено
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Не предусмотрено
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Не предусмотрено
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации, (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида 	2

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		деятельности	
6	Проведение учебных занятий по физической культуре	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • требования к формулировке цели и задач; • требования к профессиональной терминологии; • требования к отбору содержания в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей; • требования к показу в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей; • специфику, назначение, применение всего оборудования и инвентаря; • анатомо-физиологические особенности занимающихся; • приемы дозирования и изменения физической нагрузки; • эффективность применения различных методов, приемов и форм организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • способы осуществления контроля за техникой выполнения двигательного действия и исправления ошибок. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определять и формулировать задачи в зависимости от цели, вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • грамотно применять профессиональную терминологию в зависимости от вида деятельности; • осуществлять отбор содержания в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • осуществлять качественный показ техники двигательных действий; • отбирать и применять оборудование и инвентарь с учетом их специфики и назначения; • учитывать анатомо-физиологические особенности занимающихся при организации и проведении занятий; • осуществлять дозировку физической нагрузки в зависимости от групповых и индивидуальных особенностей занимающихся; • осуществлять отбор и применять различные методы, приемы и формы организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • предлагать подходящие варианты упражнений с учетом цели, задач и особенностей занимающихся; • осуществлять контроль за техникой выполнения двигательного действия и исправлять ошибки 	15
9	Навыки коммуникации /	Специалист должен знать и понимать:	3

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
	взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий	<ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиторный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные способы решения их запросов; • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем жизни); • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить снятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников на одно пост-рабочее место на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобалльной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00%–19,99%	20,00%–39,99%	40,00%–69,99%	70,00%–100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»	D. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»	1:46:00	1, 6, 9	3.50	16.50	20.00
Итого	-	-	1:46:00	-	3.50	16.50	20.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена⁴.

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по проведению экзамена между членами экспертной группы, заполнение Протокола о распределении
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению демонстрационного экзамена,

⁴ Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберете из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
				заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»
День 1 (С1)	8:00:00	9:00:00	1:00:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 1 (С1)	9:00:00	10:30:00	1:30:00	Выполнение модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»
День 1 (С1)	10:30:00	14:30:00	4:00:00	Демонстрация задания модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» (15 чел.*16 мин.)
День 1 (С1)	14:30:00	15:00:00	0:30:00	Обед
День 1 (С1)	15:00:00	18:00:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

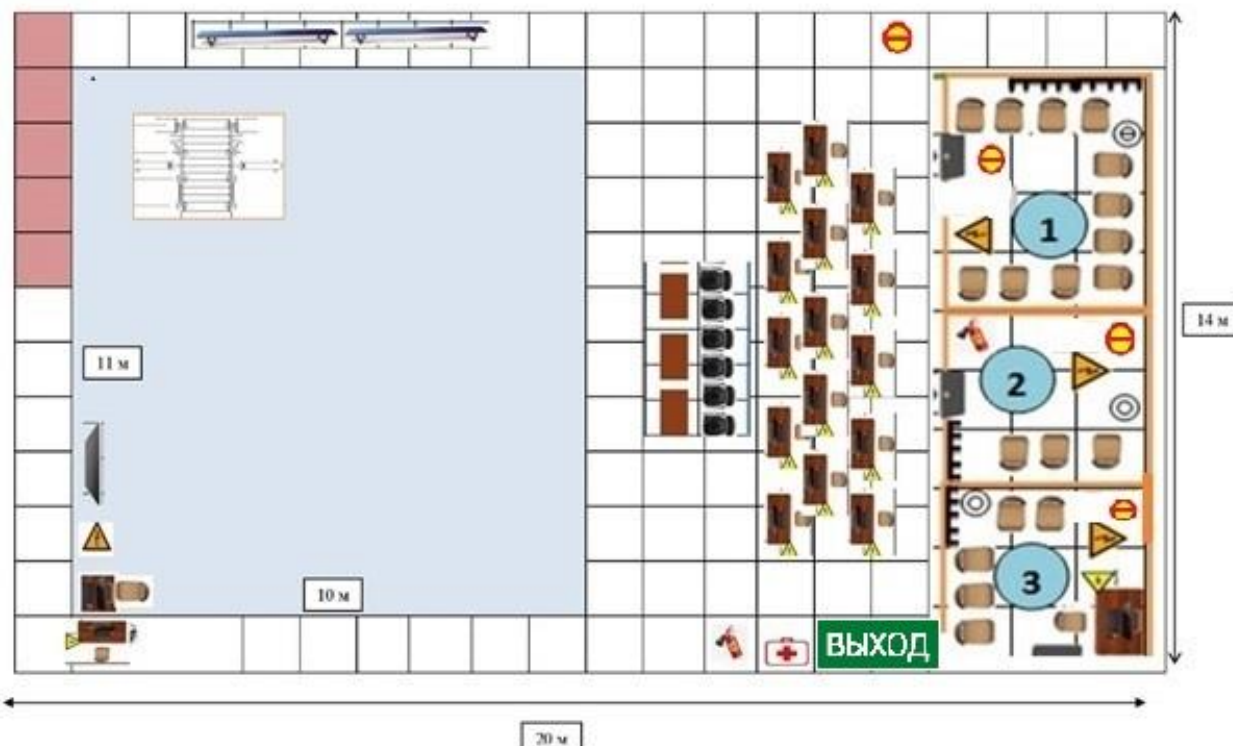
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: **очный**

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»

Необходимо продемонстрировать умение планировать (составлять конспект и формулировать образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи, подбирать средства для их реализации) и проводить фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре с обучающимися школьного возраста (9-11 класс) при непосредственной работе с актерами-волонтерами.

Заданные условия:

Цель занятия: формирование навыка выполнять прием мяча у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела «Спортивные игры (волейбол)» в 11 классе.

Участникам предлагается цель фрагмента учебного занятия, с учетом которой необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше цель фрагмента учебного занятия является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 106 мин.

Лимит времени на подготовку площадки для демонстрации фрагмента занятия на 1 участника - 4 минуты.

Лимит времени на представление задания (на 1 участника): 12 минут.

Алгоритм работы

Часть 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- подобрать упражнения для разработки плана-конспекта фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела программы и возрастной группы обучающихся в соответствии с заданным шаблоном;
- подобрать инвентарь для проведения фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся;
- отрепетировать фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре без привлечения волонтеров;

- завершить разработку плана-конспекта фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом 30% изменений в соответствии с заданным шаблоном;
- подготовить план-конспект для проведения урока на бумажном носителе в печатном виде и по истечении 90 минут передать экспертам (4 экземпляра).

Для демонстрации задания для одного участника на площадке привлекается группа из 4 волонтеров (2 юноши и 2 девушки).

Необходимые приложения

Приложение 1

Шаблон № 1 План-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (9–11 класс)

Ф.И.О. участника

Раздел:

Класс:

Цель:

Образовательная задача:

Оздоровительная задача:

Воспитательная задача:

Инвентарь и оборудование:

Содержание фрагмента основной части учебного занятия	Оборудование	Дозировка	Корректировка содержания / дозировки	Организационно-методические указания
1. Построение класса.				
2. Средства решения поставленных задач (последовательность упражнений):				
2.1.				
2.2.				
2.3....				

6. Комплект оценочной документации паспорт КОД 2.1-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Двухдневный
4	Номер КОД	КОД 2.1
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	44.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	10:17:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	X
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Не предусмотрено
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Не предусмотрено
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Не предусмотрено
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации, (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида 	4

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		деятельности	
3	Проведение индивидуальной тренировочной деятельности по запросу клиента	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • биомеханические, анатомические и физиологические особенности; • специфику составления индивидуального плана тренировок в зависимости от полученных результатов тестирования и запросов занимающихся; • особенности подбора и регулировки оборудования с учетом его свойств; • особенности подбора и регулировки оборудования с учетом индивидуальных возможностей клиента; • методику организации и проведения индивидуальной тренировочной деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять комплексный подход при составлении индивидуального плана тренировок с учетом анализа полученных результатов и индивидуального запроса занимающихся; • организовывать и проводить тренировочную деятельность индивидуальной направленности 	10
5	Проведение консультаций с населением с использованием цифровых технологий	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • психологию общения и поведения человека; • возрастную психологию и анатомию человека; • структуру построения консультационного процесса; • особенности подбора целесообразных способов решения запросов от аудитории клиентов; • преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий спортом; • специфику работы с современными устройствами по здоровьесбережению. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проводить консультации основанные на запросе клиентов в доступной для них форме; • выстраивать консультацию в логической последовательности; • осуществлять отбор средств, методов и приемов в зависимости от выявленных рисков и угроз возникновения соматических заболеваний при нарушении правил здорового образа жизни; • разрабатывать материал для выступления, который может в дальнейшем самостоятельно использовать клиент для поддержания своего здоровья 	5
7	Подбор двигательной активности с учетом возрастных особенностей	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • возрастные и гендерные особенности разных возрастных групп населения при подборе видов двигательной активности; • особенности реализации двигательной активности в рамках разных тренировочных направлений. 	5

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подбирать виды двигательной активности в зависимости от возрастных и гендерных особенностей разных возрастных групп населения; • организовывать двигательную активность по разным тренировочным направлениям 	
8	Выполнение аналитической деятельности	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности обработки результатов тестов; • особенности анализа карты аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • специфику запроса клиента; • специфику обработки данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников). <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • производить расчеты и вычисления для обработки данных тестов и функциональных проб; • производить расшифровку и обработку данных аппаратного тестирования состава тела клиента (биоимпедансный анализ); • делать выводы и умозаключения на основе полученных результатов; • производить обработку данных клиента, полученных с цифровых устройств (умных помощников) 	10
9	Навыки коммуникации / взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиальный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные 	10

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
		<p>способы решения их запросов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем жизни); • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить отснятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников на одно пост-рабочее место на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобальной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобальной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00% - 19,99%	20,00% - 39,99%	40,00% - 69,99%	70,00% - 100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль А. «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»	А. «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»	3:17:00	1, 5, 7, 8, 9	3.00	20.00	23.00
2	Модуль В. «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»	В. «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»	7:00:00	1, 3, 8, 9	3.00	18.00	21.00
Итого	-	-	10:17:00	-	6.00	38.00	44.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена⁵.

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по проведению экзамена между членами экспертной группы, заполнение Протокола о распределении
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению

⁵ Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
				демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»
День 1 (С1)	8:30:00	10:00:00	1:30:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 1 (С1)	10:00:00	13:17:00	3:17:00	Выполнение модуля А «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»
День 1 (С1)	13:17:00	13:30:00	0:13:00	Завершение дня С1 для участников
День 1 (С1)	13:30:00	14:20:00	0:50:00	Обед
День 1 (С1)	14:20:00	18:00:00	3:40:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий
День 2 (С2)	8:30:00	10:00:00	1:30:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 2 (С2)	10:00:00	14:00:00	4:00:00	Выполнение модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»
День 2 (С2)	14:00:00	14:40:00	0:40:00	Обед
День 2 (С2)	14:40:00	17:40:00	3:00:00	Выполнение модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися» (продолжение)
День 2 (С2)	17:40:00	20:40:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

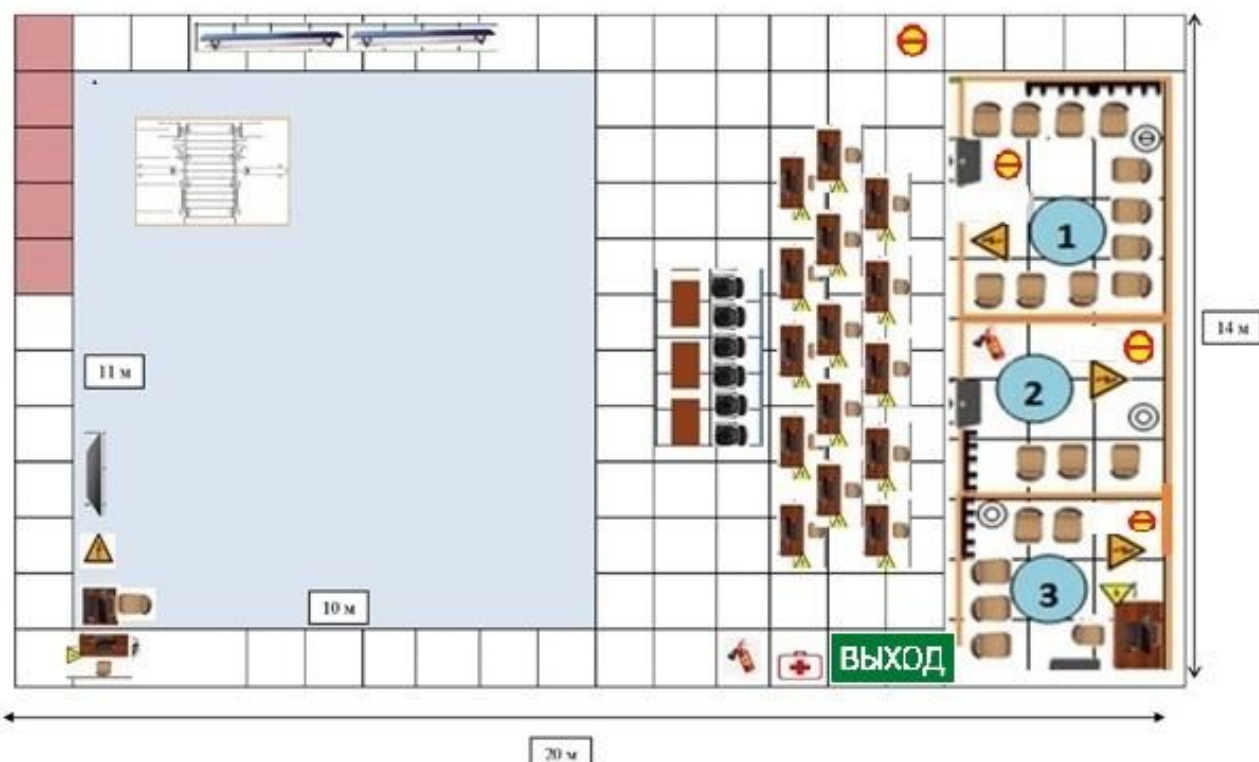
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: **очный**

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля А «Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению»

На основе заданных условий (с учетом запроса клиента и полученных результатов анализа профиля) необходимо выполнить анализ данных, заполнить шаблоны, используя профиль и анкету клиента. Далее необходимо составить интерактивный буклет и провести экспресс-консультацию, направленную на решение индивидуального запроса клиента по здоровьесбережению, с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями в дистанционном формате (при непосредственной работе с волонтером-актером в режиме онлайн-консультации).

Заданные условия: к Вам обратился мужчина 2000 г.р., который на протяжении недели носил умный браслет и заполнял в приложении необходимые разделы.

Содержание профиля (папки) состоит из следующих разделов: 1.1 «Данные профиля»; 1.2 «Цель из профиля»; 1.3 Раздел «ИМТ и вес»; 1.4 Раздел «Двигательная активность»; 1.5 Раздел «Питание»; 1.6 Раздел «Сон»; 1.7 Раздел «Вода»; Нормы; легенда (приложение 1 к ОМ КОД № 1.1).

Участникам предлагается возрастная категория, пол и индивидуальный запрос волонтера. С учетом заданных условий необходимо выстроить свое выступление. Представленный в приложении 1 к КОД № 1.1 профиль является примерным и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 197 мин.

Алгоритм работы.

Часть 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- выполнить анализ профиля в соответствии с заданными условиями и заполнить шаблон № 1;
- в шаблоне № 2 зафиксировать параметры профиля и выявленные проблемы в соответствии с заданными условиями, не способствующими здоровьесбережению, на основе шаблона № 1. Из шаблона № 2 необходимо

удалить параметры профиля, не вызывающие проблем в здоровьесбережении;

- сохранить в формате PDF шаблоны № 1 и № 2, указав в имени документа Ф.И.О. участника;

- в шаблоне № 3 определить задачи, которые будут реализованы в ходе проведения экспресс-консультации, остальные удалить. Сохранить шаблон № 3 в формате PDF, указав в имени документа Ф.И.О. участника;

- шаблоны №1, № 2 и № 3 сохранить на карту памяти и передать техническому эксперту.

***Если участник справился с первой частью алгоритма ранее 90 минут, он может приступить к выполнению алгоритма части 2.**

Часть 2. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- разработать план проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;

- определить теоретическое содержание экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;

- подобрать материалы и оборудование для проведения экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий в соответствии с заданными условиями;

- подготовить интерактивный буклет в программе SMART Notebook File (*.notebook) / Microsoft PowerPoint или аналоге для сопровождения экспресс-консультации в соответствии с разработанным планом и заданными условиями;

- произвести сохранение интерактивного буклета в формате SMART Notebook File (*.notebook) / Microsoft PowerPoint или аналоге, в имени документа указать полностью фамилию, имя и отчество участника;

- сохранить созданный интерактивный буклет / презентацию на карту памяти и передать техническому эксперту;

- отрепетировать демонстрацию задания;

- сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать экспресс-консультацию и осуществлять видеозапись выступления.

Алгоритм подготовки площадки (3 минуты):

- проверить: наличие стабильного сигнала интернета, работоспособность веб-камеры и микрофона;
- осмотреть комнату волонтера-актера, убедиться в наличии необходимого инвентаря и его исправности;
- проверить внешний вид волонтера-актера);
- произвести запуск демонстрационного материала на ноутбуке.

Если участник осуществил подготовку менее чем за 3 минуты, он может сам инициировать возможность начала демонстрации задания, обозначив в речи: «Я готов(а)». С данных слов производится запуск основного времени на демонстрацию задания экспертом с особыми полномочиями.

Алгоритм действий в процессе демонстрации задания (14 минут):

- запуск времени экспертом с особыми полномочиями начинается со слов участника: «Я готов(а)» или автоматически по истечению времени на подготовку площадки.
- фиксация окончания времени на демонстрацию экспертом с особыми полномочиями будет произведена только после слов участника: «Я закончил(а)».

Время окончания демонстрации задания фиксируется экспертом с особыми полномочиями после фразы участника: «Я закончил(а)».

Если участник превышает лимит времени на демонстрацию задания (14 минут), эксперт с особыми полномочиями обязан немедленно остановить дальнейшую деятельность, а участник обязан приступить к выполнению алгоритма действий после завершения выступления.

Особенности выполнения задания

В подготовительный день участник имеет возможность подготовить дополнительный фото- и видео- контент для проведения практической части экспресс-консультации (по желанию). Готовые фото- и видео- материалы участник переносит на карту памяти, удаляя их с компьютера на своем рабочем месте. Участник помещает карту памяти в конверт и передает его ответственному эксперту. Карта возвращается участнику непосредственно в день выполнения задания, до этого она хранится у главного эксперта.

В подготовительный день участник имеет возможность в тестовом режиме посетить свою комнату для ознакомления с особенностями работы с волонтером-актером в программе Discord / аналог.

Для демонстрации задания привлекаются волонтеры-актеры в количестве 6 человек (3 юноши и 3 девушки). Для демонстрации одного участника в комнате находится 1 волонтер-актер (пол волонтера определяется в соответствии с заданными условиями).

Описание модуля В «Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися»

Участнику необходимо изучить легенду, которая содержит информацию о результатах тестирования и предпочтениях спортсмена, занимающегося избранным видом спорта, для которого необходимо составить персональную программу тренировки.

Заданные условия: к Вам обратился юноша 20 лет, занимающийся баскетболом, который попросил проанализировать его результаты тестирования и составить для него персональную программу тренировки на подготовительный период (общеподготовительный этап).

Содержание профиля (папки) состоит из следующих документов: карта анализа результатов аппаратного исследования клиента; легенда (шаблон № 1, включающий частично заполненные блоки: Блок 1. «Вводный опрос клиента»; Блок 2. «Антропометрические данные»; Блок 3. «Результаты тестов и функциональных проб» (приложение 1 к КОД № 1.2).

Участникам предлагается возрастная категория и пол волонтера, вид спорта волонтера, период тренировочного процесса. С учетом заданных условий необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше легенда является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 420 мин.

Алгоритм работы.

Этап 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- изучить легенду, которая содержит информацию о результатах тестирования и предпочтениях спортсмена, занимающегося избранным видом спорта, для которого необходимо составить персональную программу тренировки;
- произвести перенос данных из легенды (шаблон № 1) в шаблон № 1 для заполнения «Индивидуальная карта актера-волонтера»; произвести необходимые расчеты и сделать выводы;
- заполнить шаблон № 2 «План индивидуальной тренировки» на основе проанализированных результатов тестирования, описанных в легенде;
- произвести подготовку к видеосъемке фрагмента индивидуальной тренировки.

Этап 2. Алгоритм выполнения задания (150 минут):

– в течение 15 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- в) в строго определенной зоне демонстрационной площадки произвести видеосъемку фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке без привлечения клиента (волонтера);
- г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно, удалить разметку и покинуть площадку до истечения 15-минутного интервала;
- д) удалить разметку.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, участник обязан покинуть площадку.

В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

– до начала второй съемки произвести монтаж видеоматериалов при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог.

– в течение 10 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;
- в) произвести видеосъемку визитной карточки;
- г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно, удалить разметку и покинуть площадку до истечения 10-минутного интервала.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, участник обязан покинуть площадку.

В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

- произвести корректировку шаблона № 2 по необходимости;
- сохранить в формате PDF шаблоны № 1 и № 2, указав в имени каждого документа ФИО участника;
- скопировать сохраненные шаблоны № 1 и № 2 на флеш-накопитель, положить его в конверт, запечатать, подписать на конверте полное ФИО и передать его ответственному эксперту до окончания 240 минут;

– до начала второй съемки произвести монтаж видеоматериалов при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог.

Этап 3. Алгоритм выполнения задания (180 минут):

– в течение 15 мин. участник производит видеосъемку в указанном секторе согласно жеребьевке. Запуск времени на видеосъемку и сигнал «Стоп» об окончании видеосъемки производит эксперт с особыми полномочиями. После его команды о запуске времени участник приступает к выполнению следующих видов работ:

- а) подготовить площадку (расставить оборудование);
- б) произвести осмотр оборудования с учетом ТБ;

в) в строго определенной зоне демонстрационной площадки произвести видеосъемку фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке без привлечения клиента (волонтера);

г) вернуть оборудование в отведенное место, сложив его аккуратно;

д) удалить разметку.

После команды «Стоп» запрещены любые виды работ, участник обязан покинуть площадку.

В случае если участник не выполнил или выполнил описанный алгоритм частично после завершения видеосъемки, ответственный эксперт возвращает его на площадку для устранения недочетов.

– произвести итоговый монтаж видеоролика общей длительностью на 15-20 минут при помощи программы Windows Movie Maker / MAGIX Movie Edit Pro / аналог;

– произвести сохранение видеоролика в одном из указанных форматов (WMV, видеофайл Windows Media, MPEG, MP4) с указанием фамилии, имени и отчества участника;

– проверить видеоролик на работоспособность и загрузить его на флеш-накопитель. Флеш-накопитель положить в конверт и заклеить его, на конверте указать полностью ФИО участника и передать его ответственному эксперту до окончания 180 минут;

– привести рабочее место в порядок.

Необходимые приложения Модуль А

Шаблон № 1

Разработка и проведение экспресс-консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий

Анализ теоретического материала за период (внести даты анализируемого периода):

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7
указать дату, месяц и год в формате (01.12.2020)						

1.1 Данные профиля:

ФИО (внести согласно данным профиля): _____

Ник (если есть, внести согласно данным профиля): _____

Профессия: _____

Индивидуальный запрос по здоровьесбережению: _____

Год рождения	Возраст (лет)	Вес (кг)	Рост (см)	Пол	Наличие заболеваний: диабет

Образ жизни: (отметить согласно данным профиля)

1.2 Цель из профиля: отметить согласно данным профиля раздела Цели из профиля

1.3 Раздел ИМТ и вес

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Нормы в соответствие с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00		
ИМТ (кг/м ²)								18,5-25	
Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Нормы в соответствие с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00		
Вес, кг									
Краткий вывод:		для достижения значения ИМТ "норма" рекомендуется							

*Производить расчеты ИМТ по весу первого дня

*Перед работой с формулой, возведите рост в квадрат и результат округлить до десятых

*Границы нормы по весу рассчитываются по формуле: Избыточный вес = вес (кг) фактический – нормальный ИМТ x (рост (м))²

Итоговый вывод по разделу 1.3

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Цель подтверждается данными профиля
ИМТ и вес		

1.3.1 Цель на основе полученных данных:

1.4 Раздел двигательная активность

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Количество шагов								0,0		
Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактическое количество тренировок за неделю	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Наличие тренировок (по данным карточек тренировок и/или упражнений в разделе сожженные калории), количество раз								0	2 и более раз в неделю	

поставить цифру "1" - если в день была одна и более тренировок длительностью более 20 минут

поставить цифру "0" - если в день не было тренировок и / или была одна и более тренировок длительностью менее 20 минут

Итоговый вывод по разделу 1.4

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Двигательная активность		

1.5 Раздел питание

1.5.1 Раздел баланс калорий (См. баланс калорий)

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы в соответствии с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Показатель достижения цели, в %**								0,0%	100%	
Потребленные Белки, %								0,0%	14%	
Потребленные Жиры, %								0,0%	30%	
Потребленные Углеводы, %								0,0%	56%	

****Показатель достижения цели не учитывается при анализе в случае, если цель подлежит изменению (корректировке) по итогам анализа раздела 1.2, 1.3.**

1.5.2 Раздел потребленные калории

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы в соответствии с данными профиля	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Завтрак, % от дневного рациона								0,0%	27,5%	
Перекус, % от дневного рациона								0,0%	17,5%	
Обед, % от дневного рациона								0,0%	37,5%	
Ужин, % от дневного рациона								0,0%	17,5%	

1.5.3 Анализ потребления продуктов питания по данным недельного рациона. В таблицу вносятся названия готовых блюд (продуктов), потребленных на завтрак/обед/ужин/перекус.

Приемы пищи	Даты проведения анализа						
	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900	00.01.1900
Завтрак							
Обед							
Ужин							
Перекус							

Итоговый вывод по разделу 1.5

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Питание		

1.6 Раздел сон

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы рекомендуемые ВОЗ	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Наличие дневного сна										

Наличие пробуждений во время ночного сна на 15 мин. и более										
Продолжительность сна, часы: минуты								0:00		
Эффективности сна, %								0,0%	75%	
Время отхода ко сну, часы: минуты									22:00 - 23:00	
Время пробуждения, часы: минуты									05:00 - 07:00	

* Если ночной сон разбит на два и более частей, то:
в графу "Время отхождения ко сну" необходимо занести время первого отхождения ко сну
в графу "Время пробуждения" необходимо занести время последнего пробуждения.

Итоговый вывод по разделу 1.6

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Сон		

1.7 Раздел вода

Параметры аккаунта	Даты проведения анализа							Фактические данные (средний показатель за период)	Нормы потребления воды	Краткий вывод
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00			
Количество выпитой воды в день, литры								0,0	0,0	

Итоговый вывод по разделу 1.7

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Вывод подтверждается данными профиля
Вода		

Итоговые выводы по всем разделам

Параметры профиля	Способствует здоровьесбережению	Цель подтверждается данными профиля
ИМТ и вес	0	0
Двигательная активность	0	0
Вода	0	0
Питание	0	0
Сон	0	0

Выводы на основании проведенного анализа данных за период с 00.01.1900 по 00.01.1900

Образ жизни	Способствует
-------------	--------------

	здоровьесбережению

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 14-17 лет

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушение обмена веществ в виде избытка и дефицита веса Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Нервная система и органы чувств	Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия) Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
			Нарушение обмена веществ в виде избытка и дефицита веса Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
Питание	Нерегулярное и несбалансированное	Пищеварительная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Эндокринная система	Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия) Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
		Нервная система и органы чувств	Нарушение обмена веществ в виде избытка и дефицита веса Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
			Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия) Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнении конкретной задачи Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)

		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)
Сон	Малая продолжительность	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)		
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
			Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Частые острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)		
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Утомление, слабость, апатия
			Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
Пищеварительная система	Увеличение массы тела Нарушение обмена веществ		
ВОДА			
1	2	3	4

ода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание
			Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Головная боль
			Повышение артериального давления
Нервная система и органы чувств	Тревога, раздражительность		
	Головная боль		
Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Изжога
			Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Сильная жажда
			Раздражительность
Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления		
	Учащенное сердцебиение		
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ			
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Усиление естественных изгибов позвоночника
			Недостаточное развитие разных групп мышц
		Сердечно-сосудистая система	Бледность кожных покровов
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
Дыхательная система	Нарушение цикла дыхания		
	Слабость		
ИМТ И ВЕС			
1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Частое переживание чувства тревоги, страха
			Замкнутость в себе
		Костно-мышечная (опорно-	Уменьшение мышечной массы

ИМТ и вес		двигательный аппарат)	Мышечная слабость
		Эндокринная система	Нарушение обмена веществ Слабость
	Избыточный вес	Эндокринная система	Нарушение обмена веществ Увеличение массы тела
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ аритмия)
			Повышение артериального давления
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Плоскостопие Усиление естественных изгибов позвоночника

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 18-44 года

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор)
		Эндокринная система	Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)
	Нервная система и органы чувств	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока	
		Нарушение гормонального фона	
Питание	Нерегулярное и несбалансированное	Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность
		Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)	
	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (диарея, запор)	
	Эндокринная система	Боли в эпигастрии (колики, спазмы, изжога)	
Нервная система и органы чувств	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока		
	Нарушение гормонального фона		
Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность		
	Нарушение пищевого поведения (булемия, анорексия)		
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
		Нервная система и органы чувств	Бледность кожных покровов
			Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнении конкретной задачи
		Иммунная система	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)			
Сон	Малая продолжительность	Снижение функциональных резервов организма	
		Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления
		Нервная система и органы чувств	Головная боль, головокружение
			Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и

			памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
		Иммунная система	Вялость, сонливость Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Снижение функциональных резервов организма
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Головная боль, головокружение
		Нервная система и органы чувств	Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Снижение функциональных резервов организма
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Головная боль, головокружение
		Нервная система и органы чувств	Утомление, слабость, апатия Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнение конкретной задачи
		Пищеварительная система	Увеличение массы тела Нарушение обмена веществ
ВОДА			
1	2	3	4
Вода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Отеки Повышение артериального давления
		Нервная система и органы чувств	Головная боль Тревога, раздражительность
Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Нарушение стула Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Головная боль Раздражительность

		Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления Учащенное сердцебиение
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ			
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Мышечная слабость
			Недостаточное развитие разных групп мышц
		Сердечно-сосудистая система	Головные боли
			Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
			Головная боль
Дыхательная система	Снижение работоспособности		
ИМТ И ВЕС			
1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Расстройство сна
			Сниженный фон настроения Уменьшение мышечной массы
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Мышечная слабость
			Эндокринная система
ИМТ и вес	Избыточный вес	Эндокринная система	Увеличение массы тела Повышенная потливость
			Сердечно-сосудистая система
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	

Выводы о возможных рисках и угрозах, которые могут развиваться в процессе ведения образа жизни, указанного в профиле 45-60 лет

Параметры профиля	Выявленные проблемы на основе анализа профиля	Системы наиболее подверженные риску	Возможные признаки проявления
1	2	3	4
ПИТАНИЕ			
Питание	Регулярное, но несбалансированное / Нерегулярное, но сбалансированное	Пищеварительная система	Нарушения работы отделов ЖКТ (запор) Потеря мышечной массы
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности, эмоциональная лабильность Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
		Питание	Нерегулярное и несбалансированное
		Эндокринная система	Ухудшение переваривающей способности желудочного сока Нарушение гормонального фона
		Нервная система и органы чувств	Ухудшение самочувствия, снижение работоспособности Неврозы, депрессивные расстройства, апатия
СОН			
1	2	3	4
Сон	Неэффективный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость) Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ) Снижение функциональных резервов организма
Сон	Малая продолжительность	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная

			лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость)
		Иммунная система	Вялость, сонливость Снижение функциональных резервов организма Частые острые респираторные заболевания (ОРЗ)
Сон	Неэффективный и малопродолжительный	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Бледность кожных покровов
		Нервная система и органы чувств	Нарушение эмоционально-волевой сферы (эмоциональная лабильность – перепады настроения, раздражительность, плаксивость) Вялость, сонливость
		Иммунная система	Частые острые респираторные инфекции Снижение функциональных резервов организма
Сон	Большая продолжительность сна (большая длительность)	Сердечно-сосудистая система	Повышение/понижение артериального давления Нарушение частоты/ритмичности сердечных сокращений (тахикардия/ брадикардия, аритмия)
		Нервная система и органы чувств	Головная боль, головокружение Нарушение когнитивных функций: ухудшение внимания и памяти, снижение умственной работоспособности, снижение способности концентрироваться на выполнении конкретной задачи
		Пищеварительная система	Увеличение массы тела Нарушение обмена веществ
ВОДА			
1	2	3	4
Вода	Превышение нормы	Мочеполовая система	Частое мочеиспускание Боли внизу живота
		Сердечно-сосудистая система	Отеки Повышение артериального давления
		Нервная система и органы чувств	Бессонница Головная боль
Вода	Ниже нормы	Пищеварительная система	Нарушение стула Сухость во рту
		Нервная система и органы чувств	Сильная жажда Головная боль
		Сердечно-сосудистая система	Нарушение артериального давления

			Отеки
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ			
1	2	3	4
Двигательная активность	Низкий уровень двигательной активности	Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Боли в суставах и мышцах
			Скованность движений
		Сердечно-сосудистая система	Онемение рук и ног
			Повышение артериального давления
			Одышка
Дыхательная система	Снижение работоспособности		
ИМТ И ВЕС			
1	2	3	4
ИМТ и вес	Дефицит массы тела	Нервная система и органы чувств	Расстройство сна
			Частое переживание чувства тревоги, страха
		Костно-мышечная система (опорно-двигательный аппарат)	Уменьшение мышечной массы
			Мышечная слабость
		Эндокринная система	Повышенная утомляемость
	Сухая кожа и расслаивающиеся ногти		
ИМТ и вес	Избыточный вес	Эндокринная система	Нарушение гормонального фона
			Повышенная потливость
		Сердечно-сосудистая система	Повышение артериального давления
			Отеки
		Костно-мышечная (опорно-двигательный аппарат)	Боли в суставах и мышцах
Мышечная слабость			

ФИО участника:

Задачи экспресс-консультации

1. Теоретической направленности
2. Направлена на решение индивидуального запроса средствами умного браслета
3. Направлена на двигательную активность, учитывающую индивидуальный запроса клиента
4.
5. ...

Модуль В

Шаблон № 1

ФИО участника _____

Блок 2. Антропометрические данные

1.	Пол			
2.	Возраст			
3.	Длина тела		см	мм
4.	Вес		кг	гр
5.	Артериальное давление		/	мм.рт.ст
6.	Пульс		уд / мин	

Блок 3. Результаты тестов и функциональных проб

Наименование теста / функциональной пробы		Полученное значение			Оценка показателей индекса / функциональной пробы	Оценка показателей в баллах
Кистевая динамометрия	правая рука	1 попытка		кг		
		2 попытка		кг		
	левая рука	1 попытка		кг		
		2 попытка		кг		
Силовой показатель				кг		
Степ-тест						
Выносливость мышц рук (раз)						
Выносливость мышц ног (сек)						
Подвижность тазобедренных суставов						
Подвижность плечевых суставов	правый					
	левый					

Общая оценка физической подготовленности (полученные результаты суммарно по блокам)

Направление	Суммарное количество баллов	Уровень физической подготовленности	Период тренировки
Гибкость			
Аэробная выносливость			
Силовая выносливость			
Общий уровень подготовленности клиента (волонтера)			

Блок 4. Анализ полученных результатов тестирования и рекомендации по тренировочным нагрузкам

1. Выявленный уровень развития гибкости клиента находится на уровне, что соответствует периоду в связи с этим тренировочная нагрузка для развития гибкости будет планироваться с учетом следующих параметров и видов стретчинга:

	Статический	Динамический	Баллистический
* время удержания позы (сек)			
* амплитуда движений			
* количество повторений упражнений (раз)			
* количество занятий в неделю (раз)			
* продолжительность занятий (мин)			
* скорость выполнения			

2. Выявленный уровень развития аэробной выносливости клиента находится на уровне, что соответствует периоду. В связи с этим тренировочная нагрузка для развития аэробной выносливости будет планироваться с учетом следующих

параметров тренировки:

- * интенсивность от максимального ЧСС %
- * продолжительность занятия мин.
- * количество занятий в неделю

3. Выявленный уровень развития силовых способностей клиента находится на уровне, что соответствует периоду в связи с этим тренировочная нагрузка

для развития силовых способностей будет планироваться с учетом следующих параметров:

- * интенсивность от максимального ЧСС %
- * вес отягощения %
- * количество повторений раз
- * количество подходов раз
- * пауза между подходами сек/мин
- * количество мышечных групп за одну тренировку
- * количество занятий в неделю раз
- * виды работ
- * темп выполнения

Блок 5. Карта анализа результатов аппаратного исследования клиента

Параметр	Значение		Вывод (анализ)
Соотношение мышцы-жир	Тип состава тела	<input type="text"/>	
	Масса скелетной мускулатуры (кг)	<input type="text"/>	
	Процентное содержание жира в теле (%)	<input type="text"/>	
	Уровень висцерального жира	<input type="text"/>	
	Протеин	<input type="text"/>	
	Границы нормы <i>(см. комментарий *1)</i>	<input type="text"/> - <input type="text"/>	
	Минералы	<input type="text"/>	

	Границы нормы (см. комментарий *2)		-		
Посегментарная оценка результатов аппаратного тестирования	Развитие мышц рук (% относительно веса) (см комментарий *5)		левая	правая	
	Развитие мышц ног (% относительно веса) (см комментарий *5)		левая	правая	
	Баланс в развитии мышц верхней и нижней половины туловища (см. комментарий *4 и 6)		верх	низ	
Уровень базального метаболизма	Показатель в ккал		-		
	Границы нормы (см. комментарий *3)				
Рекомендуемый прием калорий	Показатель в ккал				
Контроль веса	Идеальный вес	_____			
	Контроль веса	_____			
	Контроль жира	_____			
	Контроль мышц	_____			

Обратите внимание, что серые поля не заполняются

*1 Сначала необходимо вычислить середину границ нормы. Например: границы нормы протеина (10,8 -13,2), поэтому середина границы будет вычисляться так: $(13,2-10,8)/2=1,2$, затем $10,8+1,2= 12$.

Если протеин 11,2 (кг), вывод: ниже середины нормы.

*2, 3 Вычисляется аналогично первому примеру.

*4 Сначала вычисляется среднее значение между правой и левой рукой, затем это значение складывается со значением туловища и снова вычисляется среднее значение, которое будет сравниваться со средним значением правой и левой ноги, и только после этого делается вывод.

*5 Дисбаланс фиксируется при разнице в 2% и более

*6 Дисбаланс фиксируется при разнице в 12% и более

Блок 6. Анализ полученных результатов аппаратного исследования клиента

Импедансный анализ позволил определить тип состава тела волонтера
Принимая во внимание результаты аппаратного тестирования и общий уровень подготовленности клиента (волонтера) , можно определить приоритетную задачу тренировки

Блок 7. Рекомендации по питанию и питьевому режиму для достижения поставленной задачи

1.1 Рассчитать норму потребления чистой воды в течение дня л мл
по формуле (30 мл*вес)³

1.2 Калорийность пищи в день ккал (показатель по in Body 270)

1.3 Количество белка, потребляемого для достижения одной из поставленных задач (в пересчете на 1 кг собственного веса)

Формулировка задачи	Белок г/кг	Калорийность белковой составляющей, ккал ¹	Калорийность составляющей жиров и углеводов, ккал ²

¹ количество белка (г) *умножить* на массу тела (кг) *умножить* на 4 ккал

² калорийность пищи в день минус калорийность белковой составляющей

³ расчет воды производится на здоровый вес клиента (волонтера) - идеальный вес

План индивидуальной тренировки

Ф.И.О. участника:

Задачи индивидуальной тренировки

1. Сформулировать задачу, опираясь на приоритетное направление (результаты тестирования In Body 270 + общий уровень подготовленности + индивидуальный запрос).
2. Сформулировать задачу на основе результатов Степ-теста.
3. Сформулировать задачу на основе результатов тестирования (по выявленной проблеме в результате анализа уровня подготовленности согласно легенде).

Индивидуальные особенности (заболевания), которые необходимо учесть при проведении индивидуального тренировочного занятия:

Содержание индивидуальной тренировки

БЛОК 1					
№ п/п	Содержание упражнений / видов двигательной активности	Дозировка (объем и интенсивность)	Методические указания	Варианты усложнения (не менее 2-х в каждом блоке)	Планируемое количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития аэробных возможностей (<u>подчеркнуть/выделить выбранный период</u>)					
1					
2					
3					
4					
5					
6					
БЛОК 2					
№	Содержание упражнений с указанием исходного	Дозировка		Варианты	Планируемое

п/п	положения	(объем и интенсивность)	Методические указания	усложнения (не менее 2-х в каждом блоке)	количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития силовых возможностей (подчеркнуть/выделить выбранный период)					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
БЛОК 3					
№ п/п	Содержание упражнений с указанием исходного положения	Дозировка (объем и интенсивность)	Методические указания	Варианты усложнения	Планируемое количество занятий в неделю
Указать (адаптационный/ подготовительный / тренировочный) период развития гибкости (подчеркнуть/выделить выбранный период)					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

Комбинация упражнений видеоролика, направленная на решение следующих задач:

Номер упражнений / видов двигательной активности, указанных в порядке демонстрации в видеоролике	Усложнение

7. Комплект оценочной документации паспорт КОД 2.2-2022

Паспорт комплекта оценочной документации

1. Описание

Комплект оценочной документации (КОД) разработан в целях организации и проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия.

В данном разделе указаны основные характеристики КОД, которые должны использоваться при планировании, проведении и оценке результатов демонстрационного экзамена образовательными организациями, ЦПДЭ и Агентством.

Таблица 1. Паспорт комплекта оценочной документации (КОД)

№ п/п	Наименование	Информация о разработанном КОД
1	2	3
1	Номер компетенции	D1
2	Название компетенции	Физическая культура, спорт и фитнес
3	КОД является однодневным или двухдневным:	Двухдневный
4	Номер КОД	КОД 2.2
4.1	Год(ы) действия КОД	2022 (1 год)
5	Уровень ДЭ	ФГОС СПО
6	Общее максимально возможное количество баллов задания по всем критериям оценки	35.00
7	Длительность выполнения экзаменационного задания данного КОД	4:30:00
8	КОД разработан на основе	ФНЧ Молодые профессионалы 2021
9	КОД подходит для проведения демонстрационного экзамена в качестве процедуры Независимой оценки квалификации (НОК)	НЕТ
10	Вид аттестации, для которой подходит данный КОД	ГИА, Промежуточная
11	Формат проведения ДЭ	X
11.1	КОД разработан для проведения ДЭ в очном формате, (участники и эксперты находятся в ЦПДЭ)	Да
11.2	КОД разработан для проведения ДЭ в дистанционном формате, (участники и эксперты работают удаленно)	Не предусмотрено
11.3	КОД разработан для проведения ДЭ в распределенном формате, (детализация в п.11.3.1)	Не предусмотрено
11.3.1	Формат работы в распределенном формате	Не предусмотрено
12	Форма участия (индивидуальная, парная, групповая)	Индивидуальная
12.1	Количество человек в группе, (т.е. задание ДЭ выполняется индивидуально или в группе/ команде из нескольких экзаменуемых)	1.00
12.2	Организация работы при невозможности разбить экзаменуемых на указанное в п. 12.1 количество человек в группе	Не предусмотрено
13	Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
16	Автоматизированная оценка результатов заданий	Автоматизация неприменима

2. Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта

Перечень знаний, умений, навыков в соответствии со Спецификацией стандарта, (WorldSkills Standards Specifications, WSSS), проверяемый в рамках комплекта оценочной документации (Таблица 2).

Таблица 2. WSSS

Номер раздела WSSS	Наименование раздела WSSS	Содержание раздела WSSS: Специалист должен знать	Важность раздела WSSS (%)
1	2	3	4
1	Организация труда и управление работой	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику подготовки оборудования перед началом деятельности (осмотр-тестирование); • специфику расстановки субъектов и размещения спортивного инвентаря / оборудования в зависимости от планируемого вида деятельности; • требования к внешнему виду в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности; • существующие правила безопасности и санитарно-гигиенические нормы; • специфику планирования времени в зависимости от вида деятельности; • существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • существующие правила зонирования места проведения в зависимости от вида деятельности. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять подготовку оборудования перед началом (осмотр-тестирование) с учетом специфики планируемой деятельности и существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять расстановку субъектов и размещение спортивного инвентаря / оборудования с учетом существующих правил безопасности, санитарно-гигиенических норм и планируемого вида деятельности; • выполнять требования к внешнему виду в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • осуществлять страховку и самостраховку в зависимости от планируемой деятельности, с учетом существующих правил безопасности и санитарно-гигиенических норм; • соблюдать правила СанПина в зависимости от планируемой деятельности и вида оборудования; • планировать распределение времени в зависимости от предстоящего вида деятельности; • соблюдать существующие правила по окончанию запланированного вида деятельности; • соблюдать правила зонирования места проведения в зависимости от вида 	4

		деятельности	
4	Проведение групповых программ современной фитнес-направленности	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • биомеханические, анатомические и физиологические особенности; • специфику составления плана групповых тренировок; • особенности подбора оборудования с учетом их свойств, направленности тренировки и поставленных задач; • особенности регулировки оборудования с учетом направленности тренировки, поставленных задач и индивидуальных возможностей клиента; • методику организации и проведения групповых тренировочных программ. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять комплексный подход при составлении групповых тренировочных программ; • организовывать и проводить тренировочную деятельность групповой направленности 	10
6	Проведение учебных занятий по физической культуре	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • требования к формулировке цели и задач; • требования к профессиональной терминологии; • требования к отбору содержания в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей; • требования к показу в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей; • специфику, назначение, применение всего оборудования и инвентаря; • анатомио-физиологические особенности занимающихся; • приемы дозирования и изменения физической нагрузки; • эффективность применения различных методов, приемов и форм организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • способы осуществления контроля за техникой выполнения двигательного действия и исправления ошибок. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определять и формулировать задачи в зависимости от цели, вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • грамотно применять профессиональную терминологию в зависимости от вида деятельности; • осуществлять отбор содержания в зависимости от целеполагания, вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • осуществлять качественный показ техники двигательных действий; • отбирать и применять оборудование и инвентарь с учетом их специфики и назначения; • учитывать анатомио-физиологические особенности занимающихся при организации и проведении занятий; 	15

		<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять дозировку физической нагрузки в зависимости от групповых и индивидуальных особенностей занимающихся; • осуществлять отбор и применять различные методы, приемы и формы организации в зависимости от вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся; • предлагать подходящие варианты упражнений с учетом цели, задач и особенностей занимающихся; • осуществлять контроль за техникой выполнения двигательного действия и исправлять ошибки 	
9	<p>Навыки коммуникации / взаимодействия с клиентом, применение в работе современных цифровых технологий</p>	<p>Специалист должен знать и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • значение вербальных и невербальных средств общения при осуществлении коммуникации; • особенности взаимодействия с разными возрастными группами населения; • возможность использования и принципы работы современных цифровых технологий для демонстрации разных видов деятельности; • возможности новейших цифровых технологий и оборудования для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • возможность использования и принципы работы с интерактивным и видео оборудованием для демонстрации разных видов деятельности; • техники управления стилем жизни, включая принципы рационального питания, борьбы со стрессом; • специфику работы с программами видео и аудио монтажа. <p>Специалист должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать монолог и диалог; • поддерживать аудиальный контакт с аудиторией; • понимать суть запроса аудитории и оперативно подбирать целесообразные способы решения их запросов; • демонстрировать и разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни и пользу занятий физической культуры и спортом; • использовать методы убеждения и аргументации своей позиции; • использовать навыки активного слушания, навыки влияния и работы с возражениями; • применять жесты / мимику при осуществлении коммуникации; • поддерживать визуальный контакт с аудиторией; • применять новейшие цифровые технологии и оборудование для организации тренировочного процесса в области физической культуры, спорта и фитнеса; • применять современные цифровые технологии для организации консультаций населения по основам здорового образа жизни; • пропагандировать среди занимающихся здоровый стиль жизни и сопутствующие его поддержанию повседневные стратегии (управление стилем 	6

		жизни); <ul style="list-style-type: none"> • интерпретировать полученные показания цифрового оборудования; • осуществлять фото и видео съемку; • переносить отснятый материал для дальнейшей работы; • применять правила работы с интерактивным и цифровым оборудованием; • производить видео и аудио монтаж (голосового и музыкального сопровождения) 	
--	--	---	--

*Таблица соответствия знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами доступна в Приложении 2.

3. Количество экспертов, участвующих в оценке выполнения задания, и минимальное количество рабочих мест на площадке

Минимальное количество линейных экспертов, участвующих в оценке демонстрационного экзамена по компетенции	6
---	---

Соотношение количества экспертов в зависимости от количества экзаменуемых и количества рабочих мест.

Таблица 3. Расчет количества экспертов исходя из количества рабочих мест и участников.

Количество постов-рабочих мест на экзаменационной площадке	Количество участников на одно пост-рабочее место на одной экзаменационной площадке (по умолчанию 1 участник)	Максимальное количество участников в одной экзаменационной группе одной экзаменационной площадки	Количество экспертов на одну экзаменационную группу одной экзаменационной площадки
1	2	3	4
1	1	1	6
2	1	2	6
3	1	3	6
4	1	4	6
5	1	5	6
6	1	6	6
7	1	7	6
8	1	8	6
9	1	9	6
10	1	10	6
11	1	11	6
12	1	12	6
13	1	13	6
14	1	14	6
15	1	15	6

4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

По результатам выполнения заданий демонстрационного экзамена может быть применена схема перевода баллов из стобалльной шкалы в оценки по пятибалльной шкале.

Таблица 4. Рекомендуемая схема перевода результатов демонстрационного экзамена из стобалльной шкалы в пятибалльную

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
1	2	3	4	5
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному (в процентах)	0,00%–19,99%	20,00%–39,99%	40,00%–69,99%	70,00%–100,00%

5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

Таблица 5. Список оборудования и материалов, запрещенных на площадке (при наличии)

№ п/п	Наименование запрещенного оборудования
1	2
1	Мобильный телефон
2	Спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне инфраструктурного листа

6. Детальная информация о распределении баллов и формате оценки.

Таблица 6. Обобщенная оценочная ведомость

№ п/п	Модуль задания, где проверяется критерий	Критерий	Длительность модуля	Разделы WSSS	Судейские баллы	Объективные баллы	Общие баллы
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль D. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»	D. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»	1:46:00	1, 6, 9	3.50	16.50	20.00
2	Модуль E. «Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности»	E. «Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности»	2:44:00	1, 4, 9	3.00	12.00	15.00
Итого	-	-	4:30:00	-	6.50	28.50	35.00

7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена⁶.

Таблица 7. Примерный план работы Центра проведения демонстрационного экзамена

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
Подготовительный (С-1)	8:30:00	9:00:00	0:30:00	Получение главным экспертом задания демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	9:00:00	9:20:00	0:20:00	Инструктаж экспертной группы по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	9:20:00	10:05:00	0:45:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования экспертной группы к проведению демонстрационного экзамена, заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	10:05:00	10:30:00	0:25:00	Распределение обязанностей по проведению экзамена между членами экспертной группы, заполнение Протокола о распределении
Подготовительный (С-1)	10:30:00	11:30:00	1:00:00	Прибытие участников демонстрационного экзамена на площадку
Подготовительный (С-1)	11:30:00	11:50:00	0:20:00	Регистрация участников демонстрационного экзамена
Подготовительный (С-1)	11:50:00	12:50:00	1:00:00	Инструктаж участников по охране труда и технике безопасности, сбор подписей в Протоколе об ознакомлении
Подготовительный (С-1)	12:50:00	15:20:00	2:30:00	Проверка готовности рабочих мест / оборудования участников к проведению демонстрационного экзамена,

⁶ Если планируется проведение демонстрационного экзамена для двух и более экзаменационных групп (ЭГ) из одной учебной группы одновременно на одной площадке, то это также должно быть отражено в плане. Примерный план рекомендуется составить таким образом, чтобы продолжительность работы экспертов на площадке не превышала нормы, установленные действующим законодательством. В случае необходимости превышения установленной продолжительности по объективным причинам, требуется согласование с экспертами, задействованными для работы на соответствующей площадке.

День (выберите из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
				заполнение Акта о готовности/не готовности к проведению ДЭ
Подготовительный (С-1)	15:20:00	16:50:00	1:30:00	Распределение рабочих мест (жеребьевка) и ознакомление участников с рабочими местами, оборудованием, графиком работы, иной документацией и заполнение Протокола
Подготовительный (С-1)	16:50:00	17:50:00	1:00:00	Работа главного эксперта над проверкой всех протоколов за «Подготовительный день»
День 1 (С1)	8:00:00	9:00:00	1:00:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 1 (С1)	9:00:00	10:30:00	1:30:00	Выполнение модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»
День 1 (С1)	10:30:00	14:30:00	4:00:00	Демонстрация задания модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» (15 чел.*16 мин.)
День 1 (С1)	14:30:00	15:00:00	0:30:00	Обед
День 1 (С1)	15:00:00	18:00:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий
День 2 (С2)	8:00:00	9:00:00	1:00:00	Ознакомление с заданием, брифинг
День 2 (С2)	9:00:00	11:30:00	2:30:00	Выполнение модуля E «Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности»
День 2 (С2)	11:30:00	12:30:00	1:00:00	Обед
День 2 (С2)	12:30:00	16:00:00	3:30:00	Демонстрация задания модуля E «Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности» (15 чел.*16 мин.)

День (выберете из выпадающего списка)	Начало мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Окончание мероприятия (укажите в формате ЧЧ:ММ)	Длительность мероприятия (расчет производится автоматически)	Мероприятие
1	2	3	4	5
День 2 (С2)	16:00:00	19:00:00	3:00:00	Работа экспертов, заполнение форм и оценочных ведомостей, оценка выполненных заданий

8. Необходимые приложения

Приложение 2. Соответствие знаний, умений и практических навыков, оцениваемых в рамках демонстрационного экзамена, профессиональным компетенциям, основным видам деятельности, предусмотренным ФГОС СПО, и уровням квалификаций в соответствии с профессиональными стандартами.

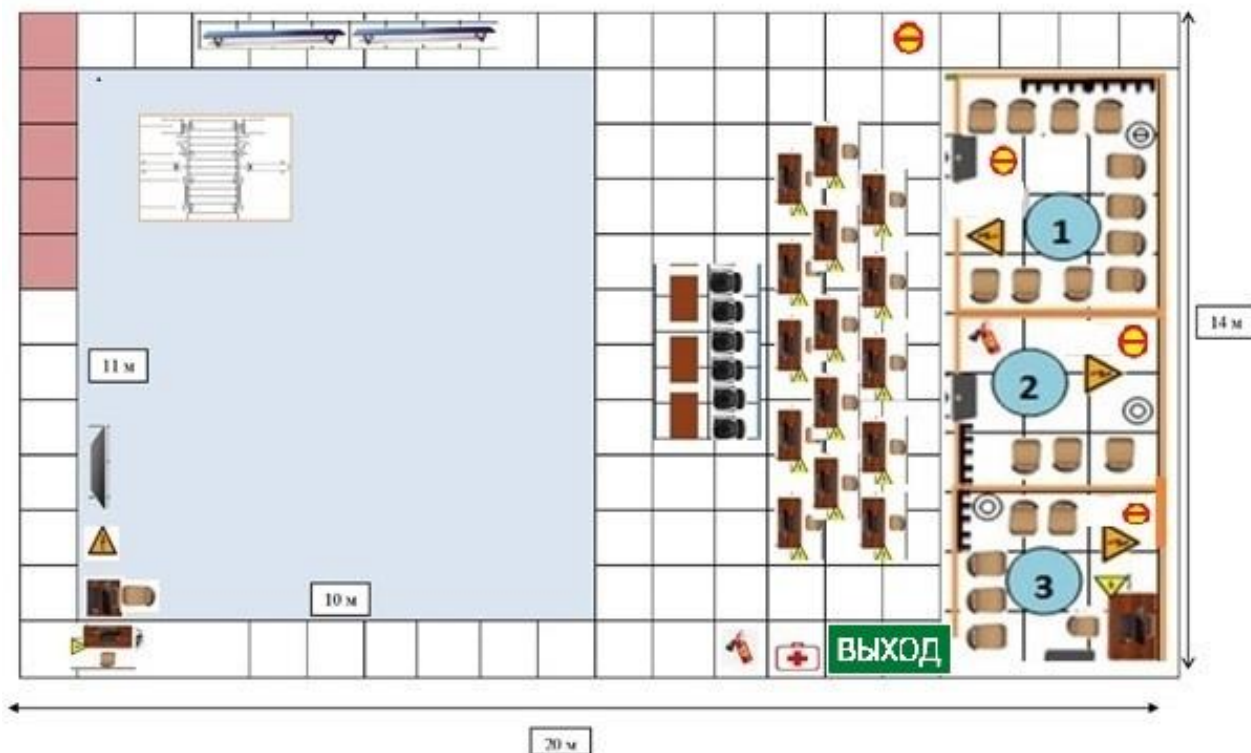
Приложение 5. План застройки площадки для проведения демонстрационного экзамена.

Приложение 6. Инфраструктурный(-ые) лист(-ы).

План застройки площадки центра проведения демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс Россия (очный)

Формат проведения ДЭ: **очный**

Общая площадь площадки: 280 м²



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



Образец задания

Образец задания для демонстрационного экзамена по комплекту оценочной документации.

Описание задания

Описание модуля D «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»

Необходимо продемонстрировать умение планировать (составлять конспект и формулировать образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи, подбирать средства для их реализации) и проводить фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре с обучающимися школьного возраста (9-11 класс) при непосредственной работе с актерами-волонтерами.

Заданные условия:

Цель занятия: формирование навыка выполнять прием мяча у обучающихся на уроке физической культуры при изучении раздела «Спортивные игры (волейбол)» в 11 классе.

Участникам предлагается цель фрагмента учебного занятия, с учетом которой необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше цель фрагмента учебного занятия является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 106 мин.

Лимит времени на подготовку площадки для демонстрации фрагмента занятия на 1 участника - 4 минуты.

Лимит времени на представление задания (на 1 участника): 12 минут.

Алгоритм работы

Часть 1. Алгоритм выполнения задания (90 минут):

- подобрать упражнения для разработки плана-конспекта фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела программы и возрастной группы обучающихся в соответствии с заданным шаблоном;
- подобрать инвентарь для проведения фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре в соответствии с разделом программы и возрастной группой обучающихся;
- отрепетировать фрагмент основной части учебного занятия по физической культуре без привлечения волонтеров;

– завершить разработку плана-конспекта фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом 30% изменений в соответствии с заданным шаблоном;

– подготовить план-конспект для проведения урока на бумажном носителе в печатном виде и до истечения 90 минут передать экспертам (4 экземпляра).

Для демонстрации задания для одного участника на площадке привлекается группа из 4 волонтеров (2 юноши и 2 девушки).

Описание модуля Е «Организация и проведение регламентированных групповых тренировок для населения разного уровня физической подготовленности»

Необходимо составить и провести фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами с группой клиентов (актеры-волонтеры) в соответствии с заданными условиями.

Заданные условия: комбинация блоков: разминка+приседы.

Участникам предлагается комбинация блоков для проведения регламентированной групповой тренировки, с учетом которой необходимо выстроить свое выступление. Представленная выше комбинация блоков для проведения регламентированной групповой тренировки является примерной и будет подлежать изменению в соответствии с правилами ДЭ.

Лимит времени на выполнение задания: 164 минуты.

Лимит времени на подготовку площадки (на 1 участника): 4 минуты.

Лимит времени на представление задания (на 1 участника): 10 минут.

Алгоритм работы.

– разработать последовательность упражнений для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями и установленной формой (шаблон №1) и подготовить его на бумажном носителе в печатном виде для передачи экспертам (4 экземпляра);

– подобрать музыкальное сопровождение (созданное с использованием программы Audacity или аналог) в соответствии с заданными условиями (продолжительность 3–5 мин., темп 106–130 уд/мин.), необходимые материалы и дополнительный спортивный инвентарь (свободный вес);

– перенести на компьютер технического эксперта музыкальное сопровождение и проверить его работоспособность;

– перенести последовательность упражнений (шаблон №1) для проведения фрагмента группового регламентированного тренировочного занятия с разборными штангами в соответствии с заданными условиями на компьютер технического эксперта и представить его во время демонстрации экзаменационного задания на интерактивной доске.

– отрепетировать фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями без привлечения волонтеров.

– сообщить экспертам о завершении работы и готовности продемонстрировать фрагмент группового регламентированного тренировочного занятия силовой направленности с разборными штангами в соответствии с заданными условиями.

Для демонстрации задания для одного участника на площадке привлекается группа из 4 волонтеров (2 юноши и 2 девушки).

Необходимые приложения

Приложение 1

Модуль D

Шаблон № 1 План-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (9-11 класс)

Ф.И.О. участника

Раздел:

Класс:

Цель:

Образовательная задача:

Оздоровительная задача:

Воспитательная задача:

Инвентарь и оборудование:

Содержание фрагмента основной части учебного занятия	Оборудование	Дозировка	Корректировка содержания / дозировки	Организационно-методические указания
1. Построение класса.				
2. Средства решения поставленных задач (последовательность упражнений):				
2.1.				
2.2.				
2.3....				

Модуль Е

Шаблон 1 Содержание регламентированного занятия

ФИО участника:

Задачи регламентированного занятия:

НАЗВАНИЕ БЛОКА _____

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ВЕС _____

Наименования двигательного действия с указанием ИП	Режим/ темп	Кол-во повторе ний	Методические указания		
			Направленные на эффективное выполнение упражнения	Направленные на дыхание	Направленные на ТБ (сообщается перед началом трека (блока))
Вступление _____ счетов					
1.					