

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБПОУ Республики

Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной

12 января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 05 ОСНОВЫ И СПОСОБЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Цель: получение компетенций в области оказания первой помощи, необходимой для профессиональной деятельности специалистов спортивных и образовательных организаций, реализующих образовательные программы, работающих с различными возрастными группами населения.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

иметь практический опыт:

- Навыков простейших реанимационных мероприятий;
- Навыки оказания первой помощи при травмах, кровотечениях и состояниях, угрожающих жизни и здоровью человека;
- навыки психологической помощи пострадавшим обучающимся.

уметь:

- определять угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавших и окружающих; по возможности устранять данные факторы;
- применять различные способы оказания первой помощи в зависимости от состояния пострадавшего;
- использовать штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи;
- вызывать скорую медицинскую помощь и иные специальные службы, передавать пострадавшего медицинским бригадам.

знать:

- организационно-правовые аспекты организации первой медицинской помощи, права и обязанности по оказанию первой помощи;
- состояния, при которых оказывается, первая помощь, ее основные мероприятия;
- последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших (в зависимости от их состояния);
- внешние факторы, создающие опасности при оказании первой помощи.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	12
Внеаудиторная самостоятельная	6
Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия):	6
в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта)	4
практические занятия (онлайн-консультации)	2
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	1	1
Первоочередные действия при оказании первой помощи	5	5
ВСЕГО	6	6

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

№	Задания/Вопрос
1	<p align="center">Признаки артериального кровотечения</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. очень темный цвет крови 2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей 3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего 4. над раной образуется валик из вытекающей крови 5. кровь пассивно стекает из раны
2	<p align="center">Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту» 2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину 3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»
3	<p align="center">Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предотвращение возможных осложнений 2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего 3. Правильная транспортировка пострадавшего
4	<p align="center">Признаки венозного кровотечения</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. кровь пассивно стекает из раны 2. над раной образуется валик из вытекающей крови 3. очень темный цвет крови 4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
5	<p align="center">По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание 2. Пульс, высокая температура, судороги. 3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания
6	<p align="center">Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. только медицинский работник 2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком 3. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков
7	<p align="center">Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разрешено 2. Запрещено 3. Разрешено в случае крайней необходимости
8	<p align="center">Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Непосредственно на рану. 2. Ниже раны на 4-6 см. 3. Выше раны на 4-6 см.

9	<p>При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. С наложения импровизированной шины2. С наложения жгута выше раны на месте перелома3. С наложения давящей повязки
10	<p>Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.2. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.
11	<p>Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none">1. восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей2. применение лекарственных препаратов3. выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью4. передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи5. сердечно-легочная реанимация6. определение признаков жизни у пострадавшего ребенка7. придание оптимального положения телу8. контроль состояния и оказание психологической поддержки9. временная остановка наружного кровотечения10. оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи11. вызов скорой медицинской помощи
12	<p>В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Остановка кровотечения, наложение повязки2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения3. Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки
13	<p>О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. У пострадавшего могут быть переломы костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.2. У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.3. У пострадавшего могут быть переломы шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.

14	<p>В какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. конечности, область таза и живот, грудная клетка, шея, голова2. голова, шея, грудная клетка, живот и область таза, конечности3. грудная клетка, живот и область таза, голова, шея, конечности
15	<p>В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги2. Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела3. Уложить пострадавшего на бок
16	<p>Когда должен применяться непрямой массаж сердца?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. при кровотечении2. при применении искусственного дыхания3. после освобождения пострадавшего от опасного фактора4. при повышении артериального давления5. при отсутствии пульса
17	<p>Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none">1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком
18	<p>Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. в течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку2. наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться3. запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, попытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки
19	<p>Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. На спину с вытянутыми ногами2. Чтобы пострадавший не мог погнубнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс3. Чтобы пострадавший не мог погнубнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой4. На спину с подложенным под голову валиком

20	<p style="text-align: center;">Признаки обморока</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах 2. кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин) 3. потеря чувствительности 4. потеря сознания более 6 мин
21	<p style="text-align: center;">Как проверить признаки сознания у ребенка?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. аккуратно потормозить за плечи и громко спросить «Что случилось?» 2. поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз 3. спросить у ребенка, как его зовут
22	<p style="text-align: center;">В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца). 2. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) 3. Проведение НМС (непрямого массажа сердца)
23	<p style="text-align: center;">При попадании в глаза щелочного раствора:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. создать пострадавшему покой 2. необходимо промыть глаза мыльным раствором 3. необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве
24	<p style="text-align: center;">Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками на его грудину (выполнении непрямого массажа сердца)?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой – в сторону правого плеча 2. Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота 3. Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.
25	<p style="text-align: center;">Перелом это</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. трещины, сколы, раздробление костей 2. разрушение мягких тканей костей 3. трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела
26	<p style="text-align: center;">Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту. 2. Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота. 3. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

27	<p align="center">Первая медицинская помощь при вывихе конечности?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт2. Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт3. Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность
28	<p>Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.2. Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.3. Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.
29	<p align="center">Основные правила оказания первой помощи при травматическом шоке:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Восстановление нарушенного дыхания и сердечной деятельности, временная остановка кровотечения, борьба с болью, закрытие ран стерильными (чистыми) повязками, придание пострадавшему наиболее удобного положения, обеспечить приток свежего воздуха, организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.2. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Снять одежду или ослабить ее давление. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить на лоб холодный компресс. Обеспечить приток свежего воздуха. Организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.3. Уложить пострадавшего на спину. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить теплые примочки на лоб и затылок.
30	<p>При переломах костей конечностей накладывается шина:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. ниже области перелома2. выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов3. выше области перелома
31	<p>Какие предпринять меры при подозрении на отравление ребенка?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none">1. удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)3. прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)
32	<p align="center">Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания2. При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания3. При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания

33	<p>Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.2. Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.3. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.
34	<p>Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны2. Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом и ближайшей к хрящу мышцей3. Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью
35	<p>Какова первая помощь при черепно-мозговой травме, сопровождающейся ранением волосистой части головы?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. По возможности к голове приложить холод.2. Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, по возможности к голове приложить холод.3. Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания
36	<p>При каких состояниях ребенка педагог может оказать ему первую помощь?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none">1. ожоги2. травмы различных областей тела3. инородные тела верхних дыхательных путей4. отморожения5. высокая температура6. отсутствие сознания7. отравление8. наружные кровотечения9. боли в животе10. остановка дыхания и кровообращения11. боли в груди
37	<p>Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой
38	<p>При черепно-мозговой травме:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none">1. необходимо положить на голову тепло2. необходимо положить на голову холод3. необходимо наложить на голову марлевую повязку

39	<p>Что нужно делать при сильном кровотечении у ребенка в результате травмы до прибытия бригады скорой медицинской помощи?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. если давящая повязка не помогает и кровотечение не останавливается, прижать артерию пальцем, наложить кровоостанавливающий жгут 2. промыть рану, обработать ее, затем наложить салфетку, туго забинтовать 3. наложить на рану салфетку, прижать, туго забинтовать 4. обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи
40	<p>Внезапно возникающая потеря сознания — это:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шок 2. Мигрень 3. Обморок
41	<p>При артериальном кровотечении наложенный жгут нельзя держать более:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 1 ч 2. 30 мин 3. 45 мин
42	<p>На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года 2. Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года 3. Время наложения жгута не ограничено
43	<p>Что делать, если ребенок подавился и не может дышать, говорить и кашлять?</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации 2. выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли 3. ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед
44	<p>Признаки переохлаждения</p> <p>Выберите один или несколько ответов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. нет пульса у лодыжек 2. посинение или побледнение губ 3. озноб и дрожь 4. нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение 5. снижение температуры тела 6. потеря чувствительности
45	<p>Третьим действием (третьим этапом) при оказании первой помощи является:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предотвращение возможных осложнений 2. Прекращение воздействия травмирующего фактора 3. Правильная транспортировка пострадавшего
46	<p>К ушибленному месту необходимо приложить:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Грелку 2. Холод 3. Спиртовой компресс
47	<p>При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо:</p> <p>Выберите один ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны 2. Нос пострадавшему не зажимать 3. Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего

48	При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается: Выберите один ответ: 1. тепло 2. свободная повязка 3. холод
49	Первым действием (первым этапом) при оказании первой помощи является: Выберите один ответ: 1. Прекращение воздействия травмирующего фактора 2. Правильная транспортировка пострадавшего 3. Предотвращение возможных осложнений
50	Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий? Выберите один ответ: 1. Наложить жгут ниже места ранения 2. Наложить давящую повязку на место ранения 3. Наложить жгут выше места ранения

ПМ.01. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- Проводить учебно-тренировочные занятия.
- Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

иметь практический опыт:

- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования;
- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

Документ подписан электронной подписью.

использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать

историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;

теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;

сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;

методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;

организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;

теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;

систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;

методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах		
	МДК.01.01	МДК.01.03	ВСЕГО
Максимальная	40	12	52
Внеаудиторная самостоятельная	20	6	26
Онлайн- и офлайн- занятия::	20	6	26
<i>в том числе:</i> теоретические	16	4	20
практические занятия	4	2	6
Формы промежуточной аттестации	экзамен	зачет	

МДК 01.01 Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов

Документ подписан электронной подписью.

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- Проводить учебно-тренировочные занятия.
- Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	40
Внеаудиторная самостоятельная	20
Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия):	20
в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта)	16
практические занятия (онлайн-консультации)	4
Форма промежуточной аттестации: экзамен	

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Спортивная подготовка в избранном виде спорта	2	2
Соревнования и соревновательная подготовка	2	2
Планирование и контроль в спорте	2	2
Документационное обеспечение учебно-тренировочного и соревновательного процесса	2	2
Спортивный отбор и спортивная ориентация	2	2
Спортивные сооружения	2	2
Основы спортивного совершенствования	2	2
Спортивная тренировка в избранном виде спорта	4	4
Контроль и самоконтроль в системе подготовки спортсмена	2	2
ВСЕГО	20	20

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

1. Расскажите о методах и приемах обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
2. Охарактеризуйте структуру процесса обучения двигательным действиям.
3. Расскажите о способах и приемах страховки в процессе обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
4. Расскажите о силовых способностях, средствах и методах воспитания силы, контрольных упражнениях для определения уровня развития силовых способностей.
5. Дайте характеристику физическим качествам.
6. Расскажите о скоростных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития скоростных способностей.
7. Расскажите о выносливости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития выносливости.
8. Расскажите о гибкости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития гибкости.
9. Расскажите о двигательных-координационных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития двигательных-координационных способностей.

Документ подписан электронной подписью.

10. Охарактеризуйте средства спортивной тренировки (избранные, соревновательные, специально-подготовительные, обще подготовительные упражнения, медико-биологические средства).
11. Охарактеризуйте словесный и наглядный методы спортивной подготовки.
12. Охарактеризуйте методы строго-регламентированного упражнения: непрерывные, интервальные.
13. Охарактеризуйте игровой и соревновательной методы спортивной тренировки.
14. Поясните принципы спортивной тренировки.
15. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи, средства и методы, этапы, содержание технической подготовки).
16. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи и средства, содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена).
17. Дайте характеристику физической подготовке в спорте (виды, задачи и средства физической подготовки).
18. Дайте характеристику психологической подготовке в спорте (задачи, средства и методы).
19. Дайте характеристику интеллектуальной и интегральной подготовке (виды, средства и задачи).
20. Расскажите об основных функциях и особенностях спортивных соревнований, их классификации, системе и структуре спортивных соревнований.
21. Расскажите о подготовке к проведению соревнований, о спортивном календаре, положении о соревновании.
22. Расскажите о содержании и особенностях соревновательной деятельности.
23. Расскажите о видах, характере и уровнях соревнований.
24. Расскажите об организациях, проводящих соревнования.
25. Расскажите о моделировании соревновательной деятельности.
26. Расскажите о тактике соревновательной деятельности.
27. Расскажите о структуре соревновательной деятельности.
28. Дайте характеристику соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
29. Расскажите об организационных основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
30. Расскажите о психологических основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
31. Расскажите о планировании спортивной подготовки в многолетних циклах.
32. Расскажите о планировании тренировочного процесса в годичном цикле.
33. Расскажите о текущем планировании подготовки спортсмена.
34. Расскажите об оперативном планировании подготовки спортсменов.
35. Расскажите о целях и задачах планирования учебно-тренировочных занятий.
36. Расскажите о формах, методах и приемах организации учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта.
37. Расскажите о значении и видах контроля в подготовке спортсменов.
38. Расскажите об основных формах и организации контроля в подготовке спортсмена.
39. Расскажите о контроле за состоянием подготовленности спортсмена.
40. Охарактеризуйте методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях.
41. Охарактеризуйте методы и методики проведения педагогического контроля на соревнованиях по избранному виду спорта.
42. Расскажите об учете и оценке результатов тренировочной деятельности спортсменов.
43. Расскажите об учете и оценке результатов соревновательной деятельности спортсмена.
44. Расскажите о целях анализа (самоанализа) учебно-тренировочного занятия, тренировочного процесса, результатов руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
45. Расскажите о видах документации, обеспечивающей тренировочно-соревновательную деятельность спортсменов.
46. Расскажите о системе спортивного отбора в избранном виде спорта.
47. Расскажите о методах и методиках диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности.
48. Расскажите о критериях отбора в избранном виде спорта.
49. Расскажите о спортивной ориентации на этапах спортивной многолетней подготовки.
50. Расскажите о мотивах занятий спортом, условиях и способах их формирования.
51. Расскажите о методах и средствах мотивации спортсменов разных возрастных групп.
52. Расскажите о роли мотивации в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
53. Расскажите о спортивных сооружениях, оборудовании и инвентаре для занятий избранным видом спорта, особенностях их эксплуатации.

Документ подписан электронной подписью.

54. Расскажите о требованиях техники безопасности к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю по избранному виду спорта.

МДК 01.03 Антидопинг.

Цель: усовершенствовать знания тренеров и специалистов, работающих со спортсменами разных уровней подготовки, в вопросах борьбы с допингом на современном этапе, формирование нетерпимости к допингу, недопустимости его использования для достижения спортивных целей.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

иметь практический опыт:

- организации и контроля спортсменов на соблюдение антидопинговых правил;
- создания условий непримиримости к использованию допинга спортсменами

знать:

- антидопинговые правила;
- национальный план борьбы с допингом в спорте;
- основы российского и международного антидопингового законодательства, методы противодействия допингу.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	12
Внеаудиторная самостоятельная	6
Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия):	6
в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта)	4
практические занятия (онлайн-консультации)	2
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Система антидопингового обеспечения в современном спорте. Обзор актуальных требований и рекомендаций WADA-РУСАДА. Международные антидопинговые правила и стандарты. Анализ мировых достижений в сфере антидопингового обеспечения.	1	1
Допинг. Виды нарушений антидопинговых правил. Правовые аспекты антидопинговой деятельности	2	2
Процедура допинг-контроля	1	1
Последствия допинга для здоровья	2	2
ВСЕГО	6	6

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

Задача 1

Врач команды легкоатлетов (бегунов на длинные дистанции) рассказывает спортсменам о Всемирном антидопинговом кодексе *World Anti-Doping Agency*, который был единогласно принят в Копенгагене 3 марта 2003 г. на Всемирной конференции по борьбе с допингом в спорте. Врач объясняет, что есть руководящие документы *World Anti-Doping Agency* - Международные стандарты. К ним относятся следующие: Запрещенный список; Стандарт по терапевтическому использованию; Лабораторный стандарт.

Все ли Международные стандарты World Anti-Doping Agency перечислил врач, по вашему мнению?

Документ подписан электронной подписью.

- Нет, не все: к ним относится еще стандарт по защите частной информации
- Нет, не все: к ним относится еще стандарт тестирования
- Да, все
- Нет, не все: к ним относятся еще стандарт по защите частной информации и стандарт тестирования

Задача 2

Спортсмену спорта высоких достижений тренер рекомендовал принимать пищевые добавки. Пищевые добавки содержат такие составляющие, как витамины, минералы, травы, аминокислоты, протеины, энергетические продукты и др. Тренер уверен, что при возможном получении в составе добавки субстанции из Запрещенного списка, которые не указаны на этикетке, это не будет нарушением антидопинговых правил.

Прав ли тренер, по вашему мнению, в данном случае?

- Да, прав, так как пищевые добавки содержат витамины, а субстанции из Запрещенного списка не указаны на этикетке
- Нет, не прав
- Да, прав, так как пищевые добавки содержат минералы, а субстанции из Запрещенного списка не указаны на этикетке
- Да, прав, так как пищевые добавки содержат протеины, а субстанции из Запрещенного списка не указаны на этикетке

Задача 3

Спортсмен-пловец настаивает на назначении ему экстракта из левзеи сафлоровидной: Экдистерон[▲] - стероидное соединение растительной природы, обладающее выраженным анаболическим действием, для увеличения мышечной массы и силы. Врач назначил Экдистерон[▲] как недопинговое анаболическое средство. Перед соревнованиями спортсмен после получения официального уведомления отказывается от сдачи проб без уважительной причины.

Относится ли этот поступок спортсмена к нарушениям антидопинговых правил, по вашему мнению?

- Да, относится
- Нет, не относится. Только непредоставление проб без уважительной причины после получения официального уведомления относится к нарушениям антидопинговых правил
- Нет, не относится. Только использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода относится к нарушениям антидопинговых правил
- Нет, не относится. Только фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля относится к нарушениям антидопинговых правил

Задача 4

Спортсмен-конькобежец после соревнований международного уровня уехал отдыхать. Информацию о месте отдыха спортсмен не предоставил. Во время внесоревновательного периода другие спортсмены команды прошли три антидопинговых теста.

Относится ли этот поступок конькобежца к нарушениям антидопинговых правил, по вашему мнению?

- Нет. Любое сочетание четырех пропущенных тестов и/или зарегистрированное непредоставление информации о местопребывании спортсмена в течение 18 мес могут быть расценены как нарушение антидопинговых правил
- Нет. Любое сочетание двух пропущенных тестов и/или зарегистрированное непредоставление информации о местопребывании спортсмена в течение 18 мес могут быть расценены как нарушение антидопинговых правил
- Да
- Нет. Любое сочетание трех пропущенных тестов и зарегистрированное непредоставление

Документ подписан электронной подписью.

информации о местопребывании спортсмена в течение 18 мес могут быть расценены как нарушение антидопинговых правил

Задача 5

К нарушениям антидопинговых правил относят следующие: наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена; использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода; фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля; обладание запрещенными субстанциями и запрещенными методами.

Сколько совершено нарушений антидопинговых правил и преимущественно каких (из перечисленных) определяется в Кодексе как допинг, по вашему мнению?

- В Кодексе допинг определен как совершение одного (из перечисленных) нарушения антидопинговых правил
- В Кодексе допинг определен как совершение одного нарушения: наличие запрещенной субстанции или ее метаболитов в пробе, взятой у спортсмена
- В Кодексе допинг определен как совершение одного нарушения: наличие запрещенной субстанции или маркеров в пробе, взятой у спортсмена
- В Кодексе допинг определен как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил

Задача 6

У спортсмена-пловца в пробе обнаружена запрещенная субстанция. Во время соревнований спортсмен потерпел неудачу - занял последнее место. Ему предъявили факт нарушения антидопинговых правил. Однако тренер команды уверен, что пловец потерпел неудачу, и поэтому обнаружение в пробе спортсмена запрещенной субстанции не будет нарушением антидопинговых правил.

Прав ли тренер, по вашему мнению?

- Тренер не прав. Это факт нарушения антидопинговых правил
- Да, прав. Факт нарушения антидопинговых правил устанавливается только в случае успеха спортсмена
- Да, прав. Факт нарушения антидопинговых правил устанавливается только в случае обнаружение метаболитов в пробе спортсмена
- Да, прав. Факт нарушения антидопинговых правил устанавливается только в случае наличия маркеров в пробе, взятой у спортсмена

Задача 7

World Anti-Doping Agency определила три критерия, по которым субстанция или метод должны быть рассмотрены на предмет их включения в Запрещенный список: медицинские или другие научные данные свидетельствуют о том, что данная субстанция или метод сами по себе или в комбинации с другими субстанциями или методами способны улучшать спортивные результаты; медицинские и другие научные данные свидетельствуют о том, что использование данной субстанции или метода представляет реальный или потенциальный риск для здоровья спортсмена; принимает решение о том, что использование данной субстанции или метода противоречит духу спорта. У спортсмена-сноубордиста в пробе выявлена субстанция, не входящая в Запрещенный список. Однако *World Anti-Doping Agency* считает, что данная субстанция сама по себе или в комбинации с другими субстанциями способна улучшать спортивные результаты.

По вашему мнению, может быть включена данная субстанция в Запрещенный список?

- Да
- Нет. Субстанция или метод должны быть рассмотрены на предмет их включения в Запрещенный список, если *World Anti-Doping Agency* определяет, что данная субстанция или метод отвечают всем трем перечисленным критериям
- Нет. Субстанция или метод должны быть рассмотрены на предмет их включения в Запрещенный список, если *World Anti-Doping Agency* определяет, что данная субстанция или метод отвечают любым двум из трех перечисленных критериев

Документ подписан электронной подписью.

Нет. Не только субстанция, но и метод должны быть рассмотрены на предмет их включения в Запрещенный список

Задача 8

Спортсмен-биатлонист после соревнований отправился на отдых на Сейшельские острова. Во время отдыха спортсмен принимал препараты, относящиеся к стимуляторам. Спортсмен знает, что эти препараты относятся к запрещенным субстанциям. Однако он уверен, что эта субстанция запрещена во время соревнований.

Прав ли спортсмен, по вашему мнению?

Да

Нет, стимуляторы относятся к субстанциям, запрещенным постоянно

Нет, стимуляторы относятся к субстанциям, запрещенным перед соревнованиями

Нет, стимуляторы относятся к субстанциям, запрещенным после соревнований

Задача 9

Спортсмен команды по тяжелой атлетике испытывает интенсивные атлетические нагрузки. Врач назначил спортсмену препарат растительного происхождения стероидной структуры - Экдистен[®], который не будет допингом. Врач уверен, что к нарушениям антидопинговых правил относится следующее: наличие запрещенной субстанции в пробе, взятой у спортсмена.

Какие дополнения необходимы в данном случае, по вашему мнению?

Дополнений нет

Дополнение: к нарушениям антидопинговых правил относится следующее: наличие запрещенной субстанции или ее метаболитов в пробе, взятой у спортсмена

Дополнение: к нарушениям антидопинговых правил относится следующее: наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена

Дополнение: к нарушениям антидопинговых правил относится следующее: наличие запрещенной субстанции или маркеров в пробе, взятой у спортсмена

Задача 10

Команда баскетболистов региона находится на учебно-тренировочных сборах. По плану антидопинговой организации спортсмены должны пройти внесоревновательное тестирование.

Спортсмены сдали пробы. Где проводят анализ допинг-пробы, по вашему мнению?

Допинг-пробы анализируют только в лабораториях, аккредитованных *World Anti-Doping Agency*

Допинг-пробы анализируют в любых республиканских или областных лабораториях

Допинг-пробы анализируют только в лабораториях врачебно-физкультурного диспансера

Допинг-пробы анализируют только в лабораториях, аккредитованных *World Anti-Doping Agency* или одобренных *World Anti-Doping Agency* иным образом

ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки.

МДК.02.02 Адаптивная физкультура.

МДК.02.03. Организация физкультурно-спортивной работы

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
- Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

Документ подписан электронной подписью.

- Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
- Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
- Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
- Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах			
	МДК.02.01	МДК.02.02	МДК.02.03	ВСЕГО
Максимальная	32	16	12	60
Внеаудиторная самостоятельная	20	8	6	34
Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия):	12	8	6	26
в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта)	10	6	4	20
практические занятия (онлайн-консультации)	2	2	2	6
Формы промежуточной аттестации	Экзамен	Дифференцированный зачет	зачет	

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	12	20
Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки: Лыжные гонки; Лёгкая атлетика; Гимнастика; Плавание; Фитнес; Подвижные игры; Настольный теннис; Баскетбол; Волейбол; Футбол; Борьба; Туризм; Краткая история возникновения и развития	8	12
Основы оздоровительной тренировки. Средства и методы оздоровительной тренировки	1	2
Техника безопасности и требования к оборудованию и инвентарю на занятиях	1	2
Основы техники двигательных действий. Методика обучения двигательным действиям;	1	2
Документационное обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий.	1	2
МДК.02.02 Адаптивная физкультура.	8	8
Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.	2	2
Обучение и воспитание в адаптивной физической культуре.	1	1
Развитие физических способностей.	1	1
Организация физического воспитания и адаптивного спорта.	1	1
Спортивная тренировка.	1	1
Организация физической реабилитации.	2	2
МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы	6	6
Организация физкультурно-спортивной работы: Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий с различными	1	1

Документ подписан электронной подписью.

возрастными группами занимающихся		
Технология проведения физкультурно-спортивных мероприятий; Основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	1	1
Виды физкультурно-спортивных сооружений и оборудования для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации	1	1
Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям и оборудованию при проведении физкультурно-спортивных мероприятий	1	1
Организация врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий (занятий)	1	1
Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	1	1
ВСЕГО	26	34

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки

1. История зарождения, виды, цель и задачи лыжных гонок. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства лыжной подготовки.
2. История зарождения, виды, цель и задачи легкой атлетики. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства легкой атлетики.
3. История зарождения, виды, цель и задачи гимнастики. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства гимнастики.
4. История зарождения, виды, цель и задачи спортивных игр. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства спортивных игр.
5. История зарождения, виды, цель и задачи плавания. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства плавания.
6. История зарождения, виды, цель и задачи фитнеса. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства фитнеса.
7. История зарождения, виды, цель и задачи подвижных игр. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства подвижных игр.
8. Методы и средства физической культуры и спорта.
9. Элементарные правила проведения соревнований по лыжным гонкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация
10. Элементарные правила проведения соревнований по легкоатлетическим метаниям. Подготовка и проведение соревнований по легкоатлетическим метаниям. Основная документация.
11. Элементарные правила проведения соревнований по спортивной гимнастике. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
12. Элементарные правила проведения соревнований по легкоатлетическим прыжкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
13. Элементарные правила проведения соревнований по бегу в легкой атлетике. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
14. Элементарные правила проведения соревнований по баскетболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
15. Элементарные правила проведения соревнований по волейболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
16. Элементарные правила проведения соревнований по гандболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
17. Элементарные правила проведения соревнований по футболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
18. Элементарные правила проведения соревнований по плаванию. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
19. Специальные упражнения и тренажеры в лыжной подготовке
20. Специальные упражнения и тренажеры в спортивных играх.
21. Специальные упражнения и тренажеры в плавании
22. Специальные упражнения и тренажеры в гимнастике.
23. Специальные упражнения и тренажеры в легкоатлетических метаниях.

Документ подписан электронной подписью.

24. Специальные упражнения и тренажеры для бегунов.
25. Специальные упражнения и тренажеры в легкоатлетических прыжках.
26. Роль специальных подготовительных и подводящих упражнений в тренировке спортсмена.
27. Использование подвижных игр разной направленности, в тренировке по различным видам спорта.
28. Подбор упражнений и музыкального сопровождения в аэробике.

МДК.02.02 Адаптивная физкультура.

МДК.02.03. Организация физкультурно-спортивной работы

1. История и этапы развития физкультурно-спортивной деятельности.
2. Виды и функции физкультурно-спортивных мероприятий.
3. Планирование работы спортивных клубов, секций.
4. Характеристика документа «Календарь соревнований».
5. Организации, проводящие соревнования.
6. Понятие «классификация спортивных соревнований».
7. Характеристику документа «Правила соревнований».
8. Медико-санитарное обеспечение и техника безопасности при подготовке физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования).
9. Информационное и финансово-хозяйственное обеспечение проведения соревнования.
10. Планирование и организация спортивно-массового мероприятия (соревнования).
11. Меры по поддержке общественного порядка и обеспечение антитеррористической безопасности участников и зрителей.
12. Методические основы организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий (сущность, цели, задачи и функции).
13. Формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий.
14. Мотивация различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
15. Основы педагогического контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий.
16. Основы судейства (виды и уровни, правила и участники соревнований, допуск участников, заявки).
17. Методика судейства соревнований по фитнесу.
18. Общая характеристика оборудования и инвентаря зала для занятий аэробикой (степ - аэробикой).
19. Общая характеристика оборудования и инвентаря тренажерного зала.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДТВЕРЖДЕНА.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E
Владелец:	1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2
Издатель:	ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru
Срок действия:	Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03 Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	07.04.2022 14:01:05 UTC+03