

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе ВЛГАФК

Е.Ю. Андриянова

09.02.2025 г.

Кафедра теории и методики легкой атлетики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»
основной образовательной программы
среднего профессионального образования по специальности
49.02.01 Физическая культура
направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным
программам
квалификация - педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения очная

Автор-разработчик:

Петров Андрей Александрович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и
методики легкой атлетики

Великие Луки 2025

Заведующая кафедрой теории и методики легкой атлетики

Михайлова Екатерина Алексеевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

_____ (подпись)

Заведующая библиотекой ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»:

Орлова Виалетта Викторовна

_____ (подпись)

Рецензенты:

Кобаев Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры, педагогики и психологии

Воробьева Елена Вячеславовна, директор МБОУ СОШ №1 г. Великие Луки

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ
на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» по специальности 49.02.01

Физическая культура

(направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам)

ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»

Воробьевой Еленой Вячеславовной, директором МБОУ СОШ №1 г. Великие Луки, проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» для обучающихся по специальности 49.02.01 Физическая культура (направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам), разработанного Петровым Андреем Александровичем, доцентом кафедры теории и методики лёгкой атлетики ФГБОУ ВО «ВЛГАФК». Разработчиком представлена рабочая программа дисциплины, в которой имеется: перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дисциплины; описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания; типовые контрольные задания, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины.

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дисциплины соответствует ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура (направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам).

2. Показатели и критерии оценивания компетенций в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения и уровня сформированности компетенций.

3. Контрольные задания и иные материалы оценки результатов освоения дисциплины разработаны на основе принципов оценивания: валидности, определённости, однозначности, надёжности; соответствуют требованиям к составу и связи оценочных средств, полноте по количественному составу оценочных средств и позволяют объективно оценить результаты обучения, уровни сформированности компетенций.

4. Методические материалы ФОС содержат чётко сформулированные рекомендации по проведению оценивания результатов обучения, сформированности компетенций.

5. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

7. Выполнение требований ФОС со стороны обучающегося позволяет обеспечить высокое качество его подготовки.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» ООП СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура (направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам), разработанного Петровым А.А., соответствует требованиям ФГОС и современным требованиям рынка труда.

Директор МБОУ СОШ №1
Г. Великие Луки

14.10.2025



Е.В. Воробьева

РЕЦЕНЗИЯ

на фонд оценочных средств по дисциплине «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» основной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам квалификация - педагог по физической культуре и спорту ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (очная форма обучения)

Представленный на рецензию фонд оценочных средств (ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы».

ФОС предназначен для проведения текущей и промежуточной аттестации и представляет собой совокупность материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения – этапы формирования компетенций, показатели и критерии оценивания на этапе изучения дисциплины, перечень вопросов для оценки знаний, умений, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы необходимых для демонстрации на зачете.

Задачами ФОС являются контроль и управление процессом приобретения обучающимися знаний, умений, то есть набора компетенций, заявленных в основной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам квалификация - педагог по физической культуре и спорту ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта».

Проведенный анализ ФОС показал, что указанные материалы позволяют в полной мере оценить результаты освоения обучающимися учебной дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы», а также оценить степень сформированности умений, заявленных в результате обучения рабочей программы дисциплины – перечень вопросов к экзамену, оценивающих знания состоят из 30 вопросов, перечень вопросов в тесте, оценивающих знания и умения – 30 вопросов.

Вопросы к экзамену и задания четко сформулированы. Ответы на вопросы (пункт 6.4.1) и выполнение заданий (пункт 6.4.2) способны продемонстрировать уровень приобретенных знаний, умений, а также объем продуктивно освоенного материала.

Содержание фонда оценочных средств соответствует профессиональному стандарту «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (код 01.001); ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура и планируемым результатам, определенным в программе дисциплины «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы».

Таким образом, фонд оценочных средств в составе рабочей программы «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам квалификация - педагог по физической культуре и спорту ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» соответствует

содержанию указанной учебной дисциплины и может быть рекомендован к использованию в учебном процессе.

Рецензент

К.п.н., доцент кафедры
Теории и методики
физической культуры,
педагогике и психологии
ФГБОУ ВО «Великолукская
государственная академия
физической культуры и спорта»



В.П. Копеев

Подпись В.П. Копеева удостоверяю
Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО
«Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»



И.Г. Попланова

15.10.2025г.

Оглавление

АННОТАЦИЯ.....	8
1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	8
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	12
3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	13
3.1. Очная форма обучения	13
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14
4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий.....	14
5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	31
5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося	31
5.1.1. Очная форма обучения.....	31
5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы.....	39
5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося	41
5.4. Примерная тематика рефератов	44
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	44
6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	44
6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности.....	44
6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности	45
6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы	46
6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания.....	46
6.4.2. Перечень вопросов/заданий для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания и умения	47
6.4.3. Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности.....	49
6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации.....	54
6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации	55
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	56
7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	56
7.1.1. Рекомендуемая литература (основная).....	56
7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная).....	56
7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	58
7.3. Программное обеспечение	58
7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	58
7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети.....	58

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)	59
7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа	59
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	59
9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине	60
9.1. Очная форма обучения.....	60
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	64
Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения	64
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	77
Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья....	77
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	81
Тексты/конспекты лекций	81

АННОТАЦИЯ

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.

ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.

Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции/ показателя освоения компетенции
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном

	контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	Умения: определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. Знания: номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Умения: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством в ходе профессиональной деятельности Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	Умения: грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе Знания: особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения,

деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	характерными для данной специальности Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения
ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу	Навыки: - разработки общего плана физкультурно-спортивной работы - анализа и оценки физкультурно-спортивной работы Умения: - определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы - разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы - оценивать результативность физкультурно-спортивной работы Знания: - нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ - цели и задачи физкультурно-спортивной работы - направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы - требования к планированию и технологию планирования физкультурно-спортивной работы - показатели результативности физкультурно-спортивной работы
ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях	Навыки: - разработки планов и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи - разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи; - проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи Умения: - разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи - разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи - использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания

	молодежи Знания: значение физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи основные подходы, направления и технологии работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи
ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	Навыки: анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности Умения: использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия Знания: формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий технологии разработки программы и плана ресурсного

	обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю
ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта	Навыки: организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта Умения: определять содержания и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта Знания: основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта и методику подготовки волонтеров
ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга	Навыки: проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга и борьбу с ним Умения: находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга и борьбу с ним Знания: понятие «допинг», историю допинга, запрещенные субстанции и методы, способы противодействия допингу в спорте; правовое регулирование борьбы с допингом; медицинские аспекты, социальные и психологические последствия применения допинга; методику профилактики допинга и зависимого поведения

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы» относится к обязательной части профессионального цикла учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении по очной форме. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

3.1. Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>		<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
			<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
Контактная работа преподавателей с обучающимися		122			60	62				
<i>В том числе:</i>										
<i>Теоретическое обучение (лекции)</i>		<i>40</i>			<i>24</i>	<i>16</i>				
<i>Семинарские занятия</i>										
<i>Практические занятия</i>	<i>всего</i>	<i>82</i>			<i>36</i>	<i>46</i>				
	<i>из них в форме практической подготовки</i>									
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>		<i>экзамен</i>				<i>экзамен</i>				
Самостоятельная работа обучающегося		52			26	26				
<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		<i>40</i>			<i>20</i>	<i>20</i>				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		<i>8</i>			<i>6</i>	<i>2</i>				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		<i>4</i>				<i>4</i>				
Общая трудоемкость	часы	174			86	88				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
3 семестр							
Раздел 1. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы							
1	Тема 1.1. Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ	2	-	4	-	4	10
2	Тема 1.2. Планирование физкультурно-спортивной работы.	4	-	4	-	4	12
3	Тема 1.3. Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	2	-	4	-	4	10
4	Тема 1.4. Организация и проведение спортивных соревнований	2	-	6	-	4	12
5	Тема 1.5. Реализация физкультурно-спортивной работы с различными категориями населения в рамках «массового спорта»	10	-	10	-	6	26
6	Тема 1.6. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта	2	-	4	-	2	8
7	Тема 1.7. Оценка результативности физкультурно-спортивной работы	2	-	4	-	2	8
	ИТОГО	24		36		26	86
4 семестр							
Раздел 2. Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики							

1	Тема 2.1. Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи	2	-	8	-	4	14
2	Тема 2.2. Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях	2	-	6	-	2	10
Раздел 3. Проведение работы по предотвращению применения допинга							
1	Тема 3.1. Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга	2	-	6	-	4	12
2	Тема 3.2. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил.	2	-	6	-	4	12
3	Тема 3.3. Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга	2	-	6	-	4	12
Раздел 4. Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом							
1	Тема 4.1. Виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	4	-	8	-	4	16
2	Тема 4.2. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	2	-	6	-	4	12
	ИТОГО	16		46		26	88
ИТОГО В ГОДУ (в часах)		40		82		52	174

Темы и их краткое содержание**Второй курс
3 семестр****Раздел 1. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы****Тема 1.1. Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ***Интерактивная лекция (2 часа)*

Нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года». Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Ознакомление со Справочной правовой системой «КонсультантПлюс». Алгоритм поиска нормативно-правовых актов, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ.

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 2 (2 часа)

Анализ нормативных документов, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ.

Самостоятельная работа (4 часа)

Самостоятельное изучение нормативных документов, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ. Изучение нормативно-правовой базы организации физкультурно-спортивной работы в дошкольных образовательных учреждениях, учреждениях дополнительного образования, общеобразовательных учреждениях, средних профессиональных образовательных учреждениях, учреждениях высшего образования.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемов структурирования информации; формата оформления результатов поиска информации, современных средств и устройств информатизации; порядка их применения и программного обеспечения в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; грамотно излагать свои мысли и

оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

Тема 1.2. Планирование физкультурно-спортивной работы.

Интерактивная лекция № 1 (2 часа)

Цель, задачи, направления физкультурно-спортивной работы. Сущность, назначение и виды планирования физкультурно-спортивной работы. Цель и задачи различных направлений физкультурно-спортивной работы.

Интерактивная лекция № 2 (2 часа)

Требования к планированию физкультурно-спортивной работы. Содержание и составление плана физкультурно-спортивной работы. Направления физкультурно-спортивной работы и их содержание, формы и технологии организации физкультурно-спортивной работы.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Определение целей и задач физкультурно-спортивной работы. Сравнительный анализ различных направлений физкультурно-спортивной работы. Разработка плана физкультурно-спортивной работы. Подбор средств и методов в зависимости от направления физкультурно-спортивной работы.

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 2 (2 часа)

Оценка результативности физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой работы. Составление текущей и периодичной отчётности по утверждённым формам.

Самостоятельная работа (4 часа)

Планирование физкультурно-спортивных занятий в образовательной организации. Планирование физкультурно-спортивных занятий и мероприятий оздоровительной направленности с населением.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – нормативных документов, регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы в РФ; целей и задач физкультурно-спортивной работы; направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы; требований к планированию и технологию планирования физкультурно-спортивной работы; показателей результативности физкультурно-спортивной работы; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы; разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы; оценивать результативность физкультурно-спортивной работы; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков/опыта деятельности – разработки общего плана физкультурно-спортивной работы; анализа и оценки физкультурно-спортивной работы.

Тема 1.3. Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Интерактивная лекция (2 часа)

Формы организации и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Документы, регламентирующие организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Практическое занятие в форме анализа конкретных ситуаций № 1 (2 часа)

Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Технология разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия. Освоение технологии разработки программы физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Составление плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия.

Самостоятельная работа (4 часа)

Техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – актуального профессионального и социального контекста, в котором приходится работать и жить; основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методов работы в профессиональной и смежных сферах; структуры плана для решения задач; порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

Тема 1.4 Организация и проведение спортивных соревнований

Интерактивная лекция (2 часа)

Виды, характеристика и значение спортивных соревнований. Этапы подготовки к соревнованиям. Составление положения, регламента. Состав рабочей группы по подготовке и проведению соревнований. Состав главной судейской коллегии (ГСК) соревнований.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Изучение особенностей проведения соревнований на различных уровнях (школьный, муниципальный, региональный, федеральный).

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 2 (2 часа)

Составление положения, регламента соревнований

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 3 (2 часа)

Освоение технологии разработки документов, регламентирующих организацию и проведение спортивных соревнований.

Самостоятельная работа (4 часа)

Разработать на выбор один из предложенных нормативных документов, регламентирующих организацию и проведение соревнований:

Основные документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований:

- Положение о соревнованиях,
- Регламент соревнований,
- Заявка на соревнования,
- Программа соревнований

Подготовка мультимедиа сообщений к выступлению на семинаре

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – форм и видов физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; методики проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий; техники безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; подходов к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; видов физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации; техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников; разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач; оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности; организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий; планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию; проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия; определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности

Тема 1.5. Реализация физкультурно-спортивной работы с различными категориями населения в рамках «массового спорта»

Проблемная лекция № 1 (2 часа)

Организация физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Интерактивная лекция № 2 (2 часа)

Организация физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с детьми школьного возраста.

Проблемная лекция № 3 (2 часа)

Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодёжью. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы со студенческой молодёжью. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы со студенческой молодёжью. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий со студенческой молодёжью.

Интерактивная лекция № 4 (2 часа)

Организация физкультурно-спортивной работы с взрослым населением. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с лицами, осуществляющими трудовую деятельность. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами, осуществляющими трудовую деятельность. Цель, задачи, функции, направления и формы физкультурно-спортивной работы с лицами пожилого и старческого возраста. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами пожилого и старческого возраста.

Проблемная лекция № 5 (2 часа)

Организация физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами). Цель, задачи, физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами). Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами, с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Практическое занятие в форме анализа конкретных ситуаций №1 (2 часа)

Анализ форм организации физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста. Освоение технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Практическое занятие №2 (2 часа)

Анализ форм организации физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста. Освоение технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с детьми школьного возраста.

Практическое занятие №3 (2 часа)

Анализ форм организации физкультурно-спортивной работы со студенческой молодёжью. Освоение технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий со студенческой молодёжью.

Практическое занятие №4 (2 часа)

Анализ форм организации физкультурно-спортивной работы с взрослым населением. Освоение технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с взрослым населением.

Практическое занятие в форме анализа конкретных ситуаций №5 (2 часа)

Анализ форм организации физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Самостоятельная работа (6 часов)

Анализ программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий с различными категориями населения. Документы планирования проведения физкультурно-оздоровительных и (или) спортивно-массовых мероприятий с различными категориями населения.

Изучение темы направлено на приобретение (перечислить в соответствии с разделом 1):

знаний – номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемов структурирования информации; формата оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядка их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств; роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни; условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средств профилактики перенапряжения; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач; использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

Тема 1.6. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта.

Проблемная лекция (2 часа)

Сущность и виды волонтерства. Цель и содержание волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта. Задачи, состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта. Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.

Практическое занятие с анализом ситуаций № 1 (2 часа)

Определение содержания и направлений работы волонтеров в области физической культуры и спорта.

Практическое занятие в форме анализа конкретных ситуаций №2 (2 часа)

Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия.

Самостоятельная работа (2 часа)

Изучение нормативных документов по волонтерской деятельности. Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной методической литературы (по вопросам и параграфам, главам учебных пособий), выполнение домашних заданий.

Подготовка к контрольной работе № 1 по теме (приложение 1): «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – основ волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта и методику подготовки волонтеров; психологических основ деятельности коллектива, психологические особенности личности; основ проектной деятельности; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – определять содержания и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта; организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством в ходе профессиональной деятельности; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта

Тема 1.7. Оценка результативности физкультурно-спортивной работы.

Проблемная лекция (2 часа)

Показатели результативности физкультурно-спортивной работы. Оценка уровня физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость). Спортивные достижения (медали, рекорды), уровень вовлеченности населения (процент занимающихся, участие в массовых мероприятиях), состояние здоровья (улучшение показателей здоровья, снижение заболеваемости), а также личностное развитие (формирование ценностей здорового образа жизни, нравственное развитие).

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Тесты для оценки уровня физической подготовленности различных категорий населения (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость).

Практическое занятие с анализом ситуаций № 2 (2 часа)

Анализ физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с различными категориями населения. Разработка предложений по их совершенствованию.

Самостоятельная работа (2 часа)

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», как современная программа физического воспитания в России.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основ здорового образа жизни; условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средств профилактики перенапряжения

умений – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности

Второй курс 4 семестр

Раздел 2. Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики

Тема 2.1. Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи

Интерактивная лекция (2 часа)

Значение физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи. Способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Освоение технологии разработки плана и программы по формированию ЗОЖ среди молодежи. Освоение технологии разработки плана и программы, направленной на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи.

Практическое занятие № 3-4 в виде проблемной ситуации (4 часа)

Разработка физкультурного мероприятия, направленного на гражданское и патриотическое воспитание молодежи.

Самостоятельная работа (4 часа)

Анализ возможностей средств, методов и форм организации занятий физической культуры в формировании правовых, культурных, нравственных ценностей, в решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи.

Подготовка к контрольной работе №2 по теме «Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики» (приложение 1)

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – значения физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи; способов формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры; средств физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи; основных подходов, направлений и технологий работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи; психологических основ деятельности коллектива, психологические особенности личности; основ проектной деятельности.

умений – разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи; разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи; использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи; организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством в ходе профессиональной деятельности.

навыков – разработки планов и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи; разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи; проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи.

Тема 2.2. Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях

Интерактивная лекция (2 часа)

Основные подходы, направления и технологии физкультурно-спортивной работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Анализ возможностей средств, методов и форм организации занятий физической культуры в организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Освоение технологии разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи.

Самостоятельная работа (2 часа)

Основные формы организации и проведения физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – значения физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодёжи, воспитании толерантности в молодёжной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодёжи; способов формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодёжи средствами физической культуры; средств физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодёжи; основных подходов, направлений и технологий работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи; психологических основ деятельности коллектива, психологические особенности личности; основ проектной деятельности.

умений – разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодёжи, воспитание толерантности в молодёжной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодёжи; разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи; использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодёжи; организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством в ходе профессиональной деятельности.

навыков – разработки планов и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодёжи, воспитание толерантности в молодёжной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодёжи; разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи; проведения физкультурных мероприятий,

направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи.

Раздел 3. Проведение работы по предотвращению применения допинга

Тема 3.1. Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга

Интерактивная лекция (2 часа)

Понятие допинг. Исторический контекст: использование стимулирующих веществ с древних времен, современная институционализация борьбы с допингом (создание WADA в 1999 году). Глобализация проблемы: допинг перестал быть проблемой отдельных стран, превратившись в международный вызов. Социальные последствия применения допинга.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Основные виды допинга и их воздействие на организм спортсмена: Стимуляторы (амфетамины, кокаин) - повышение агрессивности, маскировка усталости. Анаболические стероиды - ускорение мышечного роста, сокращение времени восстановления. Пептидные гормоны (ЭПО, гормон роста) - улучшение кислородного транспорта, увеличение мышечной массы. Диуретики - маскировка других допинговых веществ. Кровяной допинг - искусственное повышение количества эритроцитов. Генетический допинг — перспективная и особенно опасная область будущего.

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 2 (2 часа)

Социальные последствия применения допинга для спорта как социального института: Подрыв принципа честной игры - фундаментальной основы спорта; Девальвация спортивных достижений - сомнения в любых выдающихся результатах; Кризис доверия зрителей, спонсоров, общественности; Экономические последствия: уход спонсоров, снижение зрительского интереса, судебные издержки.

Социальные последствия применения допинга для общества в целом: нормализация обмана как средства достижения успеха; искажение ролевых моделей: молодёжь берет пример с дискредитированных кумиров; распространение допинговых практик за пределы спорта (фитнес, армия, корпоративная среда); международные конфликты на почве обвинений в государственных допинговых программах.

Правовые и этические аспекты применения допинга: нарушение международных соглашений и национального законодательства; проблема коллективной ответственности и индивидуальной вины.

Практическое занятие в форме групповой дискуссии № 3 (2 часа)

Психологические последствия применения допинга.

Для спортсменов: психологическая зависимость от допинга как «волшебной таблетки». Синдром отмены при прекращении приема (депрессия, апатия, суицидальные мысли). Когнитивные нарушения: агрессия ("стероидная ярость"), перепады настроения, паранойя. Искажение самооценки и профессиональной идентичности ("мои достижения - это я или препараты?"). Травма исключения и публичного позора при разоблачении.

Для спортивного сообщества: Культура подозрительности и доноительства. Психологическое давление на "чистых" спортсменов, вынужденных конкурировать с употребляющими допинг. Моральные дилеммы для тренеров, врачей, руководителей.

Системные причины распространения допинга: Гиперкоммерциализация спорта — колоссальные финансовые стимулы к победе любой ценой. Национальный престиж — спортивные достижения как инструмент мягкой силы. Разрыв между возможностями контроля и изощренностью методов допинга. Системное давление на спортсменов со стороны тренеров, федераций, государств.

Самостоятельная работа (4 часа)

Пути решения проблемы применения допинга и перспективы. Развитие антидопингового образования и профилактики. Укрепление международного сотрудничества и унификация санкций. Технологическое развитие методов обнаружения (лонгитюдный паспорт атлета, биологические паспорта). Переоценка ценностей в спорте: смещение акцента с результата на процесс, здоровье, этику. Правовая защита "чистых" спортсменов и информаторов.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – о понятие «допинг», истории допинга, запрещенных субстанциях и методах, способах противодействия допингу в спорте; о правовом регулировании борьбы с допингом; о медицинских аспектах, социальных и психологических последствиях применения допинга; о методике профилактики допинга и зависимого поведения; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности; проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга и борьбу с ним; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга и борьбу с ним.

Тема 3.2. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил.

Интерактивная лекция (2 часа)

Всемирный антидопинговый кодекс (ВАДК) и ежегодно публикуемый Запрещенный список (World Anti-Doping Agency – WADA). Категории запрещенных субстанций и методов: запрещенные всегда (как на соревнованиях, так и вне); запрещенные только во время соревнований; Запрещенные в отдельных видах спорта.

Антидопинговый контроль: виды контроля, этапы процедуры контроля. Наказания за нарушение антидопинговых правил.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Виды антидопингового контроля

- Соревновательный контроль: проводится во время соревнований.
- Внесоревновательный контроль (ВСК): проводится в любое время и в любом месте без предупреждения. Является наиболее эффективным инструментом борьбы с допингом.
- Биологический паспорт спортсмена (БПС): долгосрочный мониторинг профильных биологических маркеров (гематологический или стероидный профиль) для выявления отклонений, указывающих на использование допинга.

Этапы процедуры антидопингового контроля

1. Уведомление: спортсмена уведомляет сотрудник по сбору проб (ССП) и сопровождает его на всех этапах.
2. Выбор емкости: спортсмен выбирает из предложенного набора запечатанные емкости для сбора пробы.
3. Сдача пробы: сдача мочи (иногда и крови) в присутствии ССП того же пола.
4. Разделение и упаковка: проба делится на пробы А и В, которые упаковываются в специальные контейнеры с уникальным номером.
5. Оформление протокола: спортсмен предоставляет информацию о принимаемых препаратах, проверяет правильность данных и подписывает протокол.

6. Анализ: пробы отправляются в аккредитованную WADA лабораторию. Сначала исследуется проба А. При обнаружении запрещенной субстанции спортсмен имеет право на анализ пробы В в личном присутствии или присутствии представителя.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

• **Наказания за нарушение антидопинговых правил (АДП)**

Наказания определяются в соответствии с ВАДК и могут варьироваться в зависимости от тяжести, умысла и сотрудничества спортсмена.

Основные виды нарушений АДП

- Наличие запрещенной субстанции или ее метаболитов в пробе.
- Использование или попытка использования запрещенного вещества или метода.
- Уклонение от сдачи пробы или отказ от нее.
- Фальсификация или попытка фальсификации элементов допинг-контроля.
- Нарушение правил о доступности для ВСК (3 "пропущенных теста" или "неудачные попытки" в течение 12 месяцев).
- Обладание запрещенными субстанциями или методами.
- Распространение или попытка распространения запрещенной субстанции.
- Соучастие (склонение, пособничество, сокрытие) в нарушении АДП.

Сроки дисквалификации

- Стандартная дисквалификация: 4 года за умышленное нарушение (например, положительная проба на стероиды, ЭПО, манипуляции).
- Сокращенный срок (2 года или менее): может применяться при отсутствии умысла, неосторожности, если спортсмен докажет, как запрещенная субстанция попала в его организм, или при существенном сотрудничестве со следствием.
- Пожизненная дисквалификация: за повторное нарушение или за особо серьезные нарушения (например, распространение допинга в рамках организованной группы).
- Аннулирование результатов: все результаты спортсмена, достигнутые с момента взятия положительной пробы, аннулируются с изъятием медалей, очков, призов.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Самостоятельная работа (4 часа)

Иные последствия нарушения антидопинговых правил:

- Репутационный и финансовый ущерб.
- Расторжение контрактов со спонсорами и клубами.
- Возврат призовых денег и грантов.
- В некоторых странах – с уголовной ответственностью за распространение и применение допинга.

Подготовка к контрольной работе №3 по теме «Проведение работы по предотвращению применения допинга» (приложение 1)

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – о понятие «допинг», истории допинга, запрещенных субстанциях и методах, способах противодействия допингу в спорте; о правовом регулировании борьбы с допингом; о медицинских аспектах, социальных и психологических последствиях применения допинга; о методике профилактики допинга и зависимого поведения; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы

по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга и борьбу с ним

навыков – проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга и борьбу с ним.

Тема 3.3. Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга

Интерактивная лекция (2 часа)

Всемирный антидопинговый кодекс, как основной документ для согласованной антидопинговой политики спортивными организациями и государственными органами. Пять международных стандартов - Запрещенный Список (субстанций и методов).

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Международные Стандарты тестирования (проб спортсменов на наличие/отсутствие допинга), Международные Стандарты лабораторий (в которых организованы исследования проб).

Практическое занятие № 2-3 (4 часа)

Разрешение на терапевтическое использование субстанций или применение методов, отнесённых к допингам, а также программы по защите частной жизни и личной информации спортсменов. Цель и назначение этих документов.

Самостоятельная работа (4 часа)

Сотрудничество ВАДА с Интерполом в процессе борьбы с допингом.

Особенности наложения санкций в командных видах спорта.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – о понятие «допинг», истории допинга, запрещенных субстанциях и методах, способах противодействия допингу в спорте; о правовом регулировании борьбы с допингом; о медицинских аспектах, социальных и психологических последствиях применения допинга; о методике профилактики допинга и зависимого поведения; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности; проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга и борьбу с ним; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга и борьбу с ним.

Раздел 4. Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом

Тема 4.1. Виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Интерактивная лекция № 1 (2 часа)

Классификация спортивных сооружений: отдельные, комплексные, крытые, открытые, объёмные, плоскостные, летние и зимние. Виды спортивных сооружений и их характеристика: спортивно-зрелищный комплекс, учебно-тренировочный комплекс, Физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОК), универсальное спортивное сооружение, стадион, ледовый дворец, манеж, лыжный стадион, бассейн.

Интерактивная лекция № 2 (2 часа)

Общие требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам. Виды и классификация оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа)

Нормативно-правовые документы, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся образовательных организаций при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Практическое занятие в форме групповой работы № 3 (2 часа)

Ознакомление в системе Консультант Плюс с ГОСТ Р 55789-2019. Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.

Самостоятельная работа (4 часа)

Спортивные сооружения дошкольных образовательных организаций, спортивный комплекс общеобразовательной школы, спортивные сооружения профессиональных учебных заведений их виды и классификация. Спортивные сооружения для самостоятельных занятий населения.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – форм и видов физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; методики проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий; техники безопасности, способов и приёмов предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; подходов к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; видов физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенностей их эксплуатации; техники безопасности и требований к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников; разрабатывать программу проведения и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач; оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности; организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий; планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию; проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия; определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности.

Тема 4.2. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю

Интерактивная лекция (2 часа)

Меры для обеспечения безопасности при проведении физкультурно-массовых мероприятий и соревнований. Организация проводящая соревнования. План безопасности физкультурно-массовых мероприятий и соревнований. Ответственность за обеспечение безопасности физкультурно-массовых мероприятий и соревнований. Инструкции по технике безопасности. Инструкции по охране труда. Виды опасностей и меры их предотвращения. Действия в опасных ситуациях и при чрезвычайных происшествиях. Меры безопасности при проведении спортивно-массовых мероприятий. Обеспечение безопасности участников спортивно-массовых мероприятий от террористических актов. Безопасность при передвижении на автотранспорте и пешеходных передвижениях и маршрутах. Место проведения спортивно-массовых мероприятий (трассы и маршруты, места сбора, старта и финиша). Обеспечение безопасности. Программа спортивно-массового мероприятия. Информация. Оповещение. Ответственные лица. Судьи и представители.

Практическое занятие в форме анализа конкретных ситуаций №1 (2 часа)

Виды опасностей и меры их предотвращения. Действия в опасных ситуациях и при чрезвычайных происшествиях. Меры безопасности при проведении спортивно-массовых мероприятий. Обеспечение безопасности участников спортивно-массовых мероприятий от террористических актов. Безопасность при передвижении на автотранспорте и пешеходных передвижениях и маршрутах.

Практическое занятие №2 (2 часа)

Безопасность эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря. Составление Плана безопасности физкультурно-массовых мероприятий и соревнований. Основные разделы плана безопасности, Нормативно-правовые документы, регламентирующие план безопасности спортивных мероприятий. Инструкции по технике безопасности при проведении физкультурно-массовых мероприятий и соревнований.

Практическое занятие в форме групповой дискуссии №3 (2 часа)

Обязанности организации, проводящей соревнования. Лица ответственные за проведение соревнований, оргкомитет. Календарь проведения всероссийских соревнований. Формы заявки. Именные и технические заявки. Комиссия по допуску участников. Документы, предоставляемые представителем команды в комиссию по допуску.

Самостоятельная работа (4 часа)

Инструкции по технике безопасности. Инструкции по охране труда. Разработка документации по организации судейства при проведении спортивно-массовых мероприятий. Составление программы спортивно-массового мероприятия.

Подготовка к контрольной работе №4 по теме «Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю» (приложение 1).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – форм и видов физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии организации и методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; технологии разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; методики проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий; техники безопасности, способов и приёмов

предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; подходов к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; видов физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенностей их эксплуатации; техники безопасности и требований к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю; особенностей социального и культурного контекста; правил оформления документов и построения устных сообщений.

умений – использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников; разрабатывать программу проведения и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач; оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности; организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.

навыков – анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий; планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию; проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия; проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия; определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности.

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося

5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемкость, часов
1.	Раздел 1. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы		
	Тема 1.1. Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> - нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ. - нормативно-правовая база организации физкультурно-спортивной работы в дошкольных	4

	образовательных учреждениях, 2. нормативно-правовая база организации физкультурно-спортивной работы в учреждениях дополнительного образования, 3. нормативно-правовая база организации физкультурно-спортивной работы в общеобразовательных учреждениях, 4. нормативно-правовая база организации физкультурно-спортивной работы в средних профессиональных образовательных учреждениях, учреждениях высшего образования. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С. В. Алексеев.- 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт-Человек, 2017. - 672 с. - ISBN 978-5-906839-91-6. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: https://e.lanbook.com/book/97544 (дата обращения: 25.08.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. - Москва: Юрайт, 2021. - 176 с. 3. Столяров, В.И. Актуальные проблемы содержания массовой физкультурно-спортивной работы: монография / В.И. Столяров, Ю.А. Фомин. – Малаховка: МГАФК, 2020. – 264 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	
Тема 1.2. Планирование физкультурно-спортивной работы.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Планирование физкультурно-спортивных занятий в образовательной организации. 2. Планирование физкультурно-спортивных занятий и мероприятий оздоровительной направленности с населением. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Николаев, Ю.М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. – Санкт-Петербург: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 3. Филиппов, С.С. Спортивный клуб школы: этап	4

		становления: монография / С.С. Филиппов, Т.Н. Карамышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Советский спорт, 2012. – 300 с.	
	Тема 1.3. Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> 1. Техника безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. 2. Способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Лукьянова, Н.А. Социокультурные аспекты деятельности организатора массовых физкультурно-спортивных, рекреационных и анимационных мероприятий: учебное пособие / Н.А. Лукьянова, Е.В. Гинжол, Т.А. Кравчук. – Омск: СибГУФК, 2023. – 174 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 2. Николаев, Ю.М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. – Санкт-Петербург: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 4. Филиппов, С.С. Спортивный клуб школы: этап становления: монография / С.С. Филиппов, Т.Н. Карамышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Советский спорт, 2012. – 300 с. 5. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с.	4
	Тема 1.4. Организация и проведение спортивных соревнований	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Подготовка мультимедиа сообщений к выступлению на семинаре по теме на выбор один из предложенных нормативных документов, регламентирующих организацию и проведение соревнований:</i> Основные документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований: -Положение о соревнованиях, -Регламент соревнований, -Заявка на соревнования, -Программа соревнований <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С.	4

		Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с. 3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.	
	Тема 1.5. Реализация физкультурно-спортивной работы с различными категориями населения в рамках «массового спорта»	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> Анализ программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий с различными категориями населения. Документы планирования проведения физкультурно-оздоровительных и (или) спортивно-массовых мероприятий с различными категориями населения. Написание реферата по предложенным темам. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с. 3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 4. Гинжол, Е.В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности: учебное пособие / Е.В. Гинжол. — Омск: СибГУФК, 2024. — 131 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	6
	Тема 1.6. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> Изучение нормативных документов по организации волонтерской деятельности. <i>Подготовка к контрольной работе № 1 по теме</i>	2

	спорта	<i>(приложение 1): «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Томилин, К. Г. Социальное и спортивное волонтерство : методические указания / К. Г. Томилин. - Сочи : СГУ, 2017.- 18 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/147804 (дата обращения: 25.08.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с.	
	Тема 1.7. Оценка результативности физкультурно-спортивной работы	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», как современная программа физического воспитания в России. История развития ВФСК «ГТО» Цели и задачи комплекса ВФСК «ГТО» Структура и нормативы ВФСК «ГТО» <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с. 3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 4. Гинжол, Е.В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности: учебное пособие / Е.В. Гинжол. — Омск: СибГУФК, 2024. — 131 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	2
2.	Раздел 2. Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики.		
	Тема 2.1. Организация и проведение физкультурных	<i>Подготовка к дискуссии по вопросам:</i> Анализ возможностей средств, методов и форм организации занятий физической культуры в формировании правовых, культурных, нравственных	4

	мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи	ценностей, Анализ возможностей средств, методов и форм организации занятий физической культуры в формировании в решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи. <i>Подготовка к контрольной работе №2 по теме «Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики» (приложение 1)</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с. 3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 4. Гинжул, Е.В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности: учебное пособие / Е.В. Гинжул. — Омск: СибГУФК, 2024. — 131 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	
	Тема 2.2. Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i> Основные формы организации и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодёжи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 2. Гинжул, Е.В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности: учебное пособие / Е.В. Гинжул. — Омск: СибГУФК, 2024. — 131 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	2
3	Раздел 3. Проведение работы по предотвращению применения допинга		

	Тема 3.1. Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Изучение вопросов, не рассмотренных на лекции:</i> Пути решения проблемы применения допинга и перспективы. Развитие антидопингового образования и профилактики. Укрепление международного сотрудничества и унификация санкций. Технологическое развитие методов обнаружения (лонгитюдный паспорт атлета, биологические паспорта). Переоценка ценностей в спорте: смещение акцента с результата на процесс, здоровье, этику. Правовая защита "чистых" спортсменов и информаторов. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - Великие Луки, 2018. - 128 с. 2. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. - Москва : Спорт-Человек, 2019. - 288 с.- ISBN 978-5-906132-29-1.- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: https://e.lanbook.com/book/165135 (дата обращения: 28.08.2025). -Режим доступа: для авториз. пользователей.	4
	Тема 3.2. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Изучение вопросов, не рассмотренных на лекции:</i> Иные последствия нарушения антидопинговых правил: • Репутационный и финансовый ущерб. • Расторжение контрактов со спонсорами и клубами. • Возврат призовых денег и грантов. • В некоторых странах – с уголовной ответственностью за распространение и применение допинга. <i>Подготовка к контрольной работе №3 по теме «Проведение работы по предотвращению применения допинга» (приложение I)</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - Великие Луки, 2018. - 128 с. 2. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. - Москва : Спорт-Человек, 2019. - 288 с.- ISBN 978-5-906132-29-1.- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: https://e.lanbook.com/book/165135 (дата обращения: 28.08.2025). -Режим доступа: для авториз.	4

		пользователей.	
	Тема 3.3. Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Изучение вопросов, не рассмотренных на лекции:</i> Сотрудничество ВАДА с Интерполом в процессе борьбы с допингом. Особенности наложения санкций в командных видах спорта. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - Великие Луки, 2018. - 128 с. 2. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. - Москва : Спорт-Человек, 2019. - 288 с.- ISBN 978-5-906132-29-1.- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: https://e.lanbook.com/book/165135 (дата обращения: 28.08.2025). -Режим доступа: для авториз. пользователей.	4
4	Раздел 4. Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом		
	Тема 4.1. Виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Изучение вопросов, не рассмотренных на лекции:</i> Спортивные сооружения дошкольных образовательных организаций, спортивный комплекс общеобразовательной школы. Спортивные сооружения профессиональных учебных заведений их виды и классификация. Спортивные сооружения для самостоятельных занятий населения. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: Физкультурно-спортивные сооружения: учебное пособие / В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева [и др.]. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2022. – 109 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 2. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 3. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; редактор С.П. Евсеев. – Москва: Советский спорт, 2013. – 388 с. 4. Николаев, Ю.М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. – Санкт-	4

		Петербург: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	
	Тема 4.2. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Изучение вопросов, не рассмотренных на лекции:</i> 1. Инструкции по технике безопасности. 2. Инструкции по охране труда. 3. Разработка документации по организации судейства при проведении спортивно-массовых мероприятий. 4. Составление программы спортивно-массового мероприятия. <i>Подготовка к контрольной работе №4 по теме «Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю» (приложение 1)</i> <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: Физкультурно-спортивные сооружения: учебное пособие / В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева [и др.]. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2022. – 109 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 2. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с. 3. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; редактор С.П. Евсеев. – Москва: Советский спорт, 2013. – 388 с. 4. Николаев, Ю.М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. – Санкт-Петербург: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	4

5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы

Методические рекомендации для самостоятельного изучения вопросов по теме

В связи с тем, что значительное время при освоении учебной дисциплины отводится на самостоятельную работу, обучающемуся в процессе подготовки к семинарским занятиям, а также при самостоятельном изучении первоисточников и специальной аналитической литературы предлагается подумать над контрольными вопросами. Эти вопросы не повторяют вопросы лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы, экзамена, но обращают внимание на проблемный характер

изучаемых тем и предлагают подумать и определить собственное отношение к тем или иным аспектам и предложить решение проблемы.

Методические рекомендации для подготовки к контрольной работе

Примерные варианты контрольных работ представлены в приложении 1. Ознакомление с темами контрольных работ, их количеством, условиями ответов на вопросы контрольных работ, самими вопросами и вариантами ответов на них позволяет создать относительно полное впечатление об особенностях их проведения. При подготовке к контрольной работе по определённой теме рекомендуется повторно проанализировать лекционный материал по теме, повторить особенности методики изучения вопроса, освоенной на практическом занятии, и ознакомиться с содержанием рекомендованных разделов учебных пособий.

Методические рекомендации для подготовки участия обучающегося в дискуссии по вопросам на лекции и на семинаре

Поскольку часть изучаемых тем носит дискуссионный проблемный характер, обучающимся предлагается принять участие в обсуждении ряда вопросов и высказать свое мнение по обсуждаемым темам. Обучающийся должен быть готов сделать развернутое выступление на семинаре по заданным вопросам и ответить на дополнительные вопросы.

Методические рекомендации к подготовке материала и презентации доклада

Создание материалов-презентаций – это вид самостоятельной работы обучающегося по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint

Материалы-презентации готовятся обучающимся в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint. В качестве материалов-презентаций могут быть представлены результаты любого вида внеаудиторной самостоятельной работы, по формату соответствующие режиму презентаций.

Затраты времени на создание презентаций зависят от степени трудности материала по теме, его объема, уровня сложности создания презентации, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Деятельность обучающегося:

- изучает материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- устанавливает логическую связь между элементами темы;
- представляет характеристику элементов в краткой форме;
- выбирает опорные сигналы для акцентирования главной информации и отображает в структуре работы;
- оформляет работу и предоставляет к установленному сроку.

Методические рекомендации к подготовке реферативной работы

Реферат представляет собой исследование проблемы, выбор которой соответствует научным интересам. Тема реферата должна быть согласована с преподавателем, ведущим занятия.

Реферат включает обзор соответствующих литературных источников, анализ и изложение содержания научных работ, книг, статей, сопоставление различных точек зрения на проблему. Автор реферата должен убедительно обосновать, аргументировать положения, которые он считает правильными, и дать критику других точек зрения. В работе должно быть продемонстрировано понимание общих вопросов научной методологии, особенностей исследовательского метода гуманитарных наук, а также владение современными разработками в рамках своего направления подготовки и его уровня.

Объем реферата не более 15-20 стр. (30-40 тыс.зн.). Формат А4. Шрифт: Times New Roman. Размер шрифта - 14. Междустрочный интервал – 1,5. Стил ь оформления: Normal. Реферат содержит: план (1 с.), введение (2 с.), основную часть, (11-13 с.), заключение (2 с.), список литературы (1-2 с.). На первой странице печатается план, включающий в себя введение, параграфы, раскрывающие содержание работы, заключение. В конце реферата приводится список использованной литературы с точным указанием авторов, названия, места и года ее издания.

Во введении необходимо обосновать актуальность выбранной темы; цель и задачи работы. Основная часть может состоять из двух, трех или более параграфов. Заключение должно содержать выводы из проделанного исследования и вашу оценку использованной литературы.

Список литературы может быть составлен в алфавитном порядке или в порядке использования литературы в тексте реферата. Сноски можно давать в тексте реферата, внизу страницы, либо указывать в квадратных скобках номер цитируемой работы и страницу. Библиографические ссылки, включенные в текст реферата, и библиографический список в конце работы должны быть составлены в соответствии с государственными требованиями к библиографическому описанию документа.

5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося

Критерии оценки самостоятельного изучения материала

Результаты самостоятельного изучения материала обсуждаются на семинарских занятиях, оценивание производится по следующим критериям:

оценка «отлично»	По самостоятельно изученным темам/вопросам отвечает полно и правильно; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «хорошо»	Дает правильные ответы, допускает неточности или недочеты, может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «удовлетворительно»	Отвечает, но допускает ошибки, излагает материал недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; с трудом приводит отдельные примеры из практики
оценка «неудовлетворительно»	Не отвечает или отвечает неправильно, только иногда дает правильные ответы; не приводит примеров из практики

Критерии оценки подготовки к контрольной работе по теме

оценка «отлично»	Обстоятельно с достаточной полнотой излагает ответы на вопросы контрольной работы на соответствующую тему; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов
оценка «хорошо»	Неполно, но правильно изложены ответы на вопросы на соответствующую тему; при изложении были допущены 1-2

	несущественные ошибки, которые он способен исправить после замечания преподавателя; дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов
оценка «удовлетворительно»	Неполно, но правильно изложены ответы на вопросы на соответствующую тему; при изложении была допущена 1 существенная ошибка; знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий
оценка «неудовлетворительно»	Неполно изложены ответы на вопросы на соответствующую тему; при изложении были допущены существенные ошибки, т.е. оно не удовлетворяет требованиям

Критерии оценки участия обучающегося в дискуссии по вопросам на лекции и на семинаре

Результаты участия обучающегося в дискуссии на лекционных и семинарских занятиях оцениваются по следующим критериям:

оценка «отлично»	Обучающийся четко и ясно формулирует точку зрения в процессе дискуссии, выдвигает обоснованные аргументы в поддержку своей точки зрения, хорошо владеет научной терминологией, имеет знания о сути обсуждаемой проблемы, речь последовательна, непротиворечива, убедительна
оценка «хорошо»	Обучающийся нечетко формулирует точку зрения в процессе дискуссии, выдвигает не всегда обоснованные аргументы в поддержку своей точки зрения, по большей части владеет научной терминологией, понимает суть обсуждаемой проблемы, но затрудняется в детализации; речь не всегда последовательна и убедительна
оценка «удовлетворительно»	Активность обучающегося недостаточна, а степень подготовленности к дискуссии на недостаточно убедительном уровне, но свидетельствует о понимании сути обсуждаемого явления; речь ограничена
оценка «неудовлетворительно»	Обучающийся имеет слабое представление о содержании обсуждаемой темы дискуссии, аргументы носят бездоказательный характер, плохо владеет правилами научной аргументации, допускает серьезные ошибки в использовании информации, аргументы носят несоответствующий обсуждаемой теме характер, нечетко и неясно формулирует точку зрения; речь скупа, неубедительна

Критерии оценки материала-презентации доклада:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- работа представлена в срок.

оценка «отлично»	Представляемая презентация полностью соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации; изложенная информация логически связана; присутствует высокое качество оформления, содержание
------------------	--

	слайдов соответствует и дополняет выступление; работа представлена в срок
оценка «хорошо»	Представляемая презентация соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации, но с некоторыми замечаниями; прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует хорошее качество оформления, содержание слайдов в целом соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «удовлетворительно»	Представляемая презентация в основном соответствует теме; имеются ошибки в структурировании информации; не всегда прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует удовлетворительное качество оформления, содержание слайдов иногда отклоняется и не соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «неудовлетворительно»	Представляемая презентация слабо соответствует заявленной теме; имеются явные ошибки в структурировании информации; нарушена логическая связь изложенной на слайдах информации; качество оформления низкое, содержание слайдов слабо связано с выступлением; работа представлена с опозданием

Критерии оценки реферата

Реферат оценивается по следующим критериям:

оценка «отлично»	Реферат представляет собой оригинальное теоретическое/практическое исследование, представляющее интерес в рамках будущей профессии. Цель и задачи сформулированы четко, непротиворечиво, основное содержание включает логически завершенное решение поставленных задач, заключение адекватно отражает итог проделанной работы. Текст построен последовательно, изложение доступно, автор в полной мере владеет терминологическим аппаратом
оценка «хорошо»	Реферат демонстрирует понимание автором проблемы, но решение ее не отличается оригинальностью, самостоятельностью. Литература не столько анализируется, сколько излагается ее содержание, в недостаточной мере представлена собственная точка зрения по теме, изложение не всегда последовательно и обоснованно
оценка «удовлетворительно»	Реферат содержит отдельные слабо обоснованные утверждения, присутствуют несоответствия между поставленными задачами, содержанием анализа и выводами. В реферате не выдержана заявленная структура, изложение непоследовательно, поставленные задачи решены частично

оценка «неудовлетворительно»	Реферат не представляет собой оригинального исследования, поставленные задачи не решены, либо поставлены некорректно
---------------------------------	--

В случае получения неудовлетворительной оценки обучающемуся дается возможность исправить реферат в соответствии с замечаниями и представить новый вариант не менее, чем за неделю до экзамена.

5.4. Примерная тематика рефератов

1. Инновационные методики проведения групповых и индивидуальных физкультурно-оздоровительных занятий.
2. Методика организации и проведения спортивно-массовых мероприятий (спартакиады, дни здоровья, турниры).
3. Особенности методики физкультурно-спортивной работы с различными возрастными группами (дети, взрослые, пожилые люди).
4. Организационно-методические особенности спортивной подготовки в учреждениях дополнительного образования (ДЮСШ, СДЮСШОР).
5. Физкультурно-спортивная работа по месту жительства: модели, формы, проблемы и пути решения.
6. Методика адаптивной физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
7. Организация корпоративного спорта и физкультурно-оздоровительной работы в трудовых коллективах.
8. Особенности физкультурно-спортивной работы с детьми и подростками в летних оздоровительных лагерях.
9. Материально-техническое и финансовое обеспечение физкультурно-спортивной работы: источники, планирование, эффективное использование.
10. Медицинское и санитарно-гигиеническое обеспечение занятий физической культурой и спортом.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Таблица раздела 1 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенными с основной профессиональной образовательной программой профессиональными стандартами - в ней определены трудовые функции профессиональных стандартов, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующих компетенций в рамках учебной дисциплины.

6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Не знает	удовлетворительно	пороговый
	Умеет	неудовлетворительно	недостаточный
	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументировано и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки, неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	недостаточный
Умеет	Умеет применять полученные знания для	высокий

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
(соответствует таблице раздела 1)	решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый
	Не может решить практические задачи	недостаточный
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их продемонстрировать	недостаточный

6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы

6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания

1. Цель, задачи, направления физкультурно-спортивной работы.
2. Формы организации и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
3. Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в летних и зимних оздоровительных лагерях.
4. Формы организации работы по физическому воспитанию (спортивные секции по видам спорта, секции общей физической подготовки).
5. Содержание и разделы плана физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе.
6. Планирование в организации спортивных занятий. Общие положения, технология планирования. Документы планирования
7. Виды, характеристика и значение спортивных соревнований муниципального уровня.
8. Состав главной судейской коллегии (ГСК) соревнований.

9. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста.
10. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста.
11. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы со студенческой молодёжью.
12. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения.
13. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями в пожилом и старшем возрасте
14. Классификация спортивных соревнований
15. Разделы типовой инструкции и инструкция по технике безопасности.
16. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений
17. Раскройте сущность и приведите примеры отдельных (специализированных) спортивных сооружений. В чем их преимущества и недостатки?
18. Определение допинга. 11 антидопинговых правил
19. Классы фармакологических препаратов, запрещённых в спорте, эффект от их применения и отрицательное побочное действие
20. Допинговые методы, эффект от их применения и отрицательное действие на организм
21. Процедура проведения антидопингового контроля: уведомление спортсмена, сбор проб для анализа, лабораторный анализ, действия после получения результатов анализа из лаборатории
22. Виды санкций за нарушение антидопинговых правил для спортсмена, персонала спортсмена
23. Причины распространения допингов в спорте: основные и второстепенные
24. Охарактеризуйте открытые спортивные сооружения. Каковы их основные типы и сезонные ограничения?
25. Запрещенный список ВАДА: принципы издания, назначение, периодичность издания
26. Назовите и охарактеризуйте основные виды спортивных сооружений для спортивных игр (футбол, баскетбол, хоккей, теннис и т.д.).
27. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами, с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами)
28. Сущность и виды волонтерства. Цель и содержание волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта.
29. Задачи, состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта.
30. Меры безопасности при проведении спортивно-массовых мероприятий.

6.4.2. Перечень вопросов/заданий для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания и умения

1. Дайте определение понятию «Физическая культура в режиме трудового дня», перечислите основные формы
2. Объясните принцип персональной ответственности каждого спортсмена за попадание запрещенной субстанции в его организм
3. Перечислите средства физического воспитания. Дайте краткую характеристику.
4. Перечислите методы физического воспитания. Дайте характеристику групп методов
5. Физическая помощь и страховка при проведении физкультурно-массовых мероприятий

6. Приведите классификацию приёмов страховки при проведении спортивных мероприятий
7. Дайте определение понятию «Профессионально-прикладная физическая подготовка», перечислите основные формы
8. Объясните правила поведения спортсмена в процессе его уведомления со стороны антидопинговой службы о необходимости пройти допинг-контроль
9. Объясните правила поведения и права спортсмена в процессе отбора его допинг-пробы на пункте допинг-контроля
10. Дайте характеристику физкультурно-оздоровительных методик и систем (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, стретчинг)
11. Объясните, почему современные многофункциональные спортивно-развлекательные комплексы (например, «Лужники») являются ярким примером сочетания практически всех типов классификаций.
12. Объясните, как учитываются возрастные особенностей при организации спортивных мероприятий
13. Объясните, как учитываются возрастные особенностей при организации физкультурно-оздоровительных мероприятий
14. Разъясните права спортсмена в процессе расследования его возможного нарушения антидопинговых правил
15. Дайте пояснения, в течение какого периода времени должно наступить второе нарушение антидопинговых правил, чтобы считаться повторным
16. Перечислите пути предотвращения распространения допинга в спорте
17. Объясните значение физической культуры в формировании здорового образа жизни (ЗОЖ)
18. Перечислите показатели результативности физкультурно-спортивной работы: количественные, качественные и социальные
19. Перечислите состав главной судейской коллегии (ГСК) соревнований муниципального уровня (на примере любого вида спорта) и их функции
20. Перечислите основные формы физкультурно-спортивной работы в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях и дайте их характеристику
21. Перечислите малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы
22. Поясните основные меры безопасности при проведении спортивно-массовых мероприятий муниципального уровня
23. Опишите технологию физкультурно-спортивной работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях
24. Опишите обязанности организатора спортивно-массового мероприятия по обеспечению безопасности. Каковы меры профилактики травматизма?
25. Перечислите основные нормативные акты, регулирующие вопросы безопасности при проведении физкультурно-спортивных занятий и мероприятий.
26. Какая основная учетно-отчетная документация ведется в физкультурно-спортивной организации? (Журналы, протоколы, положения, паспорта спортивных сооружений).
27. Опишите организационную структуру управления физической культурой и спортом в России (от федерального уровня до уровня спортивного клуба).
28. Что понимается под материально-техническим и кадровым обеспечением ФСР?
29. Дайте определение физкультурно-спортивной работы (ФСР) как системы. Назовите ее основные цели, задачи и социальные функции.
30. Раскройте понятия "физическая культура", "спорт", "физическое воспитание", "массовый спорт", "спорт высших достижений". В чем их единство и различия?

6.4.3. Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности

Практическое задание №1

Разработайте комплекс производственной гимнастики, направленных на снятие усталости, активизацию мышц, не участвующих в работе, улучшение кровообращения и координации.

Практическое задание №2

Разработайте комплекс производственной физкультминутки, адаптированной к условиям труда (на примере любой трудовой деятельности), для снижения негативного влияния монотонности и профилактики профессиональных заболеваний

Практическое задание №3

Разработайте комплекс вводной гимнастики, направленной на подготовку организма к труду, повышение тонуса и функциональную готовность.

Практическое задание №4

Разработайте план физкультурного мероприятия, направленного на гражданское и патриотическое воспитание молодежи.

Практическое задание №5

Напишите состав рабочей группы для подготовки и проведения соревнований внутри организации. Перечислите обязанности каждого члена рабочей группы.

Практическое задание №6

Составьте примерный сценарий торжественного открытия спортивно-массового мероприятия.

Практическое задание №7

Составьте примерную смету расходов для проведения спортивного соревнования (вид спорта – на выбор обучающегося) муниципального уровня. Количество участников, команд определяете самостоятельно..

Практическое задание №8

Составьте примерное Положение о проведении соревнования внутри организации (на примере любого вида спорта)

Практическое задание №9

Разработайте план физкультурного-массового мероприятия в режиме внеучебной деятельности, направленного на формирование культурных и нравственных ценностей среди молодежи.

Практическое задание №10

Составьте отчет главного судьи соревнований. Опишите структуру документа, ключевые разделы.

Практической задание №11

Разработайте концепцию (цель, задачи, целевую аудиторию, примерный план мероприятий) физкультурно-спортивного праздника для жителей микрорайона, приуроченного ко Дню города.

Ситуационная задача №12

В детско-юношескую спортивную школу пришло много детей с низким уровнем физической подготовленности. Предложите план организационно-методических мероприятий по их вовлечению и адаптации.

Ситуационная задача №13

Спортсмен отбывает дисквалификацию за нарушение антидопинговых правил.

Вопрос. Должен ли он быть доступным для внесоревновательного тестирования в течение срока дисквалификации?

Ситуационная задача №14

На открытой спортивной площадке во время самостоятельных занятий произошла травма (растяжение голеностопного сустава). Каков должен быть алгоритм действий дежурного инструктора?

Ситуационная задача №15

Спортсмену, входящему в национальный пул тестирования, по личным причинам пришлось срочно выехать за пределы населённого пункта на сутки. В системе АДАМС период с 20:00 до 21:00 по месту жительства им указан как одночасовой интервал доступности.

Вопрос. Что следует предпринять спортсмену во избежание возможного пропуска допинг пробы?

Ситуационная задача №16

Ваш город получил грант на популяризацию здорового образа жизни среди семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Задача: Напишите краткую концепцию проекта «Спорт без границ». Опишите:

- Целевую аудиторию и ее потребности.
- Основные идеи и форматы мероприятий (например, адаптивные мастер-классы, пара-спортивные праздники, консультации для родителей).
- Необходимых партнеров (организации, специалисты).
- Ожидаемые результаты и критерии их оценки.

Ситуационная задача №17

Ситуация: Молодой пловец А. (19 лет), участвуя в национальном чемпионате, сдал положительную пробу на запрещенный диуретик (гидрохлоротиазид). В ходе разбирательства он предоставил рецепт врача, выписанный его матери, и пояснил, что случайно принял таблетку от давления, перепутав свои лекарства с материнскими. Доказательств умышленного приема или попытки маскировки других веществ не найдено. Ранее А. не имел нарушений.

Вопросы:

1. Какое это нарушение по ВАДК (ст. 2.1, 2.2 и др.)?
2. Какие смягчающие обстоятельства могут быть применены?
3. Будут ли аннулированы его результаты на чемпионате?
4. Что должен сделать А. для сокращения срока дисквалификации?

Ситуационная задача №18

Известная теннисистка Мария пропустила три внесоревновательных допинг-теста в течение 12 месяцев. В двух случаях она не обновила свое расписание на онлайн-платформе ADAMS, указав неправильное местонахождение. В третий раз испытательная комиссия приехала по указанному адресу, но Мария не явилась в течение часа, так как была на внеплановой тренировке в другом районе города. Она утверждает, что «никогда не пропускала тест намеренно».

Вопросы:

1. Как квалифицируются ее действия (по каким статьям ВАДК)?
2. Сколько «пропущенных тестов» или «пропусков предоставления информации» будет ей засчитано согласно правилам? Почему?
3. К какому наказанию это приведет?
4. Какую ошибку в соблюдении процедуры допустила Мария?

Ситуационная задача №19

Борец греко-римского стиля Сергей сдал положительную пробу на запрещенный анаболический стероид. На слушании в дисциплинарном комитете он заявил, что не виновен, так как стероид попал в его организм из-за употребления мясного фарша, купленного на рынке. Он представил заключение эксперта о том, что в странах-поставщиках мяса иногда используют гормональные стимуляторы роста для скота.

Вопросы:

1. Каков основной принцип ответственности в антидопинге (статья 2.1 ВАДК)? Применяется ли он в данном случае?
2. Кто должен доказать, как запрещенное вещество попало в организм спортсмена?
3. Какой стандартный срок дисквалификации за первое нарушение по статье «Наличие запрещенной субстанции»? На какой минимальный срок она может быть сокращена, если спортсмен докажет отсутствие умысла?

Ситуационная задача №20

Велосипедист Иван Козлов, входящий в пул тестирования (RTP), должен предоставлять информацию о своем местонахождении (Whereabouts) на квартал. В системе АДАМС он указал, что 15 октября с 7:00 до 8:00 будет на утренней тренировке на велодроме «Олимпийский». Инспектор прибыл на велодром в 7:15. Тренер сообщил, что Иван сегодня почувствовал недомогание и решил тренироваться дома. Инспектор поехал по домашнему адресу (указанному как место проживания), но там Ивана не оказалось. Телефон был выключен. ИСП зафиксировал неудачную попытку тестирования.

Вопросы:

1. Сколько «пропусков» (миссинг-тестов) засчитается Ивану в данной ситуации: один или два? Объясните, почему.
2. Каковы обязанности спортсмена из пула RTP в отношении информации о местонахождении?
3. Какие санкции следуют за три пропущенных теста/непредоставления информации о местонахождении в течение 12 месяцев?
4. Что должен был сделать Иван утром 15 октября, чтобы избежать нарушения?

Ситуационная задача №21

Вы — методист спортивного клуба по месту жительства. В вашем районе высокий процент детей младшего школьного возраста, но низкий охват их организованными формами физкультурно-спортивной деятельности.

Задача: Разработайте проект годового плана работы клуба на сентябрь-май. В плане должны быть:

Цели и задачи на год.

Календарный график не менее 3-х разных по масштабу мероприятий (например, ежемесячные «Веселые старты», квартальный турнир по пионерболу, итоговый фестиваль «Папа, мама, я – спортивная семья»).

План организационной и рекламной работы для привлечения участников.

Ситуационная задача №22

Вашему учреждению (спортшкола, фитнес-центр, вуз) поручили провести открытый турнир по мини-футболу среди любительских команд.

Задача: Составьте «Положение о проведении соревнований». Документ должен включать: цели и задачи; место и даты; требования к участникам и заявкам; программу и регламент соревнований; определение победителей; награждение; условия финансирования; форму заявки.

Ситуационная задача №23

Вы провели анкетирование посетителей фитнес-клуба. Результаты показали, что 60% клиентов жалуются на скудость групповых программ в вечернее время, 30% — на износ оборудования, а новые клиенты отмечают сложность ориентации в клубе и расписании.

Задача: Напишите служебную записку на имя директора клуба с анализом ситуации. Предложите конкретные организационно-методические меры по решению каждой из выявленных проблем (например, пересмотр расписания, план обновления инвентаря, система навигации и инструктажа для новичков).

Ситуационная задача №24

В центре здоровья для пожилых людей требуется разработать программу оздоровительной гимнастики. В группе занимаются люди с разным уровнем

функциональных возможностей (есть лица с начальной стадией гипертонии, артрозами, низким уровнем физической подготовленности).

Задача: Создайте схему одного типового занятия (разминка, основная часть, заминка) длительностью 45 минут. Для **каждого** бока занятия предусмотрите **вариативные упражнения** (упрощенный и усложненный вариант) и укажите методические рекомендации по их выполнению для разных подгрупп.

Ситуационная задача №25

На занятии в секции по баскетболу для подростков (14-16 лет) между двумя сильными игроками возникла ссора, перешедшая в драку. Занятие сорвано. Оба подростка претендуют на лидерство в команде и обвиняют друг друга.

Задача: Опишите ваш алгоритм действий как тренера-преподавателя:

- Непосредственно в момент конфликта.
- При разборе ситуации после занятия (индивидуальная и групповая работа).
- Какие организационные или методические приемы вы можете использовать в дальнейшем, чтобы минимизировать подобные риски (например, ротация капитанов, командные тренинги, четкое распределение ролей)?

Ситуационная задача №25

В вашем городе через 6 месяцев пройдет крупный массовый забег «Городская миля» с ожидаемым участием 3000 человек. Организационному комитету требуется помощь 50 волонтеров.

Задание: Разработайте концепцию привлечения, отбора, обучения и мотивации волонтеров для этого события. Включите в план:

- Какие функциональные группы волонтеров нужны (работа со спортсменами, логистика, точка питания, медпункт, анимация и т.д.)?
- Где и как будете искать волонтеров (целевые аудитории, площадки)?
- Структуру и содержание обязательного тренинга для волонтеров.
- Систему нематериальной мотивации и признания.

Ситуационная задача №26

Волонтер Анна, ответственная за допуск зрителей на трибуну, строго следует инструкции: «Проход только по браслетам». К ней подходит пожилой мужчина, представившийся отцом одного из спортсменов. Его браслет порвался, и он показывает смс от сына с подтверждением. Анна отказывает ему в проходе, ссылаясь на правила. Мужчина возмущается, ситуация привлекает внимание. Рядом нет координатора.

Задание: Вы – опытный волонтер, работающий рядом. Ваши действия? Опишите шаги и фразы, которые вы используете для деэскалации конфликта и поиска решения.

Ситуационная задача №27

На детском спортивном празднике «Веселые старты» участвует команда, где есть ребенок с нарушением слуха (носит слуховой аппарат) и ребенок на коляске. Вы – волонтер-куратор команды.

Задание: Продумайте и опишите:

1. Как вы адаптируете свои инструкции и общение для ребенка с нарушением слуха?
2. Какие модификации в эстафетах (на уровне своей компетенции) вы можете предложить, чтобы ребенок на коляске был полноценным участником?
3. Как объяснить остальным детям в команде принципы инклюзии, чтобы не акцентировать внимание на ограничениях, а сделать игру комфортной для всех?

Ситуационная задача №28

Вы должны провести 15-минутный инструктаж для группы волонтеров, которые будут работать судьями на этапах воркаут-фестиваля. Их задача — считать чистые повторения упражнений (подтягивания, отжимания). Инструктаж по стандартной схеме «слушай и запоминай» неэффективен.

Задание: Разработайте сценарий короткого **интерактивного** инструктажа с элементами игры или практического упражнения, чтобы волонтеры не только запомнили правила, но и потренировались их применять.

Ситуационная задача №29

Ситуация: На стадионе во время соревнований по легкой атлетике для детей 7-12 лет есть «зона ожидания» для участников следующих забегов. Дети волнуются и скучают.

Задание: Придумайте и опишите формат простой подвижной игры или активности под руководством 2-3 волонтеров, которая:

- Поможет детям снять напряжение.
- Не будет требовать сложного инвентаря (мячи, скакалки, мел).
- Будет безопасной и динамичной.
- Не позволит детям переутомиться перед стартом.

Ситуационная задача №30

В спортивную школу пришла группа новых волонтеров - студентов 1-2 курса. Их задача - помогать в организации внутришкольных соревнований. Через два часа после начала событий вы как координатор замечаете, что:

- Двое волонтеров пассивно стоят в углу, не зная, куда себя деть.
- Одна волонтерка слишком эмоционально «болеет» за конкретного ребенка, мешая судье.
- Волонтер на раздаче воды разлил целый кулер и теперь в растерянности.

Задание

1. Проанализируйте причины каждой из проблем.
2. Предложите решения для каждой конкретной ситуации «здесь и сейчас».
3. Что было упущено на этапе подготовки (отбора, обучения), что привело к этим проблемам? Сформулируйте выводы.

6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации

№ п/п	Тема или раздел	Код контролируемых компетенций	Номер экзаменационного вопроса для контроля знаний	Номер экзаменационного вопроса /ситуационной задачи для контроля знаний и умений	Номер практического задания для контроля сформированности умений и опыта практической деятельности
1.	Раздел 1. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы	ОК 01, ОК 02, ОК 05, ОК 08 ПК 1.1, ПК 1.3, ПК 1.4	1,2,3,4,7,8,14,16,27,28, 29	1,7,10,13,18,21,27,29,30	1,2,3,7,8,10,11,21,22,26
2.	Раздел 2. Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодёжной политики	ОК 04, ПК 1.2	5,6,9,10,11,12,13,	3,4,12,19,17,20,23,	4,5,6,9,12,16,24,25,30
3.	Раздел 3. Проведение работы по предотвращению применения допинга	ПК 1.6	18,19,20,21,22,23,25,	2,8,9,14,15,16,	13,15,17,18,19,20,
4.	Раздел 4. Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом	ОК 05, ПК 1.3	15,17,24,26,30,	5,6,11,22,24,25,26,28	14,23,27,28,29,

6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, подробно описаны в Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (принято решением учёного совета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 24 апреля 2025 года, протокол № 09, введено в действие приказом ректора ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» № 78 от 24 апреля 2025 года).

Критерии оценивания ответа обучающегося на экзамене

оценка «отлично»	Обучающийся обнаруживает всесторонние осознанные систематические знания учебного материала и умение ими самостоятельно пользоваться; материал излагает профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов; проявляет творческие способности в понимании, изложении и практическом использовании знаний; понимает взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии; владеет на высоком уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций - высокий
оценка «хорошо»	Обучающийся обнаруживает полные знания учебного материала; освоил основные термины, понятия, закономерности, но при этом допускает отдельные неточности в формулировке понятий и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые он исправляет самостоятельно при указании преподавателя на неточности; владеет на хорошем уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций – не ниже повышенного
оценка «удовлетворительно»	Обучающийся обнаруживает знание большей части основного учебного материала в объёме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, но допускает неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики,

	которые исправляет после пояснений, данных преподавателем. При изложении материала встречаются терминологические некорректности. Владеет на пороговом уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций – не ниже порогового
оценка «неудовлетворительно»	Обучающийся имеет существенные пробелы в теоретических знаниях, допускает принципиальные ошибки при выполнении заданий, не способен решать профессиональные задачи. Уровень сформированности компетенций – недостаточный

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1.1. Рекомендуемая литература (основная)

1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. - Москва: Юрайт, 2021. - 176 с.
2. Столяров, В.И. Актуальные проблемы содержания массовой физкультурно-спортивной работы: монография / В.И. Столяров, Ю.А. Фомин. – Малаховка: МГАФК, 2020. – 264 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
3. Замчий, Т.П. Физиология физкультурно-спортивной деятельности: практикум / Т.П. Замчий, Ю.П. Салова. – Омск : СибГУФК, 2018. – 144 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: Физкультурно-спортивные сооружения: учебное пособие / В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева [и др.]. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2022. – 109 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С. В. Алексеев.- 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт-Человек, 2017. - 672 с. - ISBN 978-5-906839-91-6. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/97544> (дата обращения: 25.08.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с.

3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.
4. Рубанович, В.Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В.Б. Рубанович. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2017. - 264 с.
5. Филиппов, С.С. Менеджмент в сфере физической и спорта: учебное пособие / С.С. Филиппов. — 2-е изд., доп. и исправ. — Москва: Советский спорт, 2015. — 240 с.
6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; редактор С.П. Евсеев. — Москва: Советский спорт, 2013. — 388 с.
7. Лукьянова, Н.А. Социокультурные аспекты деятельности организатора массовых физкультурно-спортивных, рекреационных и анимационных мероприятий: учебное пособие / Н.А. Лукьянова, Е.В. Гинжол, Т.А. Кравчук. — Омск: СибГУФК, 2023. — 174 с. // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
8. Николаев, Ю.М. Содержание и виды физкультурно-спортивной деятельности: учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. — Санкт-Петербург: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007 // Электронная библиотека вузов ФК. — Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
9. Филиппов, С.С. Спортивный клуб школы: этап становления: монография / С.С. Филиппов, Т.Н. Карамышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Советский спорт, 2012. — 300 с.
10. Састамойнен, Т.В. Менеджмент спортивных соревнований: учебное пособие / Т.В. Састамойнен, Е.Я. Михайлова. - Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2013 // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
11. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - Великие Луки, 2018. - 128 с.
12. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. - Москва : Спорт-Человек, 2019. - 288 с.- ISBN 978-5-906132-29-1.- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/165135> (дата обращения: 28.08.2025). -Режим доступа: для авториз. пользователей.
13. Интеграции всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) в здоровый образ жизни обучающихся : учебное пособие / А.Б. Петров, Г.М. Лаврухина, Т.В. Горбунова [и др.]. - Санкт-Петербург : НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2020. - 122 с. - // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
14. Гинжол, Е.В. Методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых в области туризма, физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности: учебное пособие / Е.В. Гинжол. — Омск: СибГУФК, 2024. — 131 с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
15. Томилин, К. Г. Социальное и спортивное волонтерство : методические указания / К. Г. Томилин. - Сочи : СГУ, 2017.- 18 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/147804> (дата обращения: 25.08.2025). - Режим доступа: для авториз. Пользователей.

7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва: Министерство спорта Российской Федерации, 2008-2019. - URL: <http://minsport.gov.ru> (дата обращения: 25.08.2025).
2. Главная цифровая платформа в России для НКО и волонтеров: сайт - URL: <https://dobro.ru/>.(дата обращения: 25.04.2025).
3. Официальный сайт Ассоциации волонтерских центров. - URL: <http://авц.рф>(дата обращения: 15.04.2025).
4. Теория и практика физической культуры: научно-теоретический журнал: сайт. - Москва. - URL: <http://www.teoriya.ru/ru> (дата обращения: 10.04.2025).
5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал: сайт. - URL: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2> (дата обращения: 10.04.2025).
6. Культура физическая и здоровье: научно-методический журнал: сайт. – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2013. - URL: <http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content.html> (дата обращения: 10.04.2025).
7. Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание // ГЦОЛИФК Российский университет спорта: сайт. - URL: https://gtsolifk.ru/nauka/gurnali/sportivno-pedagogicheskoe_obrazovanie_setevoe_izdanie/vipuski_04391 (дата обращения: 10.04.2025).
8. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал: сайт. – Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2021. - URL: <https://uchzapiski.lesgaft.spb.ru/ru/nauka/journal/261/view#archie> (дата обращения: 10.04.2025).

7.3. Программное обеспечение

1. 1С Предприятие 8
2. Microsoft Office 2007
3. Microsoft Windows XP
4. Microsoft Windows 7
5. «Личный кабинет обучающегося» на взб-ресурсе собственной разработки

7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети

1. Информационная справочная правовая система «КонсультантПлюс». – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Обновление ежемесячно.
2. Электронная библиотека Национального государственного университета им. Лесгафта (Санкт-Петербург). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
3. Электронная библиотека Московской государственной академии физической культуры (Малаховка). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Электронная библиотека Сибирского университета физической культуры (Омск). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
5. Электронная библиотека Воронежской государственной академии спорта. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

1. РУКОНТ: национальный цифровой ресурс: межотраслевая электронная библиотека: сайт / Консорциум «КОНТЕКСТУМ». – Москва, 2010. – URL: <http://lib.rucont.ru/search> (дата обращения: 10.04.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей.

7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа

1. Электронная библиотека: библиотека диссертаций: сайт / Российская государственная библиотека. – Москва: РГБ, 2003 - . – URL: <https://search.rsl.ru/#digitalAvail=digitized&digitalAvail=accessFree&col=autoref&col=disser> (дата обращения: 10.04.2025).

2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 10.04.2025).

3. Научная педагогическая электронная библиотека: сайт / Научная педагогическая библиотека им К.Д. Ушинского. – Москва, 2021. – URL: <http://elib.gnpbu.ru> (дата обращения: 10.04.2025).

4. Большая бесплатная библиотека: сайт. – URL: <http://tululu.org/> (дата обращения: 10.04.2025).

5. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 10.04.2025).

6. Спортивная медицина: сайт. – 2006 - . - URL: <https://www.sportmedicine.ru/books.php> (дата обращения: 10.04.2025).

7. Физкультура и спорт: сайт. - URL: <https://www.fizkulturai sport.ru/> (дата обращения: 10.04.2025).

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Оборудованный учебный кабинет № 501, учебный корпус №2, пл. Юбилейная д.4, к.2	Перечень основного оборудования: стулья ученические 24 шт., столы ученические 12 шт., доска информационная пластиковая, переносной мультимедиа проектор BenQ MP 522 с дистанционным пультом, переносной ноутбук Samsung R 510
Зал лёгкой атлетики № 108, учебный корпус №2, пл. Юбилейная д.4, к.2	Перечень основного оборудования: зона приземления 3,0×6,0×0,6 м (6 кубов) для прыжков в высоту – 1 комплект защитный чехол – 1 шт. стойка для прыжков в высоту соревновательная – 1 пара колодка стартовая соревновательная (переносная) - 6 шт. барьеры соревновательные -7 шт. барьеры тренировочные -10 шт.

	мат гимнастический – 6 шт. планка для прыжков высоту – 1 шт. круг для толкания ядра разборный – 1 шт. упор для ног для толкания ядра (съёмный) – 1 шт. штанга 90 кг Ø50 11400 – 1 шт. стойка для штанги встроенная – 2 шт.
Электронный читальный зал* библиотеки здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	11 посадочных мест, ученические столы – 11, ученические стулья – 11, персональные компьютеры ТОНК 1507 – 11 штук, мониторы Samsung 710N – 11 штук

**Помещения для самостоятельной работы*

9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине

9.1. Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия
3 семестр			
1	Тема 1.1. Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
2	Тема 1.2. Планирование физкультурно-спортивной работы.	Ноутбук, проектор	4 часа, лекция
3	Тема 1.3. Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
4	Тема 1.4. Организация и проведение спортивных соревнований	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
5	Тема 1.5. Реализация физкультурно-спортивной работы с различными категориями населения в рамках «массового спорта»	Ноутбук, проектор	10 часов, лекция
6	Тема 1.6. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
7	Тема 1.7. Оценка результативности физкультурно-спортивной работы	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
8	Тема 1.1. Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	4 часа, практическое занятие
9	Тема 1.2. Планирование физкультурно-спортивной работы.	Специальное оборудованная лекционная аудитория с	4 часа, практическое занятие

		мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	
10	Тема 1.3. Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	4 часа, практическое занятие
11	Тема 1.4. Организация и проведение спортивных соревнований	Специализированный зал с оборудованием и инвентарем по видам многоборья и/или тестов	6 часов, практическое занятие
12	Тема 1.5. Реализация физкультурно-спортивной работы с различными категориями населения в рамках «массового спорта»	Специализированный зал с оборудованием и инвентарем по видам многоборья и/или тестов	10 часов, практическое занятие
13	Тема 1.6. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта <i>Контрольная работа №1 по теме: «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»</i>	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	4 часа, практическое занятие
14	Тема 1.7. Оценка результативности физкультурно-спортивной работы	Специализированный зал с оборудованием и инвентарем по видам многоборья и/или тестов	4 часа, практическое занятие
4 семестр			
15	Тема 2.1. Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
16	Тема 2.2. Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодежи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
17	Тема 3.1. Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
18	Тема 3.2. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил.	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
19	Тема 3.3. Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция

20	Тема 4.1. Виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Ноутбук, проектор	4 часа, лекция
21	Тема 4.2. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
22	Тема 2.1. Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи <i>Контрольная работа №2 по теме: «Организация и проведение физкультурных мероприятий в сфере молодежной политики» (приложение 1)</i>	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	8 часов, практическое занятие
23	Тема 2.2. Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков, молодежи, в том числе в детских оздоровительных и специализированных (профильных) лагерях	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	6 часов, практическое занятие
24	Тема 3.1. Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	6 часов, практическое занятие
25	Тема 3.2. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил. <i>Контрольная работа №3 по теме «Проведение работы по предотвращению применения допинга» (приложение 1)</i>	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	6 часов, практическое занятие
26	Тема 3.3. Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга	Специальное оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.	6 часов, практическое занятие
27	Тема 4.1. Виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Специализированный зал с оборудованием и инвентарем по видам многоборья и/или тестов	8 часов, практическое занятие
28	Тема 4.2. Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю <i>Контрольная работа №4 по теме «Техника</i>	Специализированный зал с оборудованием и инвентарем по видам многоборья	6 часов, практическое занятие

	<i>безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю» (приложение 1)</i>	и/или тестов	
--	--	--------------	--

Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №1

по дисциплине «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Тема: Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы

Вариант 1

1. Какой из перечисленных принципов является основополагающим при планировании физкультурно-спортивной работы?

- а) Принцип концентрированного обучения
- б) Принцип систематичности и последовательности
- в) Принцип соревновательности
- г) Принцип индивидуального подхода

2. Документ, определяющий основное содержание, направленность и объем учебного материала на длительный период (например, учебный год), — это:

- а) План-конспект занятия
- б) Рабочая программа
- в) Календарный план
- г) График учебного процесса

3. Что является исходным документом для составления рабочей программы по физической культуре в общеобразовательной школе?

- а) Рекомендации администрации школы
- б) Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) и примерная образовательная программа
- в) Желания учащихся
- г) Спортивные достижения школы

4. Основной формой планирования учебного процесса в спортивной тренировке является:

- а) План-схема годичного цикла
- б) Тренировочный дневник спортсмена
- в) Тренировочное задание
- г) План проведения соревнований

5. Какой из документов является формой перспективного планирования для спортсмена высокой квалификации?

- а) Журнал учета работы секции
- б) Индивидуальный план подготовки на олимпийский цикл
- в) Протокол соревнований
- г) Заявка на участие в соревнованиях

6. Что из перечисленного в первую очередь необходимо учитывать при планировании работы спортивной секции для детей?

- а) Современные мировые тенденции в спорте высших достижений
- б) Возрастные особенности и уровень физической подготовленности занимающихся
- в) Материальные интересы тренера
- г) Расписание работы спортзала

7. Документ, определяющий порядок проведения соревнований, права и обязанности участников, регламент и условия определения победителей, — это:

- а) Календарный план.
- б) Положение о соревнованиях.
- в) Протокол соревнований.
- г) Смета расходов.

8. Какой метод проведения соревнований предполагает выбывание участника/команды после первого проигрыша?

- а) Круговой.
- б) Смешанный.
- в) Олимпийская система (с выбыванием).
- г) По нормативам.

9. Волонтерство в спорте – это:

- а) Вид оплачиваемой деятельности в спортивных клубах.
- б) Добровольная безвозмездная деятельность на благо общества в спортивной сфере.
- в) Обязательная практика для студентов физкультурных вузов.
- г) Деятельность, направленная только на поддержку профессиональных спортсменов.

10. К основным мотивам волонтерской деятельности НЕ относится:

- а) Желание помочь другим и обществу.
- б) Получение нового опыта и навыков.
- в) Возможность посмотреть соревнования "изнутри".
- г) Гарантированное трудоустройство после мероприятия.

Вариант 2

1. Какая из перечисленных форм планирования является оперативной (текущей) и составляется на каждое конкретное занятие?

- а) Перспективный план
- б) Тематический план
- г) Поурочный план-конспект
- г) Годовой календарный план

2. К какому виду планирования относится документ, в котором фиксируются контрольные нормативы и сроки их сдачи?

- а) План массовых мероприятий
- б) План учебной работы (расписание)
- в) График контроля
- г) Перспективный план подготовки спортсмена

3. План физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в учреждении (школе, вузе) на год — это:

- а) Учебный план
- б) Календарный план спортивных мероприятий
- в) Расписание занятий секций
- г) План работы методического объединения

4. При планировании спортивной тренировки выделяют несколько видов подготовки. Укажите, какой из них не относится к основным:

- а) Техническая
- б) Тактическая
- в) Психологическая
- г) Судейская
- д) Физическая

5. Комиссия, отвечающая за беспристрастное судейство и разрешение спорных ситуаций в ходе соревнований, называется:

- а) Мандатная комиссия.
- б) Главная судейская коллегия (ГСК).
- в) Апелляционное жюри.
- г) Комиссия по допуску.

6. Основной документ, в который вносятся результаты состязаний каждого участника и на основании которого определяются итоговые места, — это:

- а) Сводная таблица.
- б) Протокол соревнований.
- в) Заявка команды.
- г) График соревнований.

7. При круговом методе проведения соревнований команды играют:

- а) До первого поражения.
- б) Со всеми остальными участниками своей группы.
- в) Только с командами своего уровня.
- г) По усмотрению судей.

8. Как называется комиссия, которая проверяет документы участников и дает официальный допуск к соревнованиям?

- а) Судейская коллегия.
- б) Мандатная комиссия.
- в) Техническая комиссия.
- г) Врачебно-медицинская комиссия.

9. Какие качества наиболее важны для спортивного волонтера? (Выберите 3-4 варианта)

- а) Коммуникабельность.
- б) Стрессоустойчивость.
- в) Ответственность и надёжность.
- г) Знание всех спортивных правил.
- д) Готовность работать в команде.
- е) Ориентированность на помощь.

10. Установите соответствие между направлением работы волонтера и его функциями:

Направление работы	Функция
1. Аккредитация	А. Встреча и размещение гостей, ответы на вопросы, навигация.
2. Работа со зрителями	Б. Помощь в организации церемоний награждения, работа с призёрами.
3. Протокол	В. Регистрация участников, выдача стартовых пакетов, идентификационных браслетов.
4. Транспорт	Г. Помощь в логистике гостей и участников, встреча в аэропортах.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №2

по дисциплине «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Тема: Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий в сфере молодежной политики

Вариант 1

1. Выберите один или несколько правильных ответов. Патриотическое воспитание в рамках физкультурных мероприятий – это:

- а) Формирование гордости за спортивные достижения страны.
- б) Изучение военной истории через спортивные эстафеты.
- в) Развитие физических качеств, необходимых для службы в армии.
- г) Воспитание готовности к защите Отечества и уважения к его символике, традициям, героям.
- д) Проведение исключительно соревнований по военно-прикладным видам спорта.

2. Установите соответствие между типом мероприятия и его воспитательной задачей:

Тип мероприятия	Воспитательная задача
1. Туристический поход по местам боевой славы	А. Формирование межнационального согласия и уважения к культурам народов России
2. Спартакиада допризывной молодежи	Б. Воспитание личной ответственности и коллективизма
3. "Весёлые старты" с элементами народных игр	В. Углубление знаний об истории родного края, связи поколений
4. Эстафета, посвященная Дню Победы	Г. Формирование положительного отношения к военной службе

3. Вы разрабатываете сценарий спортивного праздника ко Дню защитника Отечества для студентов колледжа. Выберите из списка три наиболее эффективных, на ваш взгляд, элемента, и расставьте их в логической последовательности (открытие -> основная часть -> завершение):

- Торжественное поднятие флага под гимн РФ.
- Мастер-класс от ветерана спорта.
- Эстафета с элементами военно-прикладных навыков (переноска "раненого", надевание ОЗК).
- Викторина на знание истории российского спорта.
- Награждение победителей у тематической фотозоны "Герои нашего времени".
- Командная игра "Лазертаг".

4. Ситуационная задача. В школе планируется "Зарница". Часть девочек отказываются участвовать, считая это "мальчишечьей" игрой. Ваши действия как организатора для вовлечения всех учащихся? (Не более 3-х предложений)

5. Ключевыми партнерами в организации мероприятий патриотической направленности (помимо образовательной организации) являются:

- а) Родительский комитет, спортивные федерации, совет ветеранов.
- б) Торгово-развлекательные центры, сети фастфуда.
- в) Военкомат, региональное отделение ДОСААФ, краеведческий музей.
- г) Верны варианты а) и в).

6. Основная цель физкультурных мероприятий в детском оздоровительном лагере – это: (выберите один правильный ответ).

- а) Достижение спортивных результатов.
- б) Укрепление здоровья, физическое развитие и организация содержательного досуга.
- в) Жесткая спортивная подготовка по выбранному виду спорта.
- г) Выявление талантливых спортсменов для передачи в спортивные школы.

7. К какому виду мероприятий относится «Спартакиада лагеря», включающая соревнования по нескольким видам спорта в течение всей смены? (выберите один правильный ответ).

- а) Разовые мероприятия.
- б) Цикловые (туровые) мероприятия.
- в) Массовые игровые программы.
- г) Учебно-тренировочные занятия.

8. Какие документы необходимо разработать и утвердить для проведения официального спортивного соревнования в лагере (например, по футболу)? Выберите 3 варианта.

- а) Положение о соревнованиях.
- б) Смету расходов.
- в) Сценарий торжественного открытия и награждения.
- г) Протоколы соревнований (заготовленные бланки).
- д) Инструкцию по технике безопасности.
- е) Личные дневники участников.

9. Какие факторы должны быть учтены при планировании времени проведения физкультурного мероприятия на открытом воздухе в летнем лагере? Выберите 3 варианта.

- а) Температура воздуха и солнечная активность (избегать периода с 12 до 16 часов).
- б) Расписание работы медпункта.
- в) График приёма пищи (нельзя проводить сразу после еды).
- г) Личные планы начальника лагеря.
- д) Наличие в лагере профессионального спортивного судьи.
- е) Погодные условия.

10. Опишите в 2-3 предложениях, как через обычную эстафету "Веселые старты" можно решить задачу гражданского воспитания (формирование правовой культуры, толерантности, гражданской ответственности).

Вариант 2

1. Открытый вопрос. Назовите три символических элемента (атрибута, ритуала), которые можно использовать на физкультурном мероприятии патриотической направленности, и поясните их воспитательный смысл.

Пример: 1) _____, смысл: _____. 2) _____, смысл: _____. 3) _____, смысл: _____.

2. К организационным принципам патриотически ориентированных физкультурных мероприятий НЕ относится:

- а) Добровольность и доступность.
- б) Обязательное участие представителей военкомата.
- в) Сочетание соревновательного духа и товарищества.
- г) Связь с историческими датами и героическими примерами.
- д) Наглядность и эмоциональная насыщенность.

3.Открытый вопрос. Почему туристско-краеведческая деятельность (походы, сплавы, экспедиции) считается мощным средством гражданско-патриотического воспитания? Назовите не менее двух причин.

4. При отборе содержания эстафет для младших школьников в рамках "Недели патриота" важно:

- а) Делать акцент на сложные силовые задания.
- б) Использовать образы сказочных богатырей и героев.
- в) Связать задания с историей Великой Отечественной войны в деталях.
- г) Минимизировать игровую составляющую для серьезности восприятия.

5. Показателем эффективности мероприятия в аспекте патриотического воспитания является:

- а) Количество набранных баллов или установленных рекордов.
- б) Положительные отзывы участников в соцсетях.
- в) Повышение интереса к истории страны, участие в волонтерских акциях, осознанное желание служить Отечеству (на основе анкетирования, наблюдений).
- г) Отсутствие травм во время проведения.

6.Принцип, требующий учета возрастных, половых и индивидуальных особенностей участников при подготовке мероприятия, называется: (выберите один правильный ответ).

- а) Принцип наглядности.
- б) Принцип доступности и индивидуализации.
- в) Принцип соревновательности.
- г) Принцип оздоровительной направленности.

7.Что является обязательным этапом подготовки любого физкультурно-массового мероприятия? (выберите один правильный ответ).

- а) Разработка сценария или положения.
- б) Приглашение знаменитых спортсменов.
- в) Заказ дорогостоящего инвентаря.
- г) Обязательное медицинское освидетельствование всех зрителей.

8. Установите соответствие между видом мероприятия и его основной задачей:

Вид мероприятия	Задача
1. Туристический поход	А. Сплочение коллектива, развитие смекалки и творчества в нестандартной обстановке.
2. Тематический спортивный праздник («Олимпийский день»)	Б. Обучение жизненно важным навыкам, воспитание самостоятельности, любви к природе.
3. Мастер-класс по новому виду активности (фризби, петанк)	В. Повышение эмоциональности, вовлечение в тему, популяризация спорта.
4. Командная веревочная игра (Team Building)	Г. Расширение двигательного опыта, знакомство с новыми формами активного отдыха.
Ответ: 1- ; 2- ; 3- ; 4- .	

9. Верно/Неверно. Соревнования «Готов к труду и обороне» (ГТО) являются ключевым механизмом связи физического воспитания с гражданско-патриотическим.

10. Какие документы необходимо разработать и утвердить для проведения официального спортивного соревнования в лагере (например, по футболу)?

Выберите 3 варианта.

- а) Положение о соревнованиях.
- б) Смету расходов.
- в) Сценарий торжественного открытия и награждения.
- г) Протоколы соревнований (заготовленные бланки).
- д) Инструкцию по технике безопасности.
- е) Личные дневники участников

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №3

по дисциплине «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Тема: Проведение работы по предотвращению применения допинга

Вариант 1

1. Современное юридическое определение допинга в спорте базируется, в первую очередь, на:

- а) Вреде здоровью спортсмена.
- б) Нарушении принципа честной игры (спортивного духа).
- в) Наличии вещества в специальном запрещённом списке (WADA).
- г) Использовании любых искусственных стимуляторов.

2. Исторический пример использования стимулирующих веществ в древности:

- а) Античные олимпийцы употребляли экстракт грибов спорыньи.
- б) Гладиаторы и колесничие в Древнем Риме использовали стимуляторы на основе растений для снижения усталости.
- в) Викинги перед боем принимали синтетические амфетамины.
- г) В Древней Греции допинг был официально запрещён Олимпийским комитетом.

3. Какой вид допинга связан с увеличением мышечной массы и силы, но ведёт к агрессии, поражению печени и сердечно-сосудистой системы?

- а) Стимуляторы (амфетамины, кокаин).
- б) Анаболические андрогенные стероиды.
- в) Диуретики.
- г) Пептидные гормоны (ЭПО, гормон роста).

4. Ключевое событие, положившее начало современной глобальной системе борьбы с допингом:

- а) Смерть велосипедиста Тома Симпсона на Тур де Франс (1967 г.).
- б) Развал СССР и конец "холодной войны".
- в) Создание Всемирного антидопингового агентства (WADA) в 1999 году.
- г) Дисквалификация Бена Джонсона на Олимпиаде в Сеуле (1988 г.).

5. Какое из перечисленных последствий применения допинга относится к социальным последствиям для спорта как института?

- а) Развитие лекарственного гепатита у спортсмена.
- б) Утрата доверия зрителей к честности спортивных результатов.
- в) Повышение артериального давления.
- г) Возникновение психологической зависимости.

Часть Б. Вопросы на соответствие.

6. Установите соответствие между видом допинга и его основным предназначением/эффектом:

Вид допинга:

1. Стимуляторы
2. Анаболические стероиды
3. Диуретики
4. Эритропоэтин (ЭПО)

Эффект:

- А) Ускорение вывода жидкости и маскировка других допинговых веществ.
- Б) Повышение агрессивности, снижение утомляемости, усиление концентрации.
- В) Увеличение количества красных кровяных телец и выносливости.
- Г) Стимуляция синтеза белка и рост мышечной ткани.

7. Установите соответствие между историческим периодом/событием и его характеристикой в контексте допинга:

Период/Событие:

1. Античность и Средневековье
2. Конец XIX - первая половина XX века
3. 1960-1980-е годы ("Холодная война")
4. Начало 2000-х годов

Характеристика:

- А) Систематическое государственное использование допинга в рамках противостояния политических систем ("допинговая гонка").
- Б) Создание WADA и принятие Всемирного антидопингового кодекса.
- В) Использование природных стимуляторов (алкалоиды, алкоголь, грибы) без формальных запретов.
- Г) Появление синтетических препаратов (амфетамины), первые случаи смертей и создание медицинских комиссий МОК.

8. Объясните, почему в современном спорте борьба с допингом институционализирована (стала системой с правилами, организациями, санкциями), в отличие от древних времен. Укажите не менее трех причин.

9. Назовите и кратко охарактеризуйте основные группы допинговых веществ/методов согласно классификации WADA (запрещённый список). Укажите не менее четырех групп и цель их применения.

10. Если запрещенное вещество поступило в организм из-за употребления загрязненного продукта, и спортсмен доказал отсутствие значимой вины или неосторожности, дисквалификация:

- а) Не назначается
- б) Может быть отменена, но спортивный результат, показанный в этот период, все равно аннулируется
- в) Составляет стандартный срок в 4 года
- г) Составляет 1 год

Вариант 2**I. Виды антидопингового контроля**

1. Какой вид контроля проводится по графику, с предварительным уведомлением спортсмена?

- а) Внесоревновательный
- б) Соревновательный
- в) Целевой

г) Внеплановый

2. Какой вид контроля является наиболее неожиданным для спортсмена и проводится в течение всего года, в любом месте, без предупреждения?

а) Соревновательный

б) Внесоревновательный

в) Образовательный

г) Плановый

3. Целевой контроль направлен в первую очередь на:

а) Всех спортсменов сборной команды

б) Конкретных спортсменов, подозреваемых в нарушении правил (из-за аномальных паспортных данных, информации от допинг-офицеров и т.д.)

в) Только чемпионов предыдущих соревнований

г) Молодых спортсменов

II. Этапы процедуры контроля (допинг-тестирования)

4. Первым официальным этапом процедуры контроля после уведомления спортсмена является:

а) Сдача крови

б) Предъявление удостоверения личности и заполнение бланка уведомления

в) Непосредственно сбор пробы мочи

г) Выбор емкости для сбора пробы

5. Спортсмен имеет право во время процедуры сбора пробы:

а) Отказаться от присутствия сопровождающего лица

б) Потребовать, чтобы сопровождающее лицо его/ее пола присутствовало при сдаче мочи

в) Самостоятельно упаковать пробы, без участия допинг-офицера

г) Взять пробу домой для сдачи в лабораторию

6. Процедура сбора пробы считается завершенной после:

а) Выхода спортсмена из допинг-станции

б) Отправки пробы в лабораторию

в) Тщательной упаковки проб (А и В) в специальные контейнеры, их опечатывания и подписания протокола самим спортсменом

г) Получения спортсменом копии протокола

7. Проба «В» хранится для:

а) Повторного анализа в той же лаборатории

б) Конфирмационного анализа в случае положительного результата пробы «А», по запросу спортсмена

в) Длительного хранения в архиве

г) Анализа через несколько лет

III. Наказания за нарушение антидопинговых правил

8. Какое наказание является стандартным для первого нарушения, если не применяются смягчающие обстоятельства?

а) Штраф и публичное извинение

б) Дисквалификация на 4 года

в) Предупреждение

г) Пожизненная дисквалификация

9. Срок дисквалификации может быть сокращен до 2 лет, если спортсмен докажет:

а) Что он не знал о запрещенном препарате

б) Что это помогло ему улучшить результаты

в) Что нарушение было непреднамеренным (неосторожность) и не связано с повышенной виной

г) Что препарат был назначен врачом, не входящим в его команду

10. В каком случае срок дисквалификации может быть сокращен значительно (вплоть до нескольких месяцев)?

- а) Если спортсмен является несовершеннолетним
- б) Если спортсмен предоставит существенную помощь в раскрытии или доказательстве другого нарушения антидопинговых правил
- в) Если спортсмен добровольно откажется от соревнований на год
- г) Если нарушение произошло во внесоревновательный период

11. Помимо дисквалификации, к спортсмену, нарушившему правила, могут применяться следующие санкции:

- а) Аннулирование всех результатов, достигнутых с момента положительной пробы (включая медали, очки, призы)
- б) Пожизненный запрет на занятие любым видом спорта
- в) Уголовная ответственность во всех странах
- г) Обязательное лечение от зависимости

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №4

по дисциплине «Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Тема: Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом
Вариант 1.

1. Какое сооружение предназначено для проведения конькобежных видов спорта?

- а) Хоккейная коробка
- б) Ледовый дворец
- в) Каток с искусственным льдом
- г) Верны оба варианта б) и в)

Правильный ответ: г

2. Гимнастическое снарядное упражнение выполняется...

- а) На игровых площадках
- б) В спортивных залах, на специальных снарядах (брусья, конь, бревно и т.д.)
- в) На открытом воздухе на турниках
- г) В бассейне

Правильный ответ: б

3. Что из перечисленного является самым массовым и доступным местом для занятий физической культурой?

- а) Фитнес-клуб
- б) Стадион
- в) Школьный спортивный зал
- г) Дворовая спортивная площадка

Правильный ответ: г

4. Чем отличается «спортивный зал» от «физкультурно-оздоровительного комплекса» (ФОК)?

- а) Ничем, это синонимы.
- б) ФОК — более масштабное сооружение, обычно включающее несколько залов, бассейн, тренажерные залы.
- в) Спортивный зал всегда крупнее.
- г) В ФОКе нельзя проводить соревнования.

Правильный ответ: б

5. Для какого вида спорта необходимо сооружение с дорожкой овальной формы и виражами?

- а) Легкая атлетика (крытый манеж)
- б) Велоспорт (велотрек)

в) Конькобежный спорт

г) Верны все варианты

Правильный ответ: г

6. Что из перечисленного входит в стандартную инфраструктуру современного стадиона?

а) Футбольное поле и беговые дорожки

б) Трибуны для зрителей

в) Раздевалки, пресс-центр, освещение

г) Все перечисленное

Правильный ответ: г

7. Как называется многофункциональное крытое сооружение, предназначенное в первую очередь для проведения матчей по баскетболу, волейболу, гандболу, концертов?

а) Манеж

б) Дворец спорта (Арена)

в) Учебно-спортивный комплекс

г) Тренажерный зал

Правильный ответ: б

8. Что такое «скейт-парк»?

а) Парк для прогулок

б) Специально оборудованная площадка с препятствиями (рампы, перила, фанбоксы) для катания на скейтборде, роликах, ВМХ.

в) Стадион для экстремальных видов спорта

г) Трасса для мотокросса

Правильный ответ: б

9. Как называется зона вокруг игрового поля, необходимая для безопасности спортсменов (например, в волейболе, баскетболе)?

а) Запасная площадь

б) Зона свободного удара

в) Зона безопасности (свободная зона)

г) Техническая зона

Правильный ответ: в

10. Что НЕ является обязательным требованием к месту для проведения занятий физической культурой?

а) Безопасность (отсутствие травмоопасных предметов, амортизирующее покрытие)

б) Соответствие санитарно-гигиеническим нормам (чистота, вентиляция)

в) Наличие современного медиа-экрана для зрителей

г) Достаточная освещенность и размеры, соответствующие нормам

Правильный ответ: в

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №4 по дисциплине ««Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы»

Тема: Спортивные сооружения и места занятий физической культурой и спортом
Вариант 2.

1. Что из перечисленного НЕ является типом спортивного сооружения по основному назначению?

а) Тренировочное

б) Демонстрационное (зрелищное)

в) Спортивно-развлекательное

г) **Физкультурно-оздоровительное**

д) Универсальное

2. Как называется плоскостное спортивное сооружение без трибун для зрителей, предназначенное в первую очередь для тренировок?

а) Стадион

б) Спортивная площадка (или поле)

в) Манеж

г) Дворец спорта

3. Крытое спортивное сооружение для легкоатлетических метаний, прыжков и бега по кругу обычно называется:

а) Стадион

б) Легкоатлетический манеж

в) Фитнес-клуб

г) Учебно-спортивный комплекс

4. Основное отличие «стадиона» от «арены» заключается в:

а) Виде спорта

б) Наличии и вместимости трибун для зрителей (Арена, как правило, крытая и с меньшей вместимостью)

в) Размёре поля

г) Количестве раздевалок

5. Что характерно для универсальных спортивных сооружений?

а) Они предназначены только для одного вида спорта

б) Они не имеют трибун

в) Их конструкция и оборудование позволяют быстро трансформироваться для проведения соревнований по разным видам спорта

г) Они расположены только на открытом воздухе

6. Какой параметр является КЛЮЧЕВЫМ при классификации стадионов и дворцов спорта?

а) Цвет оформления

б) Вместимость зрительских трибун

в) Количество входных дверей

г) Год постройки

7. Что из перечисленного является характерной чертой специализированного спортивного сооружения (например, велодрома, лыжероллерной трассы)?

а) Возможность проведения футбольных матчей

б) Наличие уникального оборудования или покрытия, адаптированного под конкретный вид спорта

в) Отсутствие зрительских мест

г) Круглогодичное использование без подготовки

8. Что означает характеристика «трансформируемая арена»?

а) Арена может перемещаться в другой город

б) Часть трибун или игровое поле могут менять конфигурацию для разных видов спорта или мероприятий (концертов)

в) Стены арены сделаны из мягких материалов

г) Крыша арены может полностью убираться

9. Какое сооружение можно считать примером успешной адаптации под маломобильные группы населения?

а) Сооружение с самой высокой трибуной

б) Сооружение с лифтами, пандусами, специальными местами на трибунах, тактильной навигацией

в) Сооружение с самыми дешевыми билетами

г) Сооружение, куда нет доступа детям

10. Каков главный тренд в проектировании современных спортивных сооружений (помимо вместимости)?

- а) Отказ от использования стекла и металла
- б) Строительство только временных конструкций
- в) **Многофункциональность, энергоэффективность, интеграция в городскую среду, «умные» технологии (Smart Venue)**
- г) Увеличение количества этажей под трибунами

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптируется при необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) или инвалидностью и дополняется нижеследующими особенностями при ее освоении такими обучающимися. Используются следующие образовательные технологии с учетом их адаптации для лиц с ОВЗ или инвалидностью:

Образовательные технологии	Цель	Адаптированные методы
Проблемное обучение	Развитие познавательной способности, активности, творческой самостоятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Поисковые методы, постановка познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей лиц с ОВЗ или инвалидностью
Концентрированное обучение	Создание блочной структуры учебного процесса, наиболее отвечающей особенностям здоровья лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы, учитывающие динамику и уровень работоспособности лиц с ОВЗ или инвалидностью
Модульное обучение	Гибкость обучения, его приспособление к индивидуальным потребностям лиц с ОВЗ или инвалидностью	Индивидуальные методы обучения: индивидуальный темп и график обучения с учетом уровня базовой подготовки лиц с ОВЗ или инвалидностью
Дифференцированное обучение	Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных интересов и способностей лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы индивидуального личностно-ориентированного обучения с учетом ОВЗ и личностных психолого-физиологических особенностей
Развивающее обучение	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Вовлечение обучающихся с ОВЗ и инвалидов в различные виды деятельности, развитие сохранных возможностей
Социально-активное, интерактивное обучение	Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы социально-активного обучения, игровые методы с учетом социального опыта лиц с ОВЗ или инвалидностью
Рефлексивное обучение, развитие критического мышления	Интерактивное вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в групповой	Интерактивные методы обучения, вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в

	образовательный процесс	различные виды деятельности, создание рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей
--	-------------------------	---

Имеется возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, в учебные помещения и другие помещения ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (на первые этажи) (имеются пандусы, поручни, расширенные дверные проёмы) по адресам:

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корп. 2;

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корпус 1;

Имеется возможность их пребывания в указанных помещениях. Лифтов нет. Аудитории для проведения учебных занятий с такими обучающимися располагаются на первых этажах.

Образовательные технологии применяются как с использованием универсальных, так и специальных информационных и коммуникационных средств, в зависимости от вида и характера ограниченных возможностей здоровья или инвалидностью обучающихся.

На уровне специальных приемов, используемых при обучении лиц с ОВЗ и инвалидностью используются следующие: 1) приемы, обеспечивающие доступность учебной информации (рельефное письмо и осязательное чтение для обучающихся с нарушениями зрения, жестовая речь для обучающихся с нарушениями слуха, дозированность учебной нагрузки и др.); 2) специальные приемы организации обучения (алгоритмизация учебной деятельности с учетом особенностей нарушения, специфика структурного построения занятий, и др.). 3) логические приемы переработки учебной информации (конкретизация, установление аналогий по образцам, обобщение по доступным признакам изучаемых объектов и явлений и др.); 4) приемы использования технических средств, специальных приборов и оборудования (технические средства по перекодированию зрительной и слуховой информации в доступные для сохраненных анализаторов сигналы, использование приборов, усиливающих зрительную, тактильную, слуховую и др. информацию).

Проводится дополнительная индивидуальная работа с преподавателем (индивидуальные консультации), работа с лекционным и дополнительным материалом, беседа, морально-эмоциональная поддержка и стимулирование, индивидуальная учебная работа, то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, или им требуется проведение индивидуальной учебно-воспитательной работы.

Обучающимся осуществляется самостоятельная работа: работа с книгой и другими источниками информации, план-конспекты, реферативные (воспроизводящие), реконструктивно-вариативные, эвристические, творческие самостоятельные работы, проектные работы, он-лайн технологии сети «Интернет».

Конкретные формы и виды контактной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью устанавливаются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося или, при возможности, для нескольких обучающихся. Выбор форм и видов контактной и самостоятельной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, на компьютере или с использованием иной техники, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

К реализации дисциплины (модуля), в том числе при процедуре оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с запросами обучающихся) привлекаются услуги ассистентов, сурдопереводчиков¹, специалистов² по специальным техническим и программным средствам обучения.

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для слабовидящих обучающихся предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях выбирается место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

Дополнительное учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля):

- библиотечный фонд помимо учебной литературы включает справочно-библиографические и периодические издания в соответствии с перечнем указанным в рабочей программе дисциплины (модуля);

- обеспечивается доступ к ним обучающихся с ОВЗ и инвалидов с использованием специальных технических средств.

Дополнительное материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)³:

- Аппаратно-программный комплекс «Читающая машина» для лиц с нарушениями зрения;

- Увеличивающее телевизионное устройство для слабовидящих ElecGeste EM-302 для лиц с нарушениями зрения;

- использование звукоусиливающей аппаратуры для лиц с нарушениями слуха.

Использование оценочных средств для определения уровня сформированности компетенций обучающихся с ОВЗ и инвалидов проводится с учетом индивидуальных особенностей восприятия, переработки материала, выполнения заданий. Материалы оценочных средств при необходимости представляются обучающимся в печатном и (или) электронном, и (или) аудиоформате, т.е. в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

¹ ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» заключён договор № б/н от 01.12.2017 года на оказание, в случае необходимости, услуг сурдопереводчика

² Приказом ректора № 201 от 25.10.2016 назначены ответственные за оказание технической помощи по каждому конкретному адресу (по каждому зданию)

³ 3 октября 2018 года заключено соглашение о сотрудничестве между ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», утвержденным в качестве образовательной организации высшего образования, подведомственной Министерству спорта Российской Федерации, на базе которой создан Ресурсный учебно-методический центр (РУМЦ) по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, и ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». На основании пункта 3.1.4. этого соглашения о сотрудничестве РУМЦ предоставляет во временное пользование образовательной организации высшего образования технические средства обучения и оборудование Центра коллективного пользования для обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Текущий контроль результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий семинарского типа, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствия формы действия данному этапу усвоения учебного материала, что позволяет своевременно выявить затруднения и отставание обучающихся с ОВЗ и инвалидов и внести коррективы в учебный процесс. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку или выполнение заданий.

Формы проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов, при необходимости предоставляется техническая помощь.

Тексты/конспекты лекций

Лекция №1 Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ

Содержание

- 1. Законодательная база (Высший уровень)**
- 2. Нормативные правовые акты федеральных органов власти**
- 3. Методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы**
- 4. Региональный и муниципальный уровень нормативно-методического обеспечения физкультурно-спортивной работы**
- 5. Документы спортивных федераций и организаций**

Нормативно-методическое обеспечение физкультурно-спортивной работы в РФ представляет собой многоуровневую систему документов, регулирующих и направляющих деятельность в этой сфере. Его можно структурировать следующим образом:

1. Законодательная база (Высший уровень)

Основу составляют федеральные законы и стратегические документы:

Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" — основополагающий документ. Определяет права и обязанности субъектов спортивной деятельности, принципы государственной политики, полномочия органов власти, систему спортивных соревнований, антидопинговое обеспечение и многое другое.

Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ). Задаёт цели, задачи, целевые показатели и основные направления развития отрасли.

Федеральные целевые программы (например, бывшая программа "Развитие физической культуры и спорта"), которые конкретизируют финансирование и мероприятия для достижения стратегических целей.

Смежное законодательство: Трудовой кодекс (для работников отрасли), Налоговый кодекс (для спортивных организаций), законы об образовании (для школьного и студенческого спорта), о местном самоуправлении и др.

2. Нормативные правовые акты федеральных органов власти

Это подзаконные акты, развивающие положения закона:

Указы и Распоряжения Президента РФ: Задают приоритеты (например, развитие ГТО, студенческого спорта, спорта высших достижений).

Постановления и Распоряжения Правительства РФ: Утверждают конкретные правила, положения, стандарты (например, Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО), правила предоставления субсидий, типовые положения о спортивных школах).

Приказы и методические письма Министерства спорта РФ (Минспорта России) — ключевой отраслевой регулятор. Они носят наиболее конкретный и практико-ориентированный характер:

Федеральные стандарты спортивной подготовки по каждому виду спорта — определяют минимальные требования к содержанию, условиям и результатам подготовки в спортивных школах.

Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК) — устанавливает спортивные звания и разряды, нормы и требования для их присвоения.

Правила видов спорта, признанные на территории РФ.

Нормативы обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием.

Положения о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях.

Требования к безопасности при проведении физкультурных и спортивных мероприятий.

3. Методическое обеспечение

Это документы рекомендательного характера, разъясняющие и детализирующие, *как именно* выполнять нормативные требования:

Методические рекомендации Минспорта России и подведомственных организаций (например, ФГБУ "Федеральный центр подготовки спортивного резерва"): по организации спортивного отбора, построению тренировочного процесса, медико-биологическому сопровождению, организации работы спортивных школ в новых условиях и т.д.

Примерные программы спортивной подготовки по видам спорта (разрабатываются на основе федеральных стандартов).

Образовательные программы в области ФКиС (для вузов и колледжей).

Методики тестирования и оценки выполнения нормативов ГТО.

Методическая литература, учебники, пособия, одобренные профильными ведомствами.

4. Региональный и муниципальный уровень

Субъекты РФ и муниципалитеты издают свои законы, программы и методические документы в рамках полномочий, делегированных федеральным законодательством:

Региональные законы о физкультуре и спорте.

Стратегии и программы развития спорта в регионе/городе.

Положения о спортивных школах, клубах, соревнованиях регионального уровня.

Финансирование и поддержка местных спортивных проектов.

5. Документы спортивных федераций и организаций

Общероссийские спортивные федерации (ОСФ) разрабатывают и утверждают:

Детализированные правила соревнований.

Календарные планы всероссийских соревнований.

Методические документы по развитию своего вида спорта (под контролем Минспорта).

Локальные нормативные акты конкретных учреждений: Уставы спортивных школ (СШОР, СШ), клубов, фитнес-центров; правила внутреннего распорядка; должностные инструкции тренеров; учебные программы, утвержденные непосредственно учреждением.

Ключевые направления, регулируемые этой системой:

Физкультурно-оздоровительная работа и развитие массового спорта (ГТО, спортивные клубы, мероприятия для населения).

Подготовка спортивного резерва (деятельность спортивных школ, центров подготовки).

Спорт высших достижений (подготовка сборных команд, обеспечение спортивных мероприятий высокого уровня).

Подготовка кадров (требования к образованию и квалификации тренеров, инструкторов).

Научное, медицинское и антидопинговое обеспечение.

Пропаганда физической культуры и спорта.

Строительство и эксплуатация спортивных сооружений (нормативы обеспеченности, требования безопасности).

Актуальные тренды и вызовы:

Цифровизация: Внедрение электронных систем учета (ЕИС "Спорт", АИС ГТО), онлайн-регистрация на мероприятия.

Повышение требований к безопасности (особенно после инцидентов в спортивных секциях).

Развитие студенческого и школьного спорта (лиги, соревнования).

Адаптация к международным стандартам (WADA, требования международных федераций).

Вывод: Нормативно-методическое обеспечение ФСР в РФ — это динамичная, иерархическая система, которая стремится охватить все уровни — от государственной политики до конкретных методик тренировок. Основная задача — создание правовых и организационных условий для развития массового спорта, оздоровления нации и достижения высоких спортивных результатов.

Лекция на тему: «Планирование физкультурно-спортивной работы» (2 часа)

СОЕДРЖАНИЕ

Общие основы планирования физкультурно-спортивной работы

Планирование физкультурно-спортивной работы в ДЮСШ

Планирование физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе

Планирование физкультурно-спортивной работы в детских оздоровительных и специализированных лагерях

Цель лекции: Раскрыть сущность, принципы, виды и технологию планирования физкультурно-спортивной работы в различных учреждениях.

1. Введение. Сущность и значение планирования.

Планирование — это начальный и ключевой этап управления в сфере физической культуры и спорта. Это процесс научного обоснования и разработки системы показателей, определяющих темпы, пропорции и тенденции развития физкультурно-спортивного процесса на предстоящий период.

Основные задачи планирования:

Повышение эффективности и качества учебно-тренировочного и воспитательного процесса.

Оптимальное распределение ресурсов (времени, материально-технической базы, кадров).

Определение последовательности и сроков достижения конкретных результатов.

Создание объективных критериев для контроля и оценки работы.

Обеспечение преемственности и системности в работе (от занятия к занятию, от этапа к этапу).

2. Основные принципы планирования.

Принцип научности: Планы должны основываться на данных современных научных исследований (физиологии, педагогики, психологии, теории спорта).

Принцип целеустремленности: Четкое определение целей (стратегических, этапных, оперативных) и подчинение им всего содержания плана.

Принцип реальности (достижимости): Учет объективных условий (состояние контингента, материальная база, климатические условия, сроки).

Принцип системности и преемственности: Каждый план является частью общей системы (перспективный → годичный → текущий → оперативный). Содержание предыдущего этапа логично вытекает в следующий.

Принцип конкретности: План должен отвечать на вопросы: Что? Где? Когда? Кто? В каком объеме?

Принцип гибкости: Возможность корректировки плана в связи с изменяющимися условиями (болезнь, результаты контроля и т.д.).

3. Виды планов и их иерархия.

Планирование строится по **принципу «от общего к частному»**, образуя пирамиду документов.

1. Перспективное планирование (стратегическое): Рассчитано на длительный срок (4-8 лет для спортивной подготовки, учебная программа на весь период обучения в школе/вузе).

Документ: Учебная программа, концепция развития спортивной школы.

Содержит: Общую цель, этапы, прогнозируемые результаты, основные направления работы.

2. Этапное планирование (цикловое): Планирование конкретного этапа (например, учебный год, полугодие, макроцикл в спорте).

Документ: Годичный план-график учебного процесса, план спортивно-массовых мероприятий на год.

Содержит: Распределение программного материала по периодам, календарь соревнований, контрольные нормативы.

3. Текущее планирование: Детализация этапного плана на более короткий срок (месяц, учебная четверть, мезоцикл).

Документ: Рабочий план на месяц/мезоцикл.

Содержит: Более подробную раскладку нагрузок, средств и методов по неделям.

4. Оперативное планирование: План на ближайшее время (неделя, одно занятие, соревнование).

Документы:

План-конспект отдельного занятия (урока, тренировки): Самая детальная форма. Содержит конкретные задачи, дозировку упражнений, организационно-методические указания.

План на день соревнований: Распорядок, разминка, тактическая установка.

Расписание занятий секций, работы зала.

4. Структура и содержание основных плановых документов (на примере тренировочного процесса).

А. Годичный план-график (для ДЮСШ, секции) включает:

Пояснительную записку (анализ предыдущего года, цели и задачи на новый цикл).

Характеристику контингента.

Учебный план (количество часов на каждый раздел подготовки: общая, специальная, теоретическая, контрольные испытания, соревнования).

Распределение программного материала по месяцам и неделям.

Календарный план соревнований и контрольных испытаний.

Примерные расчеты учебных часов.

Б. План-конспект занятия (урока, тренировки) — обязательные разделы:

Задачи занятия (обучающие, развивающие, воспитательные, оздоровительные).

Место, время, инвентарь.

Контингент (группа, возраст, уровень подготовки).

Структура и содержательная часть:

Подготовительная часть (разминка): Задачи, средства, дозировка, организационные указания.

Основная часть: Задачи на каждый блок упражнений, средства, методы, дозировка, особенности выполнения.

Заключительная часть: Задачи, средства для восстановления (упражнения на дыхание, расслабление), подведение итогов, домашнее задание.

Ожидаемые результаты и контроль.

5. Особенности планирования в различных сферах ФКиС.

В общеобразовательной школе: Ориентация на государственные образовательные стандарты (ФГОС). Планирование по четвертям. Акцент на освоение базовых умений и навыков, сдачу нормативов ГТО.

В учреждениях спортивной подготовки (ДЮСШ, СШОР): Жесткая связь с федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта. Цикличность (макро-, мезо-, микроциклы). Приоритет — спортивный результат.

В фитнес-клубах и оздоровительных центрах: Индивидуальное планирование для клиента на основе фитнес-тестирования. Планы персональных тренировок, групповых программ.

В организации массовых мероприятий: План-сценарий события с четким распределением обязанностей, таймингом, протоколами безопасности.

6. Ошибки в планировании.

Формальный подход, «списывание» старых планов.

Несоответствие плана реальным возможностям.

Отсутствие четких, измеримых задач.

Нарушение принципа постепенности увеличения нагрузок.

Неучет индивидуальных особенностей занимающихся.

Отсутствие связи между разными видами планов.

Заключение.

Качественное планирование — это залог целенаправленной, организованной и эффективной физкультурно-спортивной работы. Оно превращает деятельность из стихийной в управляемую, позволяет прогнозировать результат, экономить ресурсы и объективно оценивать достижения. Умение грамотно составить план — одна из ключевых компетенций специалиста в области физической культуры и спорта.

Рекомендуемые вопросы для самоконтроля / семинара:

Дайте определение планированию. В чем его основное значение?

Опишите иерархическую систему планов в спортивной подготовке.

Каковы обязательные разделы плана-конспекта учебно-тренировочного занятия?

В чем заключаются основные различия планирования работы в общеобразовательной школе и спортивной школе?

Проанализируйте возможные последствия нарушения принципа реальности при планировании.

планирование физкультурно-спортивной работы в детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ)

планирование физкультурно-спортивной работы в детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ) — это комплексный процесс, от которого напрямую зависят результаты, безопасность и мотивация юных спортсменов.

Вот подробный план, структурированный по ключевым компонентам. Этот план соответствует лучшим практикам и нормативным требованиям.

Основные принципы планирования в ДЮСШ:

Детоцентризм: Учет возрастных, психологических и физиологических особенностей.

Здоровьесбережение: «Не навреди» — приоритет здоровья над спортивным результатом.

Преемственность: От групп начальной подготовки (ГНП) до групп высшего спортивного мастерства (ГВСМ).

Индивидуализация: Учет потенциала и темпов развития каждого спортсмена.

Системность и цикличность: Планирование по циклам (урок, микроцикл, мезоцикл, макроцикл, многолетний).

Иерархия документов планирования

Уровень 1: Нормативно-программные документы

Федеральный стандарт спортивной подготовки (ФССП) по виду спорта — основополагающий документ. Задаёт:

Минимальные требования к содержанию, структуре, условиям реализации.

Нормативы по физической и технической подготовке.

Планируемые результаты по этапам подготовки.

Примерная программа спортивной подготовки (на основе ФССП).

Рабочая программа ДЮСШ — адаптирует ФССП и примерную программу под конкретные условия школы (материальная база, кадры, контингент).

Уровень 2: Планы на учебный год (Годовое планирование)

Учебный план: Распределение часов по этапам подготовки, разделам работы (теория, ОФП, СФП, техника, тактика, соревнования, инструкторская и судейская практика).

План спортивных мероприятий: Календарь внутренних и внешних соревнований, контрольных испытаний, тренировочных сборов, мероприятий (например, дни здоровья, тестирования).

Уровень 3: Этапное и текущее планирование

План на этап подготовки (мезоцикл): Например, подготовительный, соревновательный, переходный периоды. Цели, задачи, распределение нагрузок по неделям.

План-график учебного процесса (на месяц/микроцикл): Конкретизация видов работы, контрольные нормативы.

Уровень 4: Оперативное планирование

Рабочий план (конспект) на одно тренировочное занятие: Самая детализированная единица.

Включает:

Задачи занятия (обучающие, развивающие, воспитательные).

Время, части занятия (подготовительная, основная, заключительная).

Содержание упражнений, дозировка (повторения, время, вес).

Организационно-методические указания (страховка, типичные ошибки).

Оборудование и инвентарь.

Структура и содержание планов по этапам многолетней подготовки

Этап подготовки	Основная цель	Акцент в планировании	Особенности планирования
Спортивно-оздоровительный (СО)	Привлечение к занятиям, укрепление здоровья, ОФП.	Игровые методы, разнообразие, общее развитие.	Гибкий график, минимум соревнований, максимум положительных эмоций.
Начальной подготовки (НП) 1-3 года	Освоение основ техники, отбор перспективных детей.	Базовая техника, координация, ловкость, гибкость.	Планы строятся на основе игровых и комплексных упражнений. Контроль за освоением базовых элементов.
Учебно-тренировочный (УТ) 1-5 лет	Углубленная специализация, повышение нагрузок.	СФП, сложная техника, тактика, психологическая подготовка.	Четкая цикличность (подготовительный, соревновательный периоды). Вводятся теоретические занятия, судейская практика.
Совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	Достижение стабильных высоких результатов.	Индивидуализация, модельные характеристики, пик формы к главным стартам.	Личные планы для спортсменов. Акцент на интегральную подготовку, восстановление. Анализ соревновательной деятельности.
Высшего спортивного мастерства (ВСМ)	Достижение результатов на всероссийском и международном уровне.	Максимальная индивидуализация, тонкая настройка.	Работа по индивидуальным планам, согласованным со старшим тренером и научно-методической группой.

Алгоритм планирования для тренера ДЮСШ на сезон/год:

Анализ предыдущего сезона: Результаты тестов, соревнований, динамика развития спортсменов, проблемы.

Постановка целей: Для группы в целом (например, «освоить комплекс элементов Х») и для ключевых спортсменов индивидуально («войти в топ-10 на Первенстве области»).

Изучение календаря соревнований: Определение главных стартов сезона. От них «отсчитывается» весь макроцикл.

Определение продолжительности периодов:

Подготовительный период: Базовый (развитие функциональных качеств) и специально-подготовительный (специфическая работа).

Соревновательный период: Подводка к конкретным стартам, участие, восстановление между ними.

Переходный период: Активный отдых, лечение травм, работа над слабыми сторонами в облегченном режиме.

Распределение объемов и интенсивности нагрузок по неделям (мезоциклам). Классика: постепенный рост объема, затем его снижение с ростом интенсивности перед соревнованиями.

Планирование содержания работы: Какие именно средства (упражнения ОФП, СФП, технические элементы, тактические схемы) и в каком объеме (часы/проценты) будут использоваться в каждом периоде.

Планирование контрольных мероприятий: Даты и нормативы контрольных испытаний, прикидок, тестов.

Составление планов на мезоцикл и микроцикл (обычно недельный).

Ежедневное составление конспектов тренировок с учетом состояния группы, результатов предыдущего занятия и т.д.

Специальные разделы плана, которые необходимо учесть:

Воспитательная работа: Планирование бесед, встреч с известными спортсменами, участие в социальных проектах, формирование ценностей fair-play.

Психологическая подготовка: Работа на концентрацию, устойчивость, командный дух. Может быть включена в общий план или как отдельный блок.

Инструкторская и судейская практика: Для старших групп — обязательный элемент. Планируются дежурства на соревнованиях, помощь в проведении занятий у младших групп.

Медицинский контроль и восстановление: График диспансеризаций, планирование банных дней, массажа, бассейна (восстановительного).

Работа с родителями: Планирование родительских собраний, индивидуальных консультаций, открытых тренировок.

Планирование физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе.

Планирование физкультурно-спортивной работы — это системная деятельность, направленная на укрепление здоровья учащихся, формирование у них привычки к здоровому образу жизни и развитие спортивных талантов.

Вот развернутый план и ключевые компоненты системы планирования этой работы в современной общеобразовательной школе.

1. Нормативная база (основа для планирования)

План должен строго соответствовать:

Федеральным государственным образовательным стандартам (ФГОС) общего образования.

Примерной основной образовательной программе.

Учебной программе по предмету «Физическая культура» (обязательная часть).

Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам (СанПиН).

Приказу Минобрнауки России о режиме занятий учащихся.

Локальным актам школы (Устав, Положение о ШМО учителей физкультуры, правила внутреннего распорядка).

2. Цели и задачи планирования

Цель: Создание условий для гармоничного физического развития, укрепления здоровья и формирования физической культуры личности школьника.

Задачи:

Обучающие: Освоение знаний, умений и навыков в области физкультуры и спорта.

Развивающие: Развитие физических качеств (сила, выносливость, скорость, гибкость, координация).

Оздоровительные: Укрепление здоровья, повышение сопротивляемости организма.

Воспитательные: Формирование дисциплины, воли, коллективизма, настойчивости, ответственности.

Образовательные: Приобретение компетенций в организации самостоятельных занятий.

3. Структура и основные направления планирования

Планирование строится на трех уровнях: **стратегическом (школа), тактическом (учебный год) и оперативном (урок, мероприятие).**

3.1. Общешкольный план (стратегический уровень)

Разрабатывается на 3-5 лет и включает:

Анализ материально-технической базы: ремонт и оснащение спортзалов, стадиона, спортивных площадок, приобретение инвентаря.

Кадровое обеспечение: повышение квалификации учителей, привлечение тренеров из ДЮСШ.

Создание и развитие спортивных клубов (например, школьный спортивный клуб «Олимп» как центр всей внеурочной работы).

Программа «Здоровьесберегающая среда школы».

3.2. План на учебный год (основной тактический документ)

Составляется руководителем ШМО учителей физкультуры и утверждается директором. Включает:

1. Урочная деятельность:

Рабочие программы по физкультуре для каждого класса (с учетом здоровья учащихся: основная, подготовительная, специальная медицинская группа).

Годовой учебно-тематический план (распределение часов по разделам: гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка и т.д.).

График прохождения учебных нормативов и контрольных испытаний.

2. Внеурочная деятельность (вторая половина дня):

Спортивные секции и кружки (волейбол, баскетбол, футбол, ОФП, настольный теннис, туризм и др.).

Работа школьного спортивного клуба (ШСК): организация внутренних соревнований, подготовка команд, агитационная работа.

3. Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия:

Календарь спортивных событий на год:

«День здоровья» (ежеквартально).

Внутришкольные соревнования (классные, параллельные) по разным видам спорта.

Участие в муниципальных и региональных этапах всероссийских соревнований («Президентские состязания», «Президентские спортивные игры»).

Спартакиада школы.

Туристические слеты, походы выходного дня.

Тематические недели (например, «Неделя спорта и здоровья»).

4. Методическая работа:

Заседания ШМО, открытые уроки, мастер-классы.

Повышение квалификации учителей.

5. Работа с родителями и социумом:

Родительские собрания по вопросам физического воспитания.

Семейные спортивные праздники («Папа, мама, я – спортивная семья»).

Взаимодействие с ДЮСШ, стадионами, фитнес-центрами.

3.3. Оперативное планирование

Поурочные планы (конспекты) учителя на каждое занятие.

Сценарии конкретных спортивных праздников и мероприятий.

Планы-графики тренировок сборных команд школы.

4. Особенности планирования (важные нюансы)

Дифференциация и индивидуализация: Учет здоровья, уровня физической подготовленности и интересов учащихся. Обязательное планирование работы с детьми, отнесенными к специальной медицинской группе (СМГ).

Преемственность: Планы для начальной, основной и средней школы должны быть логически связаны, с постепенным усложнением задач.

Безопасность: В планах обязательно прописываются инструктажи по ТБ на каждом виде деятельности, проверка инвентаря и оборудования.

Мониторинг и контроль: План должен включать инструменты оценки его эффективности: динамику заболеваемости, уровень физической подготовленности (тесты), удовлетворенность учащихся и родителей, участие и достижения в соревнованиях.

5. Рекомендуемая структура годового плана

Направление работы	Мероприятие / Действие	Срок и исполнения	Ответственные	Ожидаемый результат
Урочная деятельность	Проведение входного и итогового тестирования физической	Сентябрь, Апрель	Учителя физкультуры	Получение данных для индивидуализации процесса

Направле ние работы	Мероприятие / Действие	Срок и исполнения	Ответств енные	Ожидаем ый результат
	подготовленности			
	Проведение уроков по разделам программы	В течение года	Учителя физкультуры	Выполнение учебной программы
Внеурочная деятельность	Работа секций: баскетбол, волейбол, ОФП	Сентябрь- Май	Учителя, тренеры	Охват не менее 30% учащихся
Спортивно- массовые мероприятия	День Здоровья (Осенний, Весенний)	Сентябрь, Апрель	Зам. директора, ШСК	Участие всех классов
	Школьная спартакиада (по видам спорта)	В течение года	ШСК, учителя	Выявление сильнейших спортсменов
	Участие в «Президентских соревнованиях»	По графику	Руководитель команды	Призовые места на муниципальном уровне
Работа с родителями	Семейная спортивная эстафета	Ноябрь	Классные руководители	Привлечение родителей к спортивной жизни школы
Методическая работа	Семинар «Использование ИКТ на уроках физкультуры»	Январь	Руководитель ШМО	Повышение профессионального мастерства

Заключение

Эффективное планирование физкультурно-спортивной работы — это **не просто формальность, а управленческий инструмент**, который позволяет сделать деятельность системной, целенаправленной и результативной. Главный показатель успеха плана — не только спортивные победы, но и увеличение числа здоровых, активных, физически развитых детей, с удовольствием занимающихся физкультурой и спортом.

Планирование физкультурно-спортивной работы в детских оздоровительных и специализированных лагерях

Планирование физкультурно-спортивной работы (ФСР) в детских лагерях — это системный процесс, направленный на укрепление здоровья, физическое развитие, обучение новым навыкам и, конечно, формирование положительных эмоций у детей.

Вот комплексный подход к планированию, разделенный на ключевые этапы и компоненты. Этот план подходит как для обычных оздоровительных, так и для специализированных (спортивных) лагерей, с поправкой на цели и интенсивность.

1. Цели и задачи ФСР в детском лагере

Основная цель: Укрепление физического и психического здоровья детей, формирование устойчивого интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.

Ключевые задачи:

Оздоровление: закаливание, повышение адаптивных возможностей организма.

Обучение: освоение новых двигательных навыков, правил спортивных игр, основ техники безопасности.

Развитие: физических качеств (ловкость, выносливость, сила, быстрота, координация).

Воспитание: чувства коллективизма, взаимопомощи, дисциплины, волевых качеств, уважения к сопернику.

Мотивация: создание положительного эмоционального фона, радость от движения и участия.

2. Принципы планирования

Принцип безопасности: Приоритет №1. Учет состояния здоровья детей, инструктажи, страховка, исправность инвентаря, соответствие нагрузок возрасту.

Принцип доступности и индивидуализации: Задания должны быть посильны для детей разного уровня подготовки. Варианты упрощения/усложнения.

Принцип систематичности и последовательности: Регулярность занятий, от простого к сложному.

Принцип наглядности и интереса: Яркая подача, игровая форма, разнообразие активностей.

Принцип оздоровительной направленности: Связь с природной средой (занятия на воздухе, солнечные и воздушные ванны, купание).

3. Структурные компоненты планирования

А) Организационно-подготовительный этап (до заезда)

Анализ условий: Оценка спортивной базы (стадион, поля, корты, зал, бассейн), инвентаря. Составление акта готовности.

Кадровое обеспечение: Подбор инструкторов по физкультуре и спорту, тренеров (для профильных лагерей). Проведение инструктажа.

Разработка документации:

Положение о ФСР в лагере — основной нормативный документ.

Комплексный календарный план на всю смену. Включает все виды активностей (см. ниже).

Расписание занятий для спортивных секций и профильных отрядов.

График использования спортивных объектов.

Программа инструктажей по ТБ для каждого вида активности.

Сценарии крупных спортивных мероприятий (олимпиада, день Нептуна, туристическая эстафета).

Б) Содержательный компонент (виды физкультурно-спортивной работы)

План должен включать ежедневные, еженедельные и общесменные мероприятия.

Вид активности	Содержание	Регулярность	Особенности для специализированного лагеря
1. Утренняя зарядка	Общеразвивающие упражнения на свежем воздухе, в игровой форме.	Ежедневно	Более специализированная, может включать элементы разминки по виду спорта.
2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня	Подвижные игры на прогулках, купание, пешие походы, «час» или «пятиминутки» подвижных игр.	Ежедневно	Активный отдых между основными тренировками.
3. Занятия в спортивных секциях и кружках	Обучение элементам спортивных игр (футбол, волейбол, баскетбол), легкой атлетике, плаванию, туризму.	2-3 раза в неделю (по выбору ребенка)	Основная форма. Углубленные тренировки по специализации лагеря по утвержденной программе.
4. Спортивные соревнования и эстафеты внутри отряда	«Веселые старты», турниры по пионерболу, дартсу, настольному теннису.	1-2 раза в неделю	Носят контрольный или тестовый характер в рамках тренировочного процесса.
5. Межотрядные и общелагерные мероприятия	Спартакиада или Олимпийские игры лагеря, дни здоровья, туристические слеты, фестивали ГТО, «День	1-2 раза в смену	Кульминационные события смены, церемониями открытия/закрытия, награждением.

Вид активности	Содержание	Регулярность	Особенности для специализированного лагеря
	Нептуна».		
6. Теоретические занятия	Беседы о ЗОЖ, истории спорта, правилах игр, гигиене, питании спортсмена.	1 раз в неделю	Обязательный компонент, более углубленный (тактика, психология спорта).
7. Мастер-классы и встречи	С известными спортсменами, тренерами (для профильных лагерей — обязательно).	1-2 раза в смену	Мотивационный элемент.

В) Методическое обеспечение

Подборка игр, эстафет, комплексов упражнений.

Картотека подвижных игр для разных возрастов.

Критерии оценок и система поощрений (грамоты, значки, символические призы).

4. Особенности для специализированных (спортивных) лагерей

Цель: Совершенствование спортивного мастерства в конкретном виде спорта (футбол, плавание, теннис и т.д.).

Структура дня: Центр — учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по специальной программе, обычно 2-3 раза в день.

Планирование: Составляется тренировочный план (циклограмма) на смену с учетом периодов: втягивания, базовой подготовки, контроля, активного отдыха.

Кадры: Работают профессиональные тренеры с соответствующей квалификацией.

Медицинский контроль: Более строгий, с учетом спортивных нагрузок. Обязательный врачебный осмотр.

Инфраструктура: Наличие специализированных сооружений (поля с покрытием, бассейны, корты и т.д.).

5. Контроль, учет и анализ

Ведение журналов посещаемости и проведения инструктажей по ТБ.

Медицинский контроль за реакцией детей на нагрузки.

Стартовый и финишный контроль физической подготовленности (нормативы или тесты в начале и конце смены) — особенно важно для спортивных лагерей.

Анкетирование детей об их интересах и пожеланиях.

Аналитический отчет по итогам смены: что удалось, какие были проблемы, предложения на будущее.

Примерная схема календарного плана на смену (21 день)

1-3 день (Организационный период): Диагностика уровня, простые игры на знакомство и сплочение, обучение правилам лагеря. Инструктажи по ТБ.

4-17 день (Основной период): Реализация всего плана: регулярные секции, внутриотрядные соревнования, 1-2 крупных общелагерных мероприятия, теоретические занятия.

18-21 день (Итоговый период): Итоговые турниры, «демо-дни» (показательные выступления для секций), награждение самых активных, финальное тестирование.

Важно: План должен быть **гибким**. Погода, состояние детей, их интересы могут вносить коррективы. Главное — чтобы физкультура и спорт в лагере ассоциировались у детей с радостью, общением и личными достижениями.

Лекция №3 на тему: «Планирование физкультурно-спортивной работы» (2 часа)

Содержание

Цель и задачи физкультурно-спортивной работы

Основные направления физкультурно-спортивной работы

- Учебно-тренировочное направление
- Спортивно-оздоровительное (физкультурно-оздоровительное) направление
- Рекреационно-досуговое направление
- Адаптивное (реабилитационное) направление
- Спортивно-массовое и зрелищное направление

- Образовательно-просветительское направление
- Содержание физкультурно-спортивной работы
- 3. Технологии организации физкультурно-спортивной работы
- 4. Организационные формы физкультурно-спортивной работы

Цель и задачи физкультурно-спортивной работы формулируются на основе государственных образовательных и социальных стандартов и являются системообразующими элементами для планирования деятельности в образовательных учреждениях, спортивных секциях, оздоровительных центрах.

Цель

Всестороннее и гармоничное развитие личности средствами физической культуры и спорта, формирование потребности в здоровом и активном образе жизни.

Проще говоря, конечная цель — не просто развить физические качества, а сформировать **осознанное, устойчивое отношение человека к своему здоровью и физическому состоянию**, сделать физическую активность неотъемлемой частью его жизни.

Основные задачи

Задачи делятся на несколько взаимосвязанных групп:

1. Оздоровительные (профилактические)

Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию.

Повышение функциональных возможностей организма (развитие сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной систем).

Закаливание и повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.

2. Образовательные (дидактические)

Формирование системы знаний о здоровье, гигиене, влиянии физических упражнений на организм, основах самоконтроля.

Обучение двигательным умениям и навыкам (жизненно важным и спортивным).

Развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости (координации).

Обучение основам техники различных видов спорта и физических упражнений.

3. Воспитательные (личностные)

Воспитание устойчивой привычки к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Формирование волевых качеств (смелость, настойчивость, дисциплинированность), **нравственных основ личности** (честность, уважение к сопернику, коллективизм).

Содействие интеллектуальному, эстетическому, трудовому воспитанию.

Формирование навыков самоорганизации и активного отдыха.

4. Прикладные (практико-ориентированные)

Подготовка к трудовой деятельности и службе в армии (развитие специфических физических качеств, необходимых для профессии).

Формирование умений использовать средства физической культуры для восстановления после умственной и физической усталости («физкультминутки», самостоятельные тренировки).

Обучение поведению в экстремальных ситуациях (основы самостраховки, выживания, спасения).

5. Спортивные (для спортивно-ориентированной работы)

Выявление одаренных спортсменов и привлечение их к систематическим тренировкам.

Подготовка к соревнованиям и достижение спортивных результатов.

Воспитание спортивного характера, мотивации к высоким достижениям.

Иерархия и взаимосвязь

Эти задачи решаются **комплексно и последовательно**:

На начальном этапе (например, в младших классах или у новичков) акцент делается на **оздоровительных и образовательных** задачах (научить, укрепить).

По мере роста мастерства и возраста увеличивается роль **воспитательных и прикладных** задач.

В спортивных школах и секциях на первый план выходят **спортивные задачи**, но они не должны подменять собой оздоровительную направленность.

Важный принцип: Физкультурно-спортивная работа должна быть **безопасной, доступной и адаптированной** к возрасту, полу, состоянию здоровья и индивидуальным возможностям занимающихся.

Таким образом, система целей и задач физкультурно-спортивной работы направлена на создание условий для того, чтобы каждый человек мог найти свою дорогу к физическому совершенству и здоровому образу жизни.

1. Основные направления физкультурно-спортивной работы

Это целевые "ветви" деятельности, каждая со своей аудиторией и задачами.

1.1. Учебно-тренировочное направление

Содержание: Планомерное обучение двигательным навыкам, развитие физических качеств (сила, выносливость, гибкость, координация) и освоение спортивной техники по определенным видам спорта.

Цель: Достижение спортивного результата, повышение мастерства.

Аудитория: Спортсмены-разрядники, воспитанники ДЮСШ, сборные команды.

1.2. Спортивно-оздоровительное (физкультурно-оздоровительное) направление

Содержание: Занятия, направленные на укрепление здоровья, профилактику заболеваний, снятие психоэмоционального напряжения, коррекцию фигуры и поддержание общего тонуса.

Цель: Укрепление здоровья, повышение уровня физической кондиции.

Аудитория: Широкие массы населения (дети, взрослые, пожилые), лица с ослабленным здоровьем.

1.3. Рекреационно-досуговое направление

Содержание: Организация активного отдыха через физическую активность. Элемент развлечения и социализации преобладает над стремлением к результату.

Цель: Получение удовольствия, эмоциональная разрядка, общение.

Аудитория: Все возрастные группы в неформальной обстановке (семьи, дружеские компании, коллеги).

1.4. Адаптивное (реабилитационное) направление

Содержание: Использование физических упражнений для лечения, восстановления после травм/операций, социальной интеграции и улучшения качества жизни.

Цель: Медицинская и социальная реабилитация.

Аудитория: Лица с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды), люди в период восстановления, лица с хроническими заболеваниями.

1.5. Спортивно-массовое и зрелищное направление

Содержание: Организация и проведение соревнований, фестивалей, спортивных праздников, показательных выступлений.

Цель: Популяризация спорта, выявление талантов, создание зрелища, формирование болельщицкой культуры.

Аудитория: Участники соревнований и зрители (болельщики).

1.6. Образовательно-просветительское направление

Содержание: Формирование знаний о здоровом образе жизни, физической культуре, гигиене, питании, теории и методике спорта.

Цель: Повышение физкультурной грамотности населения.

Аудитория: Учащиеся, студенты, родители, педагоги, широкие слои населения.

2. Содержание физкультурно-спортивной работы

Это конкретное наполнение деятельности в рамках любого направления:

Теоретический компонент: Лекции, беседы, инструктажи, консультации по ЗОЖ, биомеханике, питанию.

Практический компонент:

Физические упражнения (гимнастические, атлетические, игровые, циклические и т.д.).

Спортивные и подвижные игры.

Средства закаливания.

Элементы туризма (походы, ориентирование).

Контрольно-нормативные испытания (тесты ГТО, мониторинг физического развития).

Психолого-педагогический компонент: Воспитание волевых качеств, формирование мотивации, командного духа, этики спортивного поведения.

3. Организационные формы физкультурно-спортивной работы

Это способы структурного построения занятий и мероприятий.

3.1. Урочные формы

Урок физической культуры (в школе, колледже, вузе) – основная, регламентированная программа.

Тренировочное занятие в спортивной секции, клубе, ДЮСШ – имеет четкую структуру: разминка, основная часть, заключительная.

3.2. Неурочные (самостоятельные) формы

Учебно-тренировочные: Индивидуальные тренировки, задания тренера для самостоятельного выполнения.

Рекреационно-оздоровительные: Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка), физкультпаузы на работе, прогулки, катание на велосипеде, лыжах, плавание по личной инициативе.

Соревновательные: Участие в официальных или любительских турнирах.

3.3. Массовые (внешкольные/вневузовские) формы

Спортивные соревнования (от первенства класса до чемпионата страны).

Спортивные праздники и фестивали ("День здоровья", "Папа, мама, я – спортивная семья").

Походы, слеты, туристские тропы.

Массовые зарядки, флешмобы.

4. Технологии организации физкультурно-спортивной работы

Это современные методы, инструменты и подходы для повышения эффективности.

4.1. Традиционные (классические) технологии:

Дифференцированный и индивидуальный подход (учет пола, возраста, уровня подготовленности, здоровья).

Технология круговой тренировки (последовательное выполнение упражнений на "станциях").

Игровые и соревновательные технологии.

4.2. Здоровьесберегающие технологии:

Технология лечебной физической культуры (ЛФК).

Адаптивная физическая культура (индивидуальные программы для лиц с ОВЗ).

Технологии психофизической регуляции (дыхательная гимнастика, элементы йоги, стретчинг).

4.3. Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ):

Использование видеоанализа для исправления техники.

Фитнес-трекеры, пульсометры, GPS-гаджеты для контроля нагрузки.

Онлайн-тренировки и приложения (Strava, Nike Training Club и др.).

Виртуальная и дополненная реальность в тренировочном процессе.

Специализированное ПО для планирования тренировок и анализа данных.

4.4. Организационно-управленческие технологии:

Технология проектирования (разработка и реализация целевых программ: "Спорт для всех", "Развитие студенческого спорта").

Клубная технология (создание спортивных клубов по интересам на базе школ, предприятий, районов).

Волонтерские технологии (привлечение добровольцев для организации массовых мероприятий).

Закключение

Современная физкультурно-спортивная работа представляет собой **комплексную систему**, где **направления** задают цели, **содержание** наполняет их конкретной деятельностью, **формы** определяют организационную структуру, а **технологии** обеспечивают эффективность и современность процесса. Успех зависит от грамотного сочетания всех этих элементов с учетом потребностей целевой аудитории.

Лекция №4 Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Содержание

Формы организации физкультурно-спортивной деятельности

Виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Технология разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.

Формы организации и виды мероприятий в сфере физической культуры и спорта образуют многоуровневую систему, направленную на разные группы населения. Вот подробная классификация.

1. Формы организации физкультурно-спортивной деятельности

Это организационные "контейнеры", в которых существуют мероприятия. Они определяют регулярность, контингент и цели.

Урочные формы:

Учебно-тренировочные занятия (в спортивных школах, секциях, фитнес-клубах). Строгая структура, систематичность, педагогический контроль.

Уроки физической культуры (в школах, колледжах, вузах). Обязательная, регламентированная программа.

Внеурочные (самостоятельные) формы:

Индивидуальные занятия: бег, плавание, тренировки в зале по личному плану.

Семейные занятия: совместные активности, игры, походы.

Групповые занятия в неформальных объединениях: дворовый футбол, группа по скандинавской ходьбе в парке.

Массово-соревновательные формы (События):

Спортивные соревнования (от первенства двора до чемпионата мира).

Физкультурно-спортивные праздники (День здоровья, День физкультурника).

Спортивно-массовые акции («Лыжня России», «Кросс нации», «Оранжевый мяч»).

Клубные формы:

Спортивные клубы (на базе предприятий, жилых комплексов, коммерческие).

Фитнес- и велнес-центры (предлагают регулярные групповые программы).

Школьные и студенческие спортивные клубы.

Круглогодичные и сезонные формы:

Спортивно-оздоровительные лагеря (летние, зимние).

Туристические походы и слеты (пешие, лыжные, водные).

Спортивные смены в детских оздоровительных лагерях.

II. Виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Это конкретные события, проводимые в рамках перечисленных форм. Их можно классифицировать по нескольким основаниям:

A. По целям и направленности:

Оздоровительно-рекреативные (восстановление сил, отдых, улучшение самочувствия):

Занятия в группах здоровья (ЛФК, суставная гимнастика, аквааэробика).

Прогулочно-туристические мероприятия (походы выходного дня, скандинавская ходьба).

Физкультминутки и производственная гимнастика.

Корригирующая гимнастика.

Спортивно-массовые (вовлечение в спорт, популяризация, выявление талантов):

Соревнования всех уровней (чемпионаты, кубки, первенства, турниры).

Спартакиады (комплексные соревнования между классами, цехами, районами).

Дни здоровья и спорта.

Спортивные фестивали (часто с элементами шоу и интерактива).

Мастер-классы от известных спортсменов.

Развлекательно-игровые (досуг, общение, эмоции):

Весёлые старты, семейные эстафеты.

Спортивные квесты и игры по станциям.

Тематические мероприятия («Рыцарский турнир», «Зимние забавы»).

Агитационно-пропагандистские:

Массовые забеги/заплывы с символическими дистанциями.

Акции, приуроченные к международным дням (День борьбы с диабетом, День сердца).

Показательные выступления спортивных и танцевальных коллективов.

Б. По контингенту участников:

Детские, молодежные, взрослые, для лиц старшего возраста.

Семейные мероприятия («Папа, мама, я – спортивная семья»).

Корпоративные (спартакиады трудовых коллективов).

Мероприятия для людей с ограниченными возможностями здоровья (адаптивный спорт).

Мероприятия для специальных групп (профилактика правонарушений, социальная реабилитация).

В. По масштабу:

Внутригрупповые / внутришкольные (в классе, секции).

Муниципальные (городские, районные).

Региональные (областные, краевые).

Всероссийские («Лыжня России»).

Международные (марафоны, гранд-туры).

Г. По виду спорта или активности:

Комплексные (спартакиады, многоборья ГТО).

Одновидовые (соревнования по футболу, турнир по шахматам, массовый заплыв).

Нетрадиционные и народные игры (городки, лапта, перетягивание каната).

Д. По характеру определения победителя:

Собственно спортивные соревнования (по строгим правилам).

Соревнования с элементами случайности (лотереи, жребий).

Несоревновательные мероприятия (массовые зарядки, флешмобы, оздоровительные прогулки).

Взаимосвязь форм и видов

Пример: В рамках клубной формы (фитнес-клуб) могут проводиться оздоровительные мероприятия (группа ЛФК), спортивно-массовые (внутриклубный турнир по теннису) и развлекательные (новогодний марафон групповых программ).

Пример: Массово-соревновательная форма «Всероссийский день бега «Кросс нации» является одновременно агитационно-пропагандистским и спортивно-массовым мероприятием с элементами соревнования (для желающих) и оздоровительной акции (для основной массы участников).

Заключение: Современная система стремится к максимальному разнообразию и доступности, комбинируя разные формы и виды, чтобы каждый человек мог найти подходящую для себя активность — от строгой спортивной тренировки до развлекательного фестиваля на свежем воздухе. Ключевой тренд — **массовость, инклюзивность и ориентация на здоровый образ жизни**, а не только на спортивные результаты.

1. Технология организации и проведения мероприятий

Этапы организации:

Подготовительный этап

Анализ потребностей целевой аудитории
 Определение целей и задач мероприятия
 Выбор формата (спортивный праздник, турнир, фестиваль, массовая зарядка и т.д.)
 Определение даты, времени и места проведения

Планирование

Разработка программы мероприятия
 Составление сценария и регламента
 Формирование оргкомитета и распределение обязанностей
 Планирование ресурсного обеспечения

Организационный этап

Подготовка места проведения
 Привлечение участников и зрителей
 Работа с партнерами и спонсорами
 Решение административных вопросов (разрешения, согласования)

Проведение мероприятия

Регистрация участников
 Открытие мероприятия
 Проведение соревнований/активностей
 Награждение победителей
 Закрытие мероприятия

Аналитический этап

Сбор обратной связи
 Анализ достижения целей
 Подготовка отчетной документации
 Планирование будущих мероприятий

2. Технология разработки программы мероприятия**Структура программы:****Концептуальная часть**

Название мероприятия
 Цели и задачи
 Целевая аудитория
 Основная идея и тематика

Содержательная часть

Сценарий мероприятия (по минутам)
 Перечень спортивных дисциплин/активностей
 Регламент соревнований
 Программа развлекательных элементов

Организационная часть

Структура управления мероприятием
 График подготовки
 План привлечения участников

3. Технология разработки плана ресурсного обеспечения**3.1. Материально-технические ресурсы****План обеспечения включает:**

Спортивное оборудование и инвентарь
 Перечень необходимого оборудования
 Источники получения (аренда, закупка, спонсоры)
 Ответственные за подготовку и сохранность
 Место проведения
 Требования к площадке
 Необходимая инфраструктура
 План размещения объектов
 Оборудование для участников и зрителей
 Системы хронометража и судейства
 Звуковое и световое оборудование
 Средства наглядной информации

3.2. Кадровые ресурсы**План укомплектования:**

Руководящий состав (директор, заместители)
 Судейская коллегия
 Волонтеры и обслуживающий персонал
 Медицинские работники

Специалисты по безопасности

3.3. Финансовые ресурсы

Бюджет мероприятия:

Доходная часть:

Регистрационные взносы

Спонсорские средства

Продажа билетов

Продажа мерчандайза

Расходная часть:

Аренда площадки и оборудования

Приобретение инвентаря

Наградная продукция

Оплата персонала

Расходные материалы

Транспортные расходы

Страхование

Маркетинг и реклама

3.4. Информационные ресурсы

План информационного обеспечения:

Рекламная кампания (афиши, соцсети, СМИ)

Информация для участников

Информационное сопровождение во время мероприятия

Послемероприятийное освещение

3.5. Медицинское и безопасностное обеспечение

План включает:

Медицинский пункт и дежурство врачей

План эвакуации

Обеспечение общественного порядка

Страхование участников

4. Критерии эффективности

Количественные показатели:

Количество участников и зрителей

Процент выполнения плана по ресурсам

Финансовая эффективность

Качественные показатели:

Удовлетворенность участников

Уровень организации

Достижение поставленных целей

Медийный эффект

5. Особенности для разных форматов мероприятий

Массовые оздоровительные мероприятия:

Акцент на доступность и вовлечение

Минимальные требования к участникам

Разнообразие активностей

Спортивно-массовые мероприятия:

Четкая спортивная составляющая

Соблюдение правил и регламентов

Состязательный характер

Смешанные форматы:

Сочетание спорта и развлечения

Инклюзивные программы

Семейный формат

Эффективная организация физкультурно-оздоровительных мероприятий требует комплексного подхода, тщательного планирования и профессионального управления всеми видами ресурсов на каждом этапе подготовки и проведения.

Лекция №5 Организация и проведение спортивных соревнований

Содержание

Виды, характеристика и значение спортивных соревнований.

Этапы подготовки к соревнованиям.

Составление положения, регламента.

Состав рабочей группы по подготовке и проведению соревнований.
Состав главной судейской коллегии (ГСК) соревнований.

1. Виды, характеристика и значение спортивных соревнований

Виды соревнований (классификация):

По цели: Отборочные, контрольные, подводящие, основные, показательные, массовые (спартакиады, фестивали).

По форме проведения: Личные, лично-командные, командные.

По масштабу и статусу: Международные (Олимпиады, Чемпионаты мира/Европы), национальные (Чемпионаты, Кубки страны), региональные, местные, внутришкольные/вузовские.

По характеру определения победителя: Прямое соревнование (в одновременном старте или в паре), опосредованное (по результатам, времени, очкам), условное (сравнение нормативов — ГТО).

Характеристика: Каждое соревнование имеет **календарный план, положение, регламент**, определяется системой проведения (круговая, олимпийская, смешанная) и системой зачета.

Значение:

Для спортсмена: Цель тренировки, проверка мастерства, психологическая закалка, стимул к совершенствованию, получение спортивного звания.

Для тренера: Контроль эффективности тренировочного процесса, оценка подготовки спортсмена, отбор.

Для спорта в целом: Выявление сильнейших, популяризация вида спорта, обмен опытом, развитие спортивной науки.

Для зрителей и общества: Зрелище, воспитание патриотизма, пропаганда здорового образа жизни.

2. Этапы подготовки к соревнованиям

Подготовка соревнований — это сложный процесс, который можно разбить на ключевые этапы. Вот подробная структура, которая подходит для большинства типов соревнований (спортивных, интеллектуальных, профессиональных и т.д.).

I. Предварительный этап (За 6-12 месяцев до события)

Это стратегическая фаза, где закладывается фундамент.

Идея и концепция:

Определение целей соревнования (популяризация вида деятельности, выявление сильнейших, сбор средств и т.д.).

Выбор формата (очный, онлайн, гибридный; чемпионат, турнир, кубок, фестиваль).

Определение целевой аудитории (участники, зрители).

Создание Оргкомитета:

Назначение ответственных лиц (генеральный директор, спортивный/программный директор, руководители направлений: логистика, финансы, маркетинг, волонтеры).

Разработка нормативных документов:

Положение (Регламент) — главный документ: цели, дата, место, правила, система проведения, критерии оценки, награждение, требования к участникам.

Технический регламент (для технических видов спорта или IT-соревнований).

Календарный план.

Бюджетирование и поиск финансирования:

Расчет расходов (аренда, оборудование, призы, трансляция, гонорары).

Поиск спонсоров, партнеров, грантов.

Определение источников доходов (стартовые взносы, продажа билетов, мерч, спонсорские пакеты).

Выбор и бронирование места проведения:

Переговоры с арендодателями, осмотр площадки, согласование технических требований.

Создание официальных ресурсов и анонс:

Запуск сайта и страниц в соцсетях.

Первый пресс-релиз, "Сейв-тейт дата" для ключевых участников и партнеров.

II. Организационный этап (За 3-6 месяцев)

Фаза активной подготовки по всем направлениям.

Формирование программ и расписания:

Детальное почасовое расписание (открытие, тренировочные дни, старты, церемонии, закрытие).

План развлекательной программы для зрителей.

Работа с участниками:

Открытие регистрации.

Информационная поддержка, рассылки.

Проверка заявок, формирование стартовых протоколов.

Логистика и инфраструктура:

Заказ необходимого оборудования (хронометраж, инвентарь, компьютеры).

Организация питания, транспорта, проживания для участников и судей.
 Дизайн и заказ мерча, сувенирной продукции, наград.
 Договоры с поставщиками (еда, звук, свет, интернет).
 Маркетинг и PR:
 Активная рекламная кампания.
 Приглашение СМИ, блогеров.
 Выпуск анонсов, новостей, интервью.
 Формирование судейской коллегии и обслуживающего персонала:
 Набор и обучение волонтеров.
 Подписание договоров с судьями, техническими специалистами.
 III. Непосредственная подготовка (За 1-4 недели)
 "Предстартовый режим".
 Финальное подтверждение:
 Уточнение списков участников, формирование финальных протоколов.
 Подтверждение от всех партнеров и поставщиков.
 Брифинги и обучение:
 Проведение инструктажей для волонтеров, судей, технического персонала.
 Совещания оргкомитета по контролю готовности.
 Подготовка площадки:
 Получение разрешений (МЧС, Роспотребнадзор, полиция - если требуется).
 Завоз и монтаж оборудования, разметка.
 Разработка схем проезда и навигации для гостей.
 IV. Проведение соревнований (Событийные дни)
 Реализация всего запланированного.
 Встреча и регистрация участников:
 Выдача стартовых пакетов, аккредитация.
 Открытие соревнований (Церемония):
 Торжественная часть, представление участников.
 Непосредственно состязания:
 Координация работы всех служб (судьи, хронометраж, техподдержка, медпункт).
 Сбор и публикация результатов.
 Решение оперативных проблем.
 Работа со зрителями и СМИ:
 Проведение развлекательной программы, активностей.
 Организация интервью, фото- и видеосъемки.
 Трансляция (если есть).
 Церемония награждения и закрытие.
 V. Пост-событийный этап (После окончания)
 Анализ и завершение процессов.
 Демонтаж и возврат:
 Сдача площадки, возврат арендованного оборудования.
 Финансовые и отчетные процедуры:
 Выплата гонораров, расчет с поставщиками.
 Подготовка финансового и медиаотчета для спонсоров.
 Благодарности:
 Отправка благодарственных писем участникам, волонтерам, судьям, партнерам.
 Анализ и сбор feedback:
 Проведение опросов среди участников и зрителей.
 Анализ успехов и ошибок ("Разбор полетов" оргкомитета).
 Сохранение базы данных и контактов.
 Публикация итогов:
 Фото- и видеорепортажи, финальный пресс-релиз.
 Публикация полных результатов на сайте.
 Ключевые принципы успеха:
 Четкое планирование: Используйте таблицы, канбан-доски (Trello, Notion), календари.
 Команда: Подбирайте ответственных и мотивированных людей.
 Коммуникация: Регулярные совещания и ясные каналы связи (мессенджеры).
 Контроль рисков: Всегда имейте "План Б" на случай непогоды, поломки оборудования, неявки ключевого человека.
 Участник в центре: Все решения должны учитывать комфорт и ясность правил для участников.

3. Составление положения и регламента

Положение о соревнованиях — это **основной документ**, определяющий общие условия. Его структура:

Цели и задачи.

Время и место проведения.

Руководство организацией (кто проводит).

Участники (допуск: возраст, пол, квалификация, заявки).

Программа и условия проведения (расписание дней).

Система определения победителей (личный и командный зачет).

Награждение.

Финансовые условия (источники финансирования, взносы).

Обеспечение безопасности и медицинское обслуживание.

Подача протестов.

Регламент соревнований — это **технический документ**, детализирующий положение:

Точное расписание по дням и времени (когда жеребьевка, разминка, старт).

Схемы турнирных сеток (для игровых видов).

Требования к инвентарю и оборудованию.

Порядок проведения церемоний открытия/закрытия.

Особые правила для данной конкретной серии соревнований.

4. Состав рабочей группы по подготовке и проведению соревнований

Это **организационный комитет (оргкомитет)**, который работает до и во время соревнований. Возглавляет его **председатель** (директор соревнований).

Примерный состав:

Председатель/Директор соревнований — общее руководство.

Заместители по направлениям:

По организационным вопросам (связь с администрациями, аренда).

По финансово-экономическим вопросам (бюджет, призы, обеспечение).

По медицинскому и антидопинговому обеспечению.

По безопасности и взаимодействию с правоохранительными органами.

Менеджер по работе с участниками (аккредитация, размещение, питание, трансфер).

Менеджер по работе со зрителями и СМИ (билеты, аккредитация журналистов, пресс-центр).

Технический менеджер (оборудование площадок, инвентарь, звук, свет).

Координатор церемоний (открытие/закрытие).

Секретарь оргкомитета (документооборот, протоколы заседаний).

5. Состав главной судейской коллегии (ГСК) соревнований

Это **судейская команда**, отвечающая за непосредственное проведение состязаний и соблюдение правил. Возглавляет ее **главный судья**.

Типовой состав ГСК:

Главный судья — несет полную ответственность за судейство, трактовку правил, разрешение спорных ситуаций, утверждает итоговые результаты.

Заместители главного судьи (обычно 2-3):

По судейству (координирует работу всех судейских бригад).

По организации (взаимодействие с оргкомитетом по расписанию, готовности мест соревнований).

По информации (своевременное объявление результатов, работа с секретариатом).

Главный секретарь — ключевая фигура в документационном обеспечении:

Руководит работой **секретариата** (прием заявок, оформление протоколов, начисление очков, подготовка итоговых документов и отчетов).

Ведет всю техническую документацию соревнований.

Руководители дистанций/секторов/площадок (в зависимости от вида спорта) — непосредственно отвечают за судейство на конкретном объекте.

Судьи различных категорий и специальностей (стартер, хронометрист, судья на финише, судья на видеоповторе (VAR), боковые судьи, арбитры на ковре/площадке и т.д.).

Информатор — объявляет решения ГСК, ход соревнований, результаты.

Комиссар (назначается федерацией) — представитель вышестоящей организации, осуществляет контроль за соответствием проведения соревнований утвержденным правилам и положению.

Важно: Конкретный состав ГСК и оргкомитета может меняться в зависимости от масштаба, вида спорта и финансовых возможностей мероприятия.

Лекция №6 Организация физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста.

Содержание

Организация физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста.

Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста.

Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с детьми дошкольного возраста.

Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Цель и задачи физкультурно-спортивной работы

Основная цель:

Формирование основ здорового образа жизни, гармоничное физическое и психическое развитие детей дошкольного возраста, создание фундамента для физической подготовленности и интереса к двигательной активности.

Задачи:

Оздоровительные:

Укрепление здоровья и закаливание организма

Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия

Развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем

Повышение сопротивляемости организма заболеваниям

Образовательные:

Формирование двигательных умений и навыков

Обогащение двигательного опыта

Развитие физических качеств (ловкость, гибкость, координация, сила)

Обучение основам техники основных движений

Воспитательные:

Воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой

Формирование волевых качеств, дисциплинированности

Развитие коммуникативных способностей, умения работать в коллективе

Воспитание нравственных качеств (смелость, решительность, взаимопомощь)

Направления и содержание работы

Основные направления:

Физкультурно-оздоровительное:

Утренняя гимнастика

Физкультурные минутки

Закаливающие процедуры

Подвижные игры на прогулке

Дни здоровья

Образовательное:

Физкультурные занятия (традиционные, сюжетные, игровые)

Обучение основным движениям (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание)

Формирование навыков в спортивных упражнениях

Спортивно-досуговое:

Спортивные праздники и развлечения

Недели здоровья

Спартакиады и соревнования между группами

Туристические прогулки

Содержание работы:

Основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, метание)

Общеразвивающие упражнения (для различных групп мышц)

Подвижные игры (сюжетные, бессюжетные, игры-эстафеты)

Спортивные упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде, плавание)

Элементы спортивных игр (бадминтон, футбол, баскетбол, хоккей в адаптированном виде)

Формы организации

Обязательные формы:

Физкультурные занятия (3 раза в неделю, один из которых на улице)

Утренняя гимнастика (ежедневно)

Физкультминутки (во время занятий)

Подвижные игры на прогулке (ежедневно)

Индивидуальная работа по развитию движений

Дополнительные формы:

Физкультурные досуги (1 раз в месяц)

Спортивные праздники (2-3 раза в год)

Дни здоровья (1 раз в квартал)

Недели здоровья

Секционная работа (кружки, секции)

Самостоятельная двигательная деятельность:

Свободная активность детей в группе и на участке

Создание условий для двигательной активности

Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий

Принципы организации:

Систематичность и регулярность занятий

Постепенность увеличения нагрузки

Доступность и индивидуальный подход

Наглядность и сознательность

Чередование разных видов деятельности

Положительный эмоциональный фон

Методические особенности:

Утренняя гимнастика:

Продолжительность: 5-10 минут

Структура: вводная часть, общеразвивающие упражнения, заключительная часть

Использование предметов (мячи, обручи, флажки)

Музыкальное сопровождение

Физкультурные занятия:

Структура:

Вводная часть (3-5 мин): построение, виды ходьбы и бега

Основная часть (15-20 мин): ОРУ, основные движения, подвижная игра

Заключительная часть (3-5 мин): спокойная ходьба, дыхательные упражнения

Вариативность форм: занятия-тренировки, сюжетные, игровые, тематические

Подвижные игры:

Подбор игр в соответствии с возрастом и возможностями детей

Четкое объяснение правил

Распределение ролей с учетом индивидуальных особенностей

Дозирование нагрузки

Закаливающие процедуры:

Систематичность и постепенность

Учет состояния здоровья каждого ребенка

Комплексный подход: воздушные, водные, солнечные процедуры

Положительный эмоциональный настрой

Требования к организации пространства и оборудования:

Безопасность всех физкультурных снарядов и оборудования

Достаточность пространства для двигательной активности

Разнообразие спортивного инвентаря

Наличие специально оборудованных зон (физкультурный зал, площадка на участке)

Эстетическое оформление спортивной среды

Взаимодействие с семьей:

Информирование родителей о целях и задачах физкультурно-спортивной работы

Совместные спортивные мероприятия

Консультации по физическому развитию детей

Рекомендации по организации двигательной активности дома

Мониторинг эффективности:

Оценка физического развития (антропометрические данные)

Динамика развития физических качеств

Уровень освоения основных движений

Отношение детей к двигательной активности

Показатели здоровья (заболеваемость, физическая подготовленность)

Важно: Все физкультурно-спортивные мероприятия должны проводиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, создавать ситуацию успеха для каждого ребенка и формировать устойчивый интерес к физической культуре как основе здорового образа жизни.

Лекция №7 Организация физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста.

Содержание

Организация физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста.

Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста.

Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с детьми школьного возраста.

Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с детьми школьного возраста.

Цель

Формирование всесторонне развитой, физически и психически здоровой личности школьника через систематическую физическую активность, воспитание потребности в здоровом образе жизни и устойчивой привычки к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Основные задачи

Оздоровительные:

Укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей организма

Формирование правильной осанки и профилактика заболеваний

Развитие основных физических качеств (сила, выносливость, гибкость, координация, быстрота)

Образовательные:

Формирование двигательных умений и навыков

Обучение основам техники различных видов спорта

Приобретение знаний в области гигиены, теории и методики физического воспитания

Воспитательные:

Воспитание морально-волевых качеств (дисциплинированность, настойчивость, смелость)

Формирование социальной активности и коммуникативных навыков

Воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой

Прикладные:

Развитие способности использовать физическую культуру для организации отдыха и досуга

Подготовка к трудовой деятельности и службе в армии

Направления и содержание работы

Учебная деятельность:

Уроки физической культуры (базовая часть)

Факультативные и элективные курсы

Дифференцированный подход с учетом состояния здоровья и физической подготовленности

Внеурочная деятельность:

Спортивные секции по видам спорта

Группы общей физической подготовки

Клубы по интересам (туризм, плавание, единоборства и др.)

Спортивно-массовая работа:

Внутришкольные соревнования и спартакиады

Спортивные праздники и фестивали

Дни здоровья

Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:

Утренняя гимнастика

Физкультминутки на уроках

Подвижные игры на переменах

Спортивный час в группах продленного дня

Взаимодействие с семьей:

Совместные спортивные мероприятия

Консультации для родителей

Семейные спортивные клубы

Формы организации

Основные:

Урок физической культуры (традиционный, комплексный, тематический, контрольный)

Спортивные секции и кружки

Соревнования (личные, командные, классификационные, массовые)

Спортивные праздники и фестивали

Дополнительные:

Туристские походы и слеты

Занятия в спортивно-оздоровительных лагерях

Спортивные клубы и объединения

Самостоятельные занятия по индивидуальным планам

Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Принципы организации:

Регулярность и систематичность

Доступность для всех категорий учащихся

Учет возрастных и индивидуальных особенностей
 Сочетание массовости и высоких спортивных достижений
 Соблюдение требований безопасности

Этапы проведения мероприятий:

Подготовительный этап:

Определение целей и задач мероприятия
 Разработка положения о проведении
 Формирование оргкомитета и судейской коллегии
 Подготовка мест проведения и инвентаря
 Информационное сопровождение и мотивация участников

Основной этап (проведение):

Торжественное открытие
 Непосредственное проведение соревнований/мероприятий
 Строгое соблюдение регламента и правил
 Обеспечение медицинского контроля и безопасности

Заключительный этап:

Подведение итогов, награждение победителей
 Анализ результатов и методическое обобщение
 Освещение результатов в СМИ и школьных информационных ресурсах

Методические особенности:

Для спортивно-массовых мероприятий:

Четкая регламентация правил и условий
 Объективное судейство
 Создание атмосферы праздника и fair play
 Учет уровня подготовленности участников

Для физкультурно-оздоровительных мероприятий:

Акцент на участие, а не на спортивный результат
 Включение элементов игры и развлечения
 Минимальные ограничения по уровню подготовленности
 Создание комфортной психологической атмосферы

Организационно-педагогические условия:

Наличие материально-технической базы
 Квалифицированные педагогические кадры
 Медицинское обеспечение
 Методическое сопровождение
 Система мотивации и поощрения участников

Контроль эффективности осуществляется через:

Динамику показателей здоровья учащихся
 Уровень физической подготовленности
 Результативность участия в соревнованиях
 Посещаемость занятий и мероприятий
 Социологические опросы учащихся и родителей

Эффективная организация физкультурно-спортивной работы способствует не только физическому развитию школьников, но и формированию важных социальных качеств, обеспечивая тем самым комплексное развитие личности в школьный период.

Лекция №8 Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью

Содержание

1. Организация физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью.

2. Цель, задачи физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью.

3. Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью.

4. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий со студенческой молодежью.

Цель и задачи физкультурно-спортивной работы со студенческой молодежью

Основная цель: Формирование физической культуры личности студента, укрепление здоровья, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом как неотъемлемой части здорового и профессионально-ориентированного образа жизни.

Ключевые задачи:

Оздоровительные:

Укрепление здоровья, повышение уровня физического развития и функциональных возможностей организма.

Профилактика заболеваний, снятие психоэмоционального напряжения, связанного с учебной деятельностью.

Формирование навыков здорового образа жизни (ЗОЖ).

Образовательные:

Освоение системы знаний в области физической культуры, гигиены, физиологии.

Формирование двигательных умений и навыков, овладение техникой различных видов спорта.

Обучение методам самоконтроля и самостоятельной организации занятий.

Воспитательные:

Воспитание волевых, нравственных и морально-этических качеств (дисциплина, трудолюбие, целеустремленность, ответственность, коллективизм).

Формирование активной жизненной позиции и социальной зрелости.

Профилактика асоциального поведения.

Прикладные (профессионально-прикладные):

Развитие физических качеств и способностей, наиболее важных для будущей профессиональной деятельности (профессионально-прикладная физическая подготовка - ППФП).

Повышение устойчивости организма к неблагоприятным условиям труда.

Спортивные:

Подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в студенческих сборных командах.

Популяризация спорта высших достижений.

Направления, содержание и формы организации работы

Направления и их содержание:

Учебная работа:

Содержание: Обязательные учебные занятия (практические, теоретические, методические) по дисциплине «Физическая культура и спорт» в соответствии с учебным планом. Включает базовые виды (легкая атлетика, гимнастика, плавание, спортивные игры и т.д.) и элективные курсы по выбору (фитнес, единоборства, скалолазание и др.).

Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа:

Содержание: Организация мероприятий, вовлекающих максимальное число студентов вне учебного расписания: соревнования, праздники, дни здоровья, массовые зарядки, туристические походы, работа спортивных клубов и секций.

Работа со спортивным студенческим активом и сборными командами:

Содержание: Плановая тренировочная работа со студентами, имеющими высокий спортивный уровень. Подготовка команд к универсиадам, чемпионатам вуза, города, страны (например, в системе Студенческой спортивной лиги).

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП):

Содержание: Специально разработанные программы и модули, учитывающие специфику будущей профессии студентов (например, для геологов - походная подготовка, для IT-специалистов - упражнения для профилактики гиподинамии и зрения).

Научно-методическая и просветительская работа:

Содержание: Чтение лекций, проведение конференций, распространение информационных материалов (буклеты, сайт, соцсети) о ЗОЖ, питании, методиках тренировок. Научные исследования в области физиологии, психологии спорта, менеджмента спорта.

Инфраструктурное и материально-техническое обеспечение:

Содержание: Содержание и развитие спортивной базы (залы, стадионы, бассейны, тренажерные залы), обеспечение инвентарем и оборудованием.

Основные формы организации:

Обязательные: Учебные занятия (практикумы, лекции), зачеты/экзамены.

Самостоятельные: Индивидуальные или групповые тренировки по заданию преподавателя или по личной инициативе.

Внеучебные (добровольные):

Секционные: Занятия в спортивных секциях по видам спорта.

Кружковые: Группы ОФП, группы здоровья, группы по интересам (йога, стретчинг).

Клубные: Деятельность в рамках студенческого спортивного клуба (ССК).

Соревновательные: Участие в мероприятиях разного уровня (от внутривузовских до международных).

Массовые: Физкультурные праздники, флешмобы, оздоровительные акции.

Контрольно-диагностические: Медицинские обследования, тестирование физической подготовленности (нормативы ГТО и др.).

Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Этот процесс является циклическим и включает несколько ключевых этапов:

1. Планирование:

Определение целей мероприятия (оздоровительная, развлекательная, соревновательная, вовлекающая).

Разработка Положения о мероприятии (цель, дата, место, участники, программа, условия зачета, награждение).

Составление календарного плана на учебный год/семестр с учетом академической нагрузки студентов.

Формирование оргкомитета и судейской коллегии.

2. Подготовка:

Рекламно-информационная кампания: анонсы на сайте, в соцсетях, информационных стендах.

Материально-техническое обеспечение: подготовка площадок, инвентаря, оборудования, призов, медицинского пункта.

Подготовка участников: информирование капитанов команд, проведение жеребьевок, инструктажи по технике безопасности.

Привлечение волонтеров и помощников из числа студенческого актива.

3. Проведение:

Торжественное открытие (парад участников, поднятие флага, приветствия).

Непосредственно соревновательная или оздоровительная программа по утвержденному регламенту.

Обеспечение безопасности, медицинского сопровождения и дисциплины.

Работа судейской коллегии, протоколирование результатов.

Создание позитивной эмоциональной атмосферы (музыка, комментаторы, поддержка болельщиков).

4. Подведение итогов и анализ:

Торжественное награждение победителей и призеров (грамоты, кубки, медали, призы).

Закрытие мероприятия.

Освещение результатов в СМИ и на информационных ресурсах вуза.

Анализ эффективности: количество участников, зрителей, достигнуты ли цели, обратная связь от студентов, выявление проблем для будущего планирования.

Методические принципы при проведении массовых мероприятий:

Доступность: Мероприятия должны быть рассчитаны на разный уровень подготовленности (например, «Веселые старты» наряду с серьезными турнирами).

«Игра для всех»: Акцент на вовлечение максимального числа студентов, а не только спортсменов.

Зрелищность и праздничность: Элементы шоу, музыка, вовлечение болельщиков.

Поощрение участия, а не только победы: Награды за «волю к победе», самую дружную команду и т.д.

Взаимосвязь с учебным процессом: Не перегружать студентов в период сессий.

Вывод: Успешная физкультурно-спортивная работа в вузе – это комплексная система, интегрирующая обязательный учебный процесс, массовую оздоровительную работу и спорт высших достижений. Её эффективность зависит от слаженного взаимодействия администрации вуза, кафедры физического воспитания, студенческого спортивного клуба, профкома студентов и личной заинтересованности самих обучающихся.

Лекция №9 Организация физкультурно-спортивной работы с взрослым населением.

Содержание

Организация физкультурно-спортивной работы с взрослым населением.

Цель, задачи физкультурно-спортивной работы с лицами, осуществляющими трудовую деятельность.

Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами, осуществляющими трудовую деятельность.

Цель, задачи, функции, направления и формы физкультурно-спортивной работы с лицами пожилого и старческого возраста.

Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами пожилого и старческого возраста.

Физкультурно-спортивная работа с лицами трудоспособного возраста (осуществляющими трудовую деятельность)

Цель: Сохранение и укрепление здоровья работающего населения, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов труда и быта, поддержание высокой

профессиональной работоспособности, профилактика заболеваний, связанных с гиподинамией и профессиональным стрессом.

Основные задачи:

Профилактические: Компенсация дефицита двигательной активности (гиподинамии), предупреждение профессиональных заболеваний и стрессовых состояний.

Оздоровительные: Укрепление сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной систем, повышение иммунитета, коррекция массы тела.

Восстановительные: Восстановление физических и психических сил после рабочего дня (снятие утомления, психоэмоциональной напряженности).

Образовательные: Формирование знаний и навыков в области физической культуры, здорового образа жизни, рационального режима труда и отдыха.

Социально-психологические: Сплочение коллектива, улучшение социально-психологического климата в организации, формирование корпоративной культуры.

Направления и содержание:

Производственная физическая культура:

Вводная гимнастика (перед началом работы для быстрой мобилизации).

Физкультурные паузы и минуты (кратковременные комплексы в течение рабочего дня для активного отдыха и поддержания работоспособности).

Послерабочие (восстановительные) занятия для снятия утомления.

Оздоровительно-реабилитационные мероприятия:

Занятия по профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата (остеохондроз, туннельные синдромы), кардиотренировки.

Программы по снятию стресса (йога, пилатес, дыхательные практики).

Корпоративный спорт и досуг:

Организация секций, спартакиад, турниров, туристических слетов.

Корпоративные программы скидок на абонементы в фитнес-клубы.

Формы организации:

На базе предприятия: Спортивные клубы, секции, группы здоровья, физкультурно-оздоровительные комплексы.

На базе муниципальных учреждений: Занятия в спортивных центрах, бассейнах, ФОКах, фитнес-клубах.

Самостоятельные и семейные формы: Индивидуальные тренировки, занятия в парках, участие в массовых стартах (забеги, лыжные гонки).

Дистанционные формы: Онлайн-тренировки, мобильные приложения для контроля активности.

2. Физкультурно-спортивная работа с лицами пожилого и старческого возраста

Цель: Сохранение активного долголетия, поддержание оптимального уровня физического и психического здоровья, функциональной самостоятельности, профилактика преждевременного старения, улучшение качества жизни и социальной адаптации.

Задачи:

Поддерживающие: Сохранение и развитие остаточных физических возможностей (мышечной силы, гибкости, координации, выносливости).

Оздоровительные: Профилактика и смягчение возрастных заболеваний (остеопороз, артроз, гипертония, ожирение), улучшение работы сердца, сосудов, дыхательной системы.

Реабилитационные: Восстановление после перенесенных заболеваний и травм, поддержание мобильности и навыков самообслуживания.

Психоэмоциональные: Борьба с чувством одиночества, депрессией, поддержание позитивного настроения, улучшение когнитивных функций (память, внимание).

Социальные: Расширение круга общения, социализация, преодоление изоляции, формирование нового социально значимого статуса.

Функции:

Оздоровительная: Основная функция, направленная на укрепление здоровья.

Социально-интегративная: Объединение людей в группы, клубы по интересам.

Коммуникативная: Создание условий для общения.

Рекреационно-досуговая: Организация содержательного и приятного отдыха.

Образовательно-просветительская: Информирование о принципах здорового старения.

Направления и содержание:

Оздоровительно-профилактическое: Занятия общей физической подготовкой с акцентом на развитие гибкости, равновесия, мышечного корсета (суставная гимнастика, скандинавская ходьба, плавание, аквааэробика).

Реабилитационно-восстановительное: Лечебная физкультура (ЛФК) при различных заболеваниях, занятия после эндопротезирования, перенесенных инсультов и инфарктов.

Досугово-рекреационное: Игры (боче, новус, городки, настольный теннис), пешие и лыжные прогулки, танцевальные программы.

Образовательно-просветительское: Школы активного долголетия, лекции по питанию, психологии старения, безопасности в быту.

Формы организации:

Групповые занятия в учреждениях: Клубы "Здоровье", группы ЛФК при поликлиниках, занятия в комплексных центрах социального обслуживания населения (КЦСОН), университетах третьего возраста.

Занятия в спортивных учреждениях: Специализированные секции в ФОКах, бассейнах (часы для малоподвижных групп), группы скандинавской ходьбы в парках.

Самостоятельные занятия: Выполнение рекомендованных комплексов дома, прогулки, использование тренажеров во дворах.

Массовые и досуговые мероприятия: Фестивали, спартакиады для старшего поколения, туристические слеты, праздники.

Ключевые принципы для работы с пожилыми:

Доступность и безопасность: Дозированные нагрузки, исключение упражнений с резкими движениями и риском падения.

Индивидуализация: Учет сопутствующих заболеваний, функционального состояния.

Регулярность и систематичность: Занятия должны быть постоянными (2-3 раза в неделю).

Медицинский контроль: Обязательное предварительное обследование и периодический врачебный контроль.

Добровольность и позитивный настрой: Создание комфортной, дружеской атмосферы.

Вывод: Организация физкультурно-спортивной работы с взрослым населением требует дифференцированного подхода. Для трудоспособных акцент делается на профилактику профессиональных рисков и поддержание высокой работоспособности, а для пожилых — на сохранение функциональной независимости, здоровья и социальной активности через щадящие, регулярные и доступные формы занятий. Оба направления служат важнейшими инструментами государственной политики в области общественного здоровья.

Лекция №10 Организация физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Содержание

Организация физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Цель, задачи, физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с лицами, с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с инвалидами).

Организация физкультурно-спортивной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидами — это комплексная система, направленная на реабилитацию, социализацию и повышение качества жизни через физическую активность.

Вот ключевые принципы, направления и этапы организации такой работы:

1. Нормативно-правовая база (Фундамент)

Работа строится на основе:

Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (право на инклюзивное образование).

Федеральный закон № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в РФ» (обеспечение доступности спортивных объектов).

Государственная программа «Доступная среда».

Федеральные стандарты спортивной подготовки по адаптивным видам спорта.

Конвенция ООН о правах инвалидов.

2. Ключевые принципы организации

Индивидуализация: Учет диагноза, степени ограничений, психофизического состояния, интересов личности.

Доступность (безбарьерная среда): Физическая (пандусы, лифты, специальное оборудование) и информационная (сурдоперевод, методички).

Безопасность: Медицинский контроль, профилактика травм, дозирование нагрузок.

Системность и непрерывность: Занятия должны быть регулярными, а не разовыми акциями.

Комплексность: Взаимодействие с врачами, психологами, социальными работниками.

Инклюзия (где это возможно и целесообразно): Интеграция лиц с ОВЗ в группы со здоровыми сверстниками.

3. Основные направления работы

а) Адаптивная физическая культура (АФК):

Цель: Не спортивные результаты, а реабилитация, коррекция нарушений, развитие жизненно важных компетенций.

Формы: Лечебная гимнастика, занятия на развитие моторики, координации, равновесия, игровые методы.

б) Адаптивный спорт:

Паралимпийский спорт: Для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, зрения.

Сурдлимпийский спорт: Для лиц с нарушениями слуха.

Спорт слепых (ИБСА).

Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями (Спешиал Олимпикс).

Национальные виды адаптивного спорта.

в) Рекреационно-оздоровительное направление:

Цель: Организация досуга, общение, получение удовольствия от движения.

Формы: Туристические походы (доступные), занятия в бассейне (акватерапия), фестивали, спортивные праздники.

4. Этапы организации работы в учреждении (школа, спортцентр, реабилитационный центр)

Формирование материально-технической базы:

Обеспечение безбарьерной среды.

Приобретение специализированного инвентаря (мячи со звуком, коляски для баскетбола, тренажеры с биологической обратной связью).

Кадровое обеспечение:

Привлечение специалистов: тренеры-преподаватели по адаптивному спорту, инструкторы-методисты по АФК.

Обязательное повышение квалификации и знание специфики работы с разными нозологиями.

Разработка программ:

Создание адаптированных программ под разные группы (ДЦП, нарушения зрения, слуха, ментальные нарушения).

Включение в программу этапов: диагностика, постановка целей, выбор средств, оценка эффективности.

Взаимодействие и сотрудничество:

С медицинскими учреждениями (получение допусков, консультации).

С общественными организациями инвалидов (ВОИ, ВОГ, ВОС).

С родителями и законными представителями.

С спонсорами и волонтерами.

Мотивация и вовлечение:

Проведение «Дней открытых дверей», мастер-классов с участием известных параспортсменов.

Участие в спортивных фестивалях («Спорт равных возможностей»), где важен не результат, а участие.

Система поощрений и награждений.

Соревновательная практика:

От внутригрупповых стартов до участия в официальных соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня.

5. Особенности работы с разными нозологиями

Нарушения опорно-двигательного аппарата (НОДА): Акцент на развитие силы сохранных мышечных групп, упражнения на растяжку, плавание. Использование спортивных колясок.

Нарушения зрения: Развитие слухового и тактильного восприятия, ориентировки в пространстве. Использование звуковых мячей, поводырей.

Нарушения слуха: Визуальный показ упражнений, четкая артикуляция, жесты. Развитие равновесия и координации.

Нарушения интеллекта (ПИН): Упрощение правил, игровые формы, частая смена деятельности, поощрение.

6. Проблемы и пути решения

Проблема: Недостаток финансирования и доступных объектов.

Решение: Партнерство с бизнесом, грантовая деятельность, адаптация существующих спортзалов.

Проблема: Низкая информированность и мотивация самих людей с ОВЗ.

Решение: Просветительская работа, соцсети, успешные примеры.

Проблема: Дефицит квалифицированных кадров.

Решение: Введение профильных курсов в вузах, стимулирующие надбавки.

Вывод: Успешная организация физкультурно-спортивной работы с лицами с ОВЗ требует междисциплинарного подхода, создания инфраструктуры (физической и кадровой) и, самое главное, понимания, что спорт и физкультура для этой категории — не роскошь, а эффективный инструмент

реабилитации и путь к полноценной жизни в обществе. Это инвестиция в человеческий капитал, которая меняет жизнь к лучшему.

Вопрос 2

Цель физкультурно-спортивной работы с лицами с ОВЗ и инвалидами

Главная цель: Комплексная реабилитация, социальная интеграция и повышение качества жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов через средства и методы адаптивной физической культуры и спорта.

Задачи физкультурно-спортивной работы

Задачи можно разделить на несколько групп:

1. Оздоровительно-реабилитационные:

Компенсация и коррекция нарушенных или утраченных функций.

Профилактика и лечение сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений (гиподинамия, ожирение и т.д.).

Повышение физической работоспособности, развитие основных физических качеств (сила, выносливость, координация, гибкость).

Укрепление здоровья, закаливание организма.

2. Образовательно-развивающие:

Формирование знаний о своем организме, здоровом образе жизни, возможностях своего организма.

Обучение жизненно важным и прикладным двигательным навыкам.

Развитие волевых качеств, уверенности в своих силах.

Освоение техники и тактики различных видов спорта (в спортивном направлении).

3. Психолого-педагогические:

Коррекция психоэмоционального состояния (борьба со стрессом, депрессией, апатией).

Формирование адекватной самооценки и позитивной «Я-концепции».

Развитие коммуникативных навыков, способности к взаимодействию в коллективе.

4. Социально-интеграционные:

Преодоление социальной изоляции, расширение круга общения.

Социальная адаптация и интеграция в общество.

Подготовка к участию в общественной жизни, в том числе в спортивных мероприятиях.

Профессиональная ориентация (в том числе в сфере спорта и ФК).

Направления физкультурно-спортивной работы

1. Адаптивное физическое воспитание (образование): Направлено на формирование базовых двигательных умений и навыков, знаний о ФК, развитие физических качеств. Основная форма работы в детских садах, школах, вузах (инклюзивное или специализированное образование).

2. Адаптивная двигательная рекреация: Оздоровительно-досуговая деятельность (походы, спортивные игры, занятия в бассейне, экотуризм и т.д.). Цель — удовольствие, отдых, оздоровление в свободное время.

3. Адаптивный спорт:

Спорт высших достижений (паралимпийский, сурдлимпийский, специолимпийский).

Массовый спорт: Участие в соревнованиях различных уровней для всех желающих.

Спортивно-оздоровительный спорт: Регулярные тренировки с целью улучшения здоровья и физической формы.

4. Адаптивная физическая реабилитация: Восстановление временно утраченных функций после заболеваний, травм, операций. Тесно связана с лечебной физкультурой (ЛФК) и медицинским сопровождением.

5. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики: Адаптивная ритмика, танцы на колясках, фитнес-программы под музыку и т.п. Направлены на самовыражение и эстетическое развитие.

Содержание работы

Содержание определяется видом нарушения (поражение опорно-двигательного аппарата, нарушение зрения, слуха, интеллекта, ментальные расстройства) и индивидуальными возможностями занимающегося.

Оно включает:

Специальные упражнения: на развитие мышечного корсета, равновесия, координации, мелкой моторики.

Корригирующие упражнения: для исправления осанки, предотвращения контрактур.

Дыхательные упражнения.

Прикладные упражнения: обучение навыкам ходьбы, пользования коляской, ориентировки в пространстве.

Спортивные дисциплины: легкая атлетика, плавание, бочча, голбол, настольный теннис, стрельба, лыжные гонки, следж-хоккей и многие другие (в адаптированном виде).

Игры: подвижные и спортивные игры с измененными правилами, инвентарем (звуковые мячи, мячи с лентами и т.д.).

Средства психорегуляции: аутогенная тренировка, элементы йоги.

Формы организации работы

1. По охвату занимающихся:

Индивидуальные занятия: Наиболее эффективны для лиц с тяжелыми нарушениями, на этапе реабилитации или начальной подготовки.

Групповые занятия: Способствуют социализации, взаимной поддержке. Формируются по виду нарушения, возрасту, уровню подготовки.

Смешанные (инклюзивные) занятия: Совместные занятия лиц с ОВЗ и без, на основе адаптации условий и правил.

2. По виду учреждений:

Учреждения образования: Детские сады, школы (коррекционные и инклюзивные), вузы. Занятия по расписанию в рамках программ АФК.

Учреждения социальной защиты: Реабилитационные центры, психоневрологические интернаты. Акцент на реабилитацию и рекреацию.

Учреждения здравоохранения: Санатории, центры восстановительной медицины, поликлиники. Акцент на ЛФК и реабилитацию.

Спортивные учреждения: ДЮСШ адаптивного спорта, спортивные клубы, физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОКи), обязанные иметь условия для маломобильных групп. Акцент на спортивную подготовку и массовый спорт.

Общественные организации: Всероссийское общество инвалидов, Всероссийское общество глухих, Паралимпийский комитет и др. Организация мероприятий, секций, соревнований.

3. По характеру мероприятий:

Учебно-тренировочные занятия.

Спортивно-массовые мероприятия и праздники.

Соревнования (от местных до международных).

Фестивали и смотры-конкурсы (например, фестивали параспорта).

Учебно-тренировочные сборы.

Туристские слеты и походы.

Важнейшим принципом всей этой работы является строгий врачебно-педагогический контроль: постоянное взаимодействие тренера/инструктора с врачом для корректировки нагрузок и недопущения ухудшения состояния здоровья.

Лекция №11 Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта.

Содержание

1. Сущность и виды волонтерства.

2. Цель и содержание волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта.

3. Задачи, состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта.

4. Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия.

1. Сущность и виды волонтерства

Сущность волонтерства — это добровольная, безвозмездная, социально-направленная деятельность, осуществляемая по свободному выбору человека или группы людей. Ключевые принципы: добровольность, безвозмездность (не означает отсутствие компенсаций на питание, проезд, сувенирную продукцию), польза обществу и личностный рост волонтера.

Основные виды волонтерства:

Событийное (волонтерство на мероприятиях): Работа на конкретных событиях (олимпиады, чемпионаты, марафоны, фестивали).

Социальное: Помощь незащищенным слоям населения (детям, пожилым, людям с инвалидностью).

Экологическое: Забота об окружающей среде (уборка территорий, посадка деревьев, экопросвещение).

Культурное: Работа в музеях, библиотеках, театрах, помощь в организации культурных событий.

Спортивное: Узкая специализация, относящаяся к событийному и социальному, направленная на популяризацию спорта и помощь в проведении мероприятий.

Корпоративное: Добровольческая деятельность сотрудников компаний, организованная работодателем.

Про-боно (skill-based volunteering): Волонтерство с использованием профессиональных навыков (юрист, дизайнер, IT-специалист).

Волонтерство в ЧС: Помощь в ликвидации последствий стихийных бедствий и катастроф.

2. Цель и содержание волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта

Главная цель: Содействие успешному проведению физкультурно-спортивных мероприятий, популяризация здорового образа жизни и ценностей спорта, а также повышение доступности спортивных услуг для различных групп населения.

Содержание деятельности включает два основных блока:

Обеспечение мероприятий:

Помощь в организации и логистике.

Работа со зрителями (встреча, навигация, информация).

Поддержка функционирования объектов (аккредитация, транспорт, питание).

Помощь в проведении соревнований (сопровождение атлетов, работа в зонах разминки и старта/финиша).

Работа с прессой и на церемониях.

Популяризация ФКиС и социальная миссия:

Организация и проведение массовых зарядок, флешмобов.

Помощь в адаптивном спорте (работа с людьми с инвалидностью).

Спортивное просвещение детей и молодежи.

Поддержка локальных спортивных инициатив и клубов.

3. Задачи, состав и направления работы волонтеров в области ФКиС

Задачи волонтеров:

Организационно-подготовительные: Участие в подготовке инвентаря, разметки, оформления.

Информационно-коммуникативные: Консультирование участников и гостей, работа в call-центрах, ведение соцсетей.

Сервисные: Обеспечение комфортных условий для атлетов, судей, зрителей.

Просветительские: Проведение мастер-классов, распространение информации о ЗОЖ.

Судейско-вспомогательные: Помощь в хронометраже, ведении протоколов, работе на этапах.

Состав (кадровый):

Студенты профильных вузов (ФКиС, туризм, менеджмент).

Активисты спортивных клубов и федераций.

Профессионалы, работающие pro-bono (переводчики, медики, IT).

Энтузиасты-любители спорта.

«Серебряные» волонтеры (пенсионеры, ведущие активный образ жизни).

Направления работы (функциональные роли):

Волонтеры аккредитации и welcome-зоны.

Транспортные волонтеры.

Волонтеры питания.

Волонтеры направления «Церемонии».

Волонтеры направления «Спорт» (непосредственно на спортивных объектах).

Волонтеры работы со СМИ.

Волонтеры медицинской помощи.

Волонтеры антидопинговой службы.

4. Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия

Это поэтапный процесс:

1. Этап планирования и подготовки мероприятия:

Определение потребности: Формирование заявок от функциональных подразделений оргкомитета на необходимое количество волонтеров по разным направлениям.

Разработка Положения о волонтерах (права, обязанности, условия).

Рекрутинг и отбор: Через сайты, соцсети, партнерские вузы. Проведение собеседований.

Обучение и инструктаж:

Общее (обязательное): Ценности мероприятия, безопасность, этика, антидопинг (если применимо), первая помощь.

Функциональное (профильное): Специфика конкретной роли (работа с системой аккредитации, правила на спортивном объекте).

Объектовое (venue-specific): Знакомство с конкретной локацией.

Экипировка и аккредитация: Выдача униформы, бейджей, необходимого снаряжения.

2. Этап проведения мероприятия:

Расстановка и координация: Назначение волонтеров на смены, на конкретные посты. Работа волонтерских менеджеров и тим-лидеров.

Обеспечение логистики: Организация транспорта, питания, комнат отдыха для волонтеров.

Мотивация и поддержка: Создание позитивной атмосферы, оперативное решение проблем, система поощрений (благодарственные письма, сувениры, возможность посмотреть соревнования).

3. Этап завершения мероприятия (пост-ивент):

Демобилизация: Сбор инвентаря и униформы.

Обратная связь: Проведение опросов, фокус-групп с волонтерами для анализа работы.

Благодарность и признание: Организация церемоний награждения, выдача сертификатов, рекомендательных писем, публичная благодарность в СМИ.

Формирование сообщества: Поддержание связи с волонтерами для участия в будущих проектах.

Ключевой принцип успешной организации: Волонтер — не бесплатная рабочая сила, а полноценный член команды мероприятия, чей вклад и благополучие напрямую влияют на имидж и успех всего события.

Лекция №12 Показатели результативности физкультурно-спортивной работы.

Содержание

Показатели результативности физкультурно-спортивной работы.

Оценка уровня физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость).

Спортивные достижения (медали, рекорды),

Уровень вовлеченности населения (процент занимающихся, участие в массовых мероприятиях).

Состояние здоровья (улучшение показателей здоровья, снижение заболеваемости), а также личностное развитие (формирование ценностей здорового образа жизни, нравственное развитие).

Показатели результативности физкультурно-спортивной работы — это система измеримых критериев, которые позволяют оценить эффективность деятельности организаций, учреждений и даже целых регионов в сфере физической культуры и спорта.

Их можно разделить на несколько ключевых блоков.

1. Показатели, связанные с населением (оздоровительные и массовые)

Цель: повышение количества систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Доля населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом (ключевой федеральный показатель, обычно в % от общей численности).

Количество людей, выполнивших нормативы ГТО (и процент выполнивших от общего числа сдававших).

Количество и охват участников массовых физкультурных мероприятий (городские забеги, фестивали, "Лыжня России" и т.д.).

Количество организованных физкультурно-оздоровительных групп и секций (включая группы здоровья для старшего поколения, занятия для людей с ОВЗ).

Уровень удовлетворенности населения предоставляемыми физкультурно-оздоровительными услугами (измеряется через опросы).

2. Показатели, связанные со спортом высших достижений

Цель: успешное выступление на соревнованиях самого высокого уровня.

Количество подготовленных спортсменов спортивного звания "Мастер спорта" и высшего звания "Мастер спорта международного класса".

Количество побед и призовых мест на соревнованиях различного уровня (чемпионаты и первенства мира, Европы, России).

Количество спортсменов, входящих в состав сборных команд России.

Места в общекомандных зачетах на крупнейших соревнованиях.

Динамика роста спортивного рейтинга (в игровых видах спорта).

3. Показатели развития спортивной инфраструктуры

Цель: обеспечение доступности объектов для занятий.

Обеспеченность населения спортивными сооружениями (количество объектов, пропускная способность, площадь в расчете на 1 тыс. жителей).

Степень загруженности и доступности объектов (в т.ч. для маломобильных групп).

Количество новых/реконструированных спортивных объектов, введенных в эксплуатацию.

Доля школьных спортивных клубов и доступных школьных спортзалов/стадионов.

Количество открытых и доступных уличных спортивных площадок (воркаут, скейт-парки и т.д.).

4. Показатели, связанные с кадрами и финансированием

Цель: эффективное ресурсное обеспечение отрасли.

Количество квалифицированных тренеров и инструкторов (в расчете на количество занимающихся).

Объем бюджетных и внебюджетных средств, привлеченных в отрасль.

Эффективность использования финансовых средств (например, стоимость подготовки одного спортсмена разряда или затраты на одного участника массового мероприятия).

5. Показатели работы со children и youth

Цель: развитие детско-юношеского спорта.

Доля детей и подростков, систематически занимающихся спортом (в % от общей численности возрастной группы).

Количество занимающихся в учреждениях спортивной подготовки (СДЮСШОР, ЦОП, школы олимпийского резерва).

Количество проведенных соревнований для детей и youth.

Количество спортивных классов, школьных лиг и т.д..

Уровень травматизма на тренировках и соревнованиях (показатель безопасности).

6. Показатели популяризации и медиа-активности

Цель: формирование ценности здорового образа жизни.

Освещение в СМИ (количество публикаций, телесюжетов, упоминаний в соцсетях).

Активность в digital-среде (охват аудитории официальных сайтов и соцсетей спортивных учреждений).

Количество информационных кампаний, пропагандирующих ЗОЖ и спорт.

Как используются эти показатели?

Для оценки органов власти: Регионы и муниципалитеты отчитываются по ключевым показателям (КПЭ), которые влияют на рейтинги и финансирование.

Для анализа эффективности учреждений: Спортшколы, фитнес-клубы, центры спортивной подготовки оценивают свою работу и ставят цели.

Для стратегического планирования: На их основе разрабатываются государственные и региональные программы развития физической культуры и спорта.

Для привлечения инвестиций и спонсорства: Конкретные цифры делают проект более понятным и измеримым для партнеров.

Тренд последних лет: Смещение акцента с исключительно "спортивных" показателей (чемпионы, медали) на социально-оздоровительные (охват населения, доступность, удовлетворенность). Результативность все чаще оценивают не только по достижениям элитных спортсменов, но и по вкладу в общественное здоровье и качество жизни граждан.

1. Оценка уровня физической подготовленности населения

Оценивается, как правило, через нормативные тесты (например, ГТО в РФ или аналоги в других странах) в разных возрастных группах.

Сила: подтягивания, отжимания, прыжок в длину с места, становая тяга.

Быстрота: бег на короткие дистанции (30м, 60м, 100м).

Выносливость: бег на длинные дистанции (1000м, 2000м, 3000м), тест Купера (12-минутный бег).

Ловкость (координация): челночный бег, упражнения на равновесие, спортивные игры.

Гибкость: наклон вперед из положения стоя или сидя, мост, шпагат.

Метрика: процент населения, выполнившего нормативы на знаки отличия (золото, серебро, бронза), динамика средних результатов.

2. Спортивные достижения (спорт высших достижений)

Показатели успешности спортивной элиты и системы подготовки резерва.

Медали и места на официальных соревнованиях: Олимпийские игры, чемпионаты мира, Европы, национальные первенства.

Рекорды: мировые, континентальные, национальные.

Рейтинг сборных команд в международных федерациях.

Количество спортсменов, входящих в элиту мирового спорта (топ-10, топ-50 рейтингов).

Метрика: количество завоеванных наград, места в неофициальном командном зачете.

3. Уровень вовлеченности населения (массовый спорт)

Показатели охвата и активности.

Процент систематически занимающихся (не менее 2-3 раз в неделю) от общей численности населения или отдельных групп (дети, взрослые, пенсионеры).

Численность занимающихся в спортивных секциях, клубах, школах.

Участие в массовых физкультурных мероприятиях: число участников городских забегов, лыжных гонок, фестивалей ГТО, "Дней здоровья".

Посещаемость спортивных объектов (стадионы, бассейны, фитнес-центры).

Количество и разнообразие проводимых массовых мероприятий.

4. Состояние здоровья населения

Опосредованный, но критически важный показатель.

Динамика заболеваемости в группах, вовлеченных в систематические занятия (особенно по болезням сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, ожирению).

Улучшение показателей здоровья: снижение артериального давления, индекса массы тела, повышение функциональных возможностей (по результатам диспансеризации).

Снижение количества дней временной нетрудоспособности (больничных) у занимающихся.

Увеличение продолжительности здоровой (активной) жизни.

5. Личностное развитие и социальные эффекты

Качественные и воспитательные результаты.

Формирование ценности ЗОЖ: рост числа людей, осознанно выбирающих здоровые привычки (отказ от курения, правильное питание + спорт). Измеряется через опросы.

Нравственное развитие: воспитание таких качеств, как дисциплина, воля, умение работать в команде, уважение к сопернику, соблюдение правил (fair play).

Профилактика девиантного поведения среди детей и молодежи (снижение уровня правонарушений в спортивных группах).

Социальная интеграция и инклюзия: вовлечение людей с инвалидностью, мигрантов, других уязвимых групп.

Удовлетворенность населения качеством предоставляемых физкультурно-спортивных услуг.

Важные интегрирующие показатели для оценки системы в целом:

Инфраструктура: обеспеченность населения спортивными сооружениями (кв. м на 1 тыс. чел.).

Кадры: количество и квалификация тренеров, инструкторов.

Финансирование: объем бюджетных и внебюджетных средств на душу населения.

Эффективность: соотношение затрат к достигнутым результатам по всем вышеперечисленным группам.

Вывод: Эффективная физкультурно-спортивная политика должна иметь сбалансированную систему оценки, включающую как объективные количественные показатели (проценты, медали, нормативы), так и качественные социально-оздоровительные результаты. Только так можно получить полную картину о ее вкладе в физическое и нравственное здоровье нации.

Лекция №13 Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи

Содержание

Организация и проведение физкультурных мероприятий, направленных на решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи

Значение физической культуры в формировании ЗОЖ.

Значение физической культуры в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи.

Способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры.

Организация физкультурных мероприятий с гражданско-патриотическим компонентом — это мощный инструмент формирования ценностей у молодежи через действие, эмоции и коллективный опыт.

Вот комплексный подход к организации и проведению таких мероприятий, от концепции до реализации.

1. Ключевые принципы (Фундамент)

Синтез, а не навязывание: Патриотизм должен быть естественной частью события, а не отдельной лекцией. Он — в названии, символике, историческом контексте соревнований, в биографиях почетных гостей.

Инклюзивность и позитив: Мероприятие должно объединять, а не делить. Акцент на общих ценностях: взаимовыручка, преодоление, уважение к сопернику, память о предках.

Деятельностный подход: Молодёжь — не просто зритель, а участник и соорганизатор (волонтеры, судьи, ведущие).

Безопасность: Физическая, эмоциональная и идеологическая. Никаких экстремизма, насилия или дискриминации.

2. Цели и задачи

Главная цель: Формирование гражданской идентичности и патриотических чувств у молодежи через ценности физической культуры и спорта.

Задачи:

Образовательные: Познакомить с историческими событиями, героями, символами через метафоры и сценарии состязаний.

Воспитательные: Воспитать чувство долга, коллективизма, ответственности за команду, уважения к традициям.

Практические: Развить физические качества, прикладные навыки (оказание первой помощи, ориентирование), подготовку к службе Отечеству.

Мотивационные: Стимулировать интерес к регулярным занятиям спортом и изучению истории своей страны/края.

3. Форматы мероприятий (От простого к сложному)

Тематические спортивные праздники: «Игры победителей» (ко Дню Победы), «Богатырские игры», «Защитники Отечества».

Прикладные эстафеты и соревнования: «Готов к труду и обороне» (ГТО), «Школа безопасности» (полоса препятствий, ориентирование), «Юный спасатель».

Туристско-краеведческие мероприятия: Походы по местам боевой славы, «Зарница» (с элементами военно-патриотической игры), велопоходы с посещением памятных мест.

Мемориальные турниры: Спортивные соревнования, названные в честь героев-земляков, ветеранов спорта или войн.

Флешмобы и массовые акции: Массовые зарядки с ветеранами, построение в виде символа (флаг, звезда), «Лыжня памяти».

Встречи и диалоги: «На спортивной волне» — встречи с известными спортсменами, служившими в армии, или с ветеранами спорта.

4. Этапы организации и проведения

1. Подготовительный этап:

Создание оргкомитета: Привлечь педагогов, тренеров, представителей молодёжных объединений, ветеранских организаций, военно-патриотических клубов, краеведов.

Разработка концепции и положения: Чётко прописать цели, задачи, программу, условия участия, критерии оценки (не только спортивный результат, но и дух команды, знание истории).

Разработка сценария: Продумать церемонии открытия/закрытия, музыкальное сопровождение (песни военных лет, гимны), работу ведущих.

Привлечение участников и партнёров: Школы, колледжи, вузы, спортивные секции. Партнёры: местная администрация, военкомат, музеи, спонсоры.

Работа с символикой: Единый стиль (логотип, форма для волонтёров), использование государственной и региональной символики, георгиевских ленточек.

2. Основной этап (Проведение):

Торжественное открытие: Вынос флага, гимн, речь почётных гостей (ветераны, спортсмены), творческий номер.

Проведение соревновательной/игровой программы: Обязательный инструктаж по технике безопасности. На каждом этапе — краткая историческая справка («Эта эстафета посвящена связистам...», «Эта высота символизирует...»).

Интерактивные зоны: Полевая кухня (гречневая каша, чай), выставка оружия (макетов), фотозона в историческом антураже, стенд с историями героев-спортсменов.

Церемония награждения: Важно отметить не только победителей, но и команды за волю к победе, дружбу, знание истории. Призы могут быть тематическими (книги, настольные игры на историческую тему).

3. Заключительный этап:

Информационное освещение: Фото- и видеоотчёты в соцсетях, местных СМИ. Акцент на эмоциях участников.

Анализ и рефлексия: Сбор обратной связи от участников, волонтёров, зрителей. Что запомнилось, что вызвало гордость?

Подведение итогов: Благодарности организаторам и партнёрам, планирование будущих событий.

5. Содержательное наполнение (Патриотический компонент)

Историческая память: Названия этапов, станций, команд в честь исторических событий, городов-героев, выдающихся личностей.

Преемственность поколений: Привлечение ветеранов, военнослужащих, представителей поисковых отрядов в качестве почётных гостей, судей, рассказчиков.

Краеведение: Акцент на местных героях и событиях. Использование местного материала усиливает связь с малой родиной.

Ценности: Делать акцент на конкретных ценностях: товарищество, честь, стойкость, самопожертвование, верность присяге — которые проявлялись в истории и необходимы в спорте.

6. Оценка эффективности

Количественные показатели: Число участников, команд, зрителей; охват в СМИ.

Качественные показатели: Эмоциональный отклик (опросы, отзывы), уровень вовлечённости, качество выполнения заданий (в т.ч. исторических викторин). Рост интереса к тематическим кружкам и секциям после мероприятия.

Пример краткого сценария этапа в эстафете «Дорога памяти»:

Название: «Санитары».

Задача: Участники парами («санитар» и «раненый») преодолевают зону условного поражения, транспортируют «раненого», оказывают первую помощь на манекене.

Ведущий: «Этот этап посвящён военным медикам, которые под огнём выносили бойцов с поля боя. Их самоотверженность спасла миллионы жизней. Ваша задача — проявить те же ловкость, скорость и заботу о товарище».

Заключение:

Успех такого мероприятия определяется не только безупречной организацией, но и искренностью и глубиной посыла. Когда физическое усилие, командный дух и историческая память сливаются в одно целое, происходит самое важное — личное, эмоциональное проживание ценностей, которые и составляют основу гражданского патриотизма.

Физическая культура как системообразующее ядро формирования здорового образа жизни (ЗОЖ)

Здоровый образ жизни — это комплексная модель поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Физическая культура является не просто одним из его компонентов, а фундаментом и катализатором всего процесса формирования ЗОЖ. Её значение многогранно и пронизывает все ключевые аспекты здоровья: физический, психический и социальный.

1. Прямое воздействие на физическое здоровье

Укрепление организма: Регулярная физическая активность развивает сердечно-сосудистую и дыхательную системы, повышает иммунитет, укрепляет опорно-двигательный аппарат (кости, мышцы, суставы), нормализует обмен веществ.

Профилактика заболеваний: Является доказанным средством профилактики ожирения, гипертонии, диабета 2-го типа, остеопороза, инфарктов и инсультов.

Повышение функциональных возможностей: Развивает выносливость, силу, гибкость, координацию, что повышает качество жизни и способность справляться с бытовыми нагрузками.

2. Формирование дисциплины и структуры дня

Регулярные занятия физической культурой (утренняя гимнастика, тренировки, активный отдых) организуют режим дня, что является основой ЗОЖ. Это воспитывает:

Самодисциплину и волю.

Умение планировать время.

Ответственность за своё здоровье.

3. Влияние на психическое и эмоциональное состояние

Борьба со стрессом: Физическая нагрузка — лучший способ снять психоэмоциональное напряжение. Во время тренировок выделяются эндорфины («гормоны радости»), что улучшает настроение и снижает тревожность.

Повышение самооценки и уверенности: Достижение спортивных целей (пробежать дистанцию, поднять вес, освоить упражнение) даёт чувство удовлетворения и повышает уверенность в своих силах.

Улучшение когнитивных функций: Усиливается кровоснабжение мозга, что благотворно влияет на память, внимание, скорость мышления и качество сна.

4. Социальный аспект

Формирование здорового коллектива: Занятия в секциях, группах, на фитнесе или просто совместные прогулки/поездки на велосипедах способствуют позитивному социальному взаимодействию, создают круг общения по интересам.

Воспитание ценностей: Командные виды спорта и совместная активность учат взаимопомощи, сотрудничеству, уважению к другим.

Альтернатива вредным привычкам: Регулярная физическая активность заполняет время, даёт естественные источники удовольствия, что снижает риск обращения к курению, алкоголю или пассивному времяпрепровождению.

5. Образовательная и мировоззренческая роль

Физическая культура — это не только движение, но и знания:

Основы анатомии и физиологии.

Принципы рационального питания как «топлива» для активности.

Правила восстановления и гигиены.

Понимание сигналов своего тела.

Это формирует осознанное отношение к здоровью как к ценности, которую нужно развивать, а не просто сохранять.

6. Культурологический аспект

Физическая культура прививает культуру тела и движения. Человек начинает воспринимать своё тело не как объект, а как субъект, требующий заботы, развития и уважения. Это меняет общую культуру быта: от выбора активного отдыха до обустройства эргономичного рабочего места.

Вывод

Физическая культура выступает в роли интегратора и двигателя здорового образа жизни. Она:

Запускает позитивную цепную реакцию: начав регулярно заниматься, человек естественным образом начинает лучше питаться, отказываться от вредных привычек, следить за режимом.

Даёт немедленный и долгосрочный позитивный эффект, что мотивирует на дальнейшее следование принципам ЗОЖ.

Формирует holistic-подход (целостный подход) к здоровью, где тело, разум и социальное благополучие неразделимы.

Таким образом, без систематической и осознанной физической активности формирование полноценного здорового образа жизни невозможно. Это ключевой навык и привычка, на которой строится всё здание здоровья и благополучия человека на протяжении всей жизни.

Значение физической культуры в воспитании молодежи

Физическая культура играет многофункциональную роль в формировании личности молодого человека, выходящую далеко за рамки физического развития.

Ключевые аспекты влияния:

1. Гражданско-патриотическое воспитание

Формирование коллективной идентичности через командные виды спорта

Воспитание дисциплины и ответственности как основ гражданской позиции

Развитие уважения к символам и традициям (торжественные открытия соревнований, награждения)

Осознание связи личных достижений с престижем страны в международных соревнованиях

2. Воспитание толерантности

Межкультурное взаимодействие в спортивных мероприятиях

Формирование уважения к сопернику независимо от национальности, вероисповедания

Разрушение стереотипов через совместную спортивную деятельность

Развитие эмпатии и понимания равных возможностей для всех участников

3. Формирование ценностных ориентиров

Правовые ценности: понимание правил как основы справедливого взаимодействия

Культурные ценности: приобщение к спортивным традициям, этике поведения

Нравственные ценности: честность, справедливость, уважение, взаимопомощь

Способы формирования ценностей средствами физической культуры:

Организационно-педагогические:

Интеграция воспитательных компонентов в тренировочный процесс

Проведение тематических спортивных мероприятий с гражданско-патриотической направленностью

Встречи с выдающимися спортсменами как носителями ценностей

Содержательные:

Использование исторического спортивного наследия для воспитания патриотизма

Организация межнациональных и межконфессиональных спортивных фестивалей

Моделирование ситуаций нравственного выбора в игровых условиях

Методические:

Рефлексивные обсуждения после соревнований и тренировок

Проектная деятельность (исследование спортивной истории региона, страны)

Волонтерство в спортивных мероприятиях как форма социальной ответственности

Инфраструктурные:

Создание среды, символизирующей единство и многообразие (стенды, музеи спортивной славы)

Разработка и реализация кодексов спортивной чести в учебных заведениях

Эффективные практики:

Спартакиады народов с элементами культурного обмена

Спортивные клубы с межнациональным составом

Программы "Спорт без границ" для молодежи с разными возможностями

Исторические реконструкции национальных спортивных игр

Совместные тренировки с представителями разных культур

Системный подход к использованию физической культуры позволяет формировать у молодежи комплексную систему ценностей, где физическое совершенствование гармонично сочетается с гражданской ответственностью, уважением к многообразию и ориентацией на нравственные идеалы. Ключевым условием эффективности является осознанная педагогическая позиция тренеров и преподавателей, способных транслировать ценности через спортивную деятельность.

Лекция №14 "Организация и проведение физкультурных мероприятий для организации досуга и отдыха детей, подростков и молодёжи (в детских оздоровительных и профильных лагерях)"

Содержание

Введение. Актуальность темы.

Цель физкультурных мероприятий в лагере:

Классификация и виды физкультурных мероприятий в лагере.

Основные принципы организации и методики проведения.

Алгоритм организации мероприятия (от идеи до анализа).

Особенности организации в профильных (специализированных) лагерях.

Работа с кадрами. Роль вожатого и инструктора.

Цель лекции: Раскрыть теоретические основы, методические принципы и практические аспекты организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий как ключевого элемента досуга в условиях лагеря.

Целевая аудитория: Вожатые, инструкторы по физической культуре, педагоги-организаторы, методисты, руководство лагерей.

План лекции:

I. Введение. Актуальность темы.

Роль физической культуры в системе детского отдыха: Физическое воспитание в лагере – это не просто уроки физкультуры, а основа оздоровления, социализации, формирования здоровых привычек и ярких эмоциональных впечатлений.

Цель физкультурных мероприятий в лагере:

Укрепление здоровья, закаливание организма.

Организация активного, содержательного досуга.

Снятие психоэмоционального напряжения (декомпрессия после учебного года).

Развитие физических качеств (ловкость, сила, выносливость, координация).

Формирование социальных навыков: командный дух, сотрудничество, лидерство, уважение к сопернику, умение побеждать и проигрывать.

Профилактика асоциального поведения через вовлечение в позитивную деятельность.

Специфика лагеря как среды: круглосуточное пребывание, разновозрастные коллективы, короткая смена, акцент на игру и отдых, природное окружение.

II. Классификация и виды физкультурных мероприятий в лагере.

По масштабу и регулярности:

Ежедневные (режимные): Утренняя гимнастика (зарядка), физкультминутки, "подвижные перемены", купание, прогулки, походы.

Массовые (общелагерные): Спартакиады, Олимпийские игры лагеря, Дни здоровья, большие квесты, туристские слёты, "Весёлые старты".

Отрядные (групповые): Тренировки, отборочные соревнования, игры на сплочение, освоение конкретного навыка (например, техника прыжка через скакалку).

Свободные (самоорганизованные): Работа спортивных секций, свободное пользование инвентарём (мячи, ракетки, обручи), дворовые игры.

По содержанию и направленности:

Соревновательные: Личные и командные первенства по видам спорта (футбол, пионербол, настольный теннис, легкоатлетическое многоборье).

Игровые: Спортивные эстафеты, народные игры, сюжетно-ролевые игры ("Охотники и утки", "Зов джунглей").

Туристско-краеведческие: Походы (одно- и многодневные), ориентирование на местности, школа выживания, веревочные курсы (на сплочение).

Творческо-спортивные: Флешмобы, танцевальные баттлы, конкурсы "Самый сильный/ловкий/быстрый в лагере".

Оздоровительные: Дыхательная гимнастика, йога для детей, занятия в бассейне, терренкур (дозированная ходьба).

III. Основные принципы организации и методики проведения.

Принцип добровольности и доступности: Мероприятие должно "завлекать", а не принуждать. Задачи и условия должны быть посильны для большинства участников с разным уровнем подготовки.

Принцип безопасности – ПРИОРИТЕТ №1:

Медицинский допуск детей.

Проверка инвентаря и места проведения.

Чёткий инструктаж по технике безопасности.

Наличие медработника и аптечки.

Учёт погодных условий.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей:

Младший возраст (7-11 лет): Акцент на сюжетные игры, образность, короткие эстафеты, мини-правила, развитие ловкости и координации. Минимум соревновательного, максимум игрового.

Подростки (12-15 лет): Стремление к самоутверждению, признанию в группе. Подходят командные виды спорта, соревнования на личное первенство, приключенческие квесты, сложные веревочные курсы.

Старшие подростки и молодёжь (16-18 лет): Возможность самоорганизации, интерес к спортивному мастерству, специализированным тренировкам (в профильных спортивных лагерях). Важен элемент самоуправления.

Принцип сочетания традиций и инноваций: Использовать проверенные формы ("Весёлые старты"), но наполнять их новым содержанием, современной музыкой, цифровыми элементами (чек-ин на контрольных точках в квесте).

Принцип наглядности и эмоциональности: Яркое оформление, музыкальное сопровождение, роль аниматоров и ведущих, церемонии открытия/награждения. Эмоция – главный продукт мероприятия.

Принцип педагогической целесообразности: Каждое мероприятие должно решать конкретные воспитательные, образовательные или оздоровительные задачи.

IV. Алгоритм организации мероприятия (от идеи до анализа).

Целеполагание и планирование: Определить цель, задачи, целевую аудиторию, дату, время, место.

Разработка положения (сценария): Прописать четкие правила, регламент, систему определения победителей, критерии оценок.

Подготовительный этап:

Материально-технический: Закупка/проверка инвентаря, подготовка площадок, изготовление реквизита, оформление.

Организационный: Формирование судейской коллегии, инструктаж помощников, подготовка музыкального и медиасопровождения.

Работа с участниками: Анонс, формирование команд, мотивация, предварительные тренировки (при необходимости).

Проведение мероприятия:

Торжественное открытие.

Четкое следование сценарию и регламенту.

Контроль за безопасностью и дисциплиной.

Эмоциональное ведение, комментарии, поддержка всех участников.

Фиксация результатов (фото, видео).

Подведение итогов и анализ:

Обязательно: Яркая церемония награждения с участием всех команд. Важно отметить не только победителей, но и "за волю к победе", "самую дружную команду".

Анализ эффективности: что удалось, какие были проблемы, предложения на будущее.

Рефлексия с детьми: обмен впечатлениями.

V. Особенности организации в профильных (специализированных) лагерях.

Спортивные лагеря: Углубленное тренировочное процессе, утренние специализированные занятия, мастер-классы от известных спортсменов, соревнования по узкой специализации. Важно разнообразить досуг, чтобы избежать "спортивного выгорания".

Туристско-краеведческие лагеря: Основной акцент на походы, обучение навыкам ориентирования, разжигания костра, установки палатки. Соревнования по технике туризма.

Военно-патриотические лагеря: Строевая подготовка, военно-спортивные эстафеты, марш-броски, тактические игры на местности ("Зарница", "Орлёнок").

Лагеря для детей с ОВЗ: Требуется особый подход – привлечение адаптивных видов спорта (бочка, голбол), тщательный медицинский контроль, индивидуальные программы, главный акцент – на реабилитацию и социализацию, а не на результат.

VI. Работа с кадрами. Роль вожатого и инструктора.

Инструктор по физкультуре/спорту: Методист, специалист, отвечающий за сложные мероприятия, технику безопасности, работу с инвентарем.

Вожатый: Ключевая фигура в мотивации и вовлечении детей. Он – организатор отрядных дел, капитан команды, главный "болельщик" и настройщик. Его энтузиазм – 50% успеха мероприятия.

Важность командной работы между педагогическим составом.

VII. Заключение.

Организация физкультурных мероприятий в лагере – это синтез педагогики, спортивной науки, режиссуры и менеджмента. Грамотно выстроенная система такой работы превращает лагерную смену в пространство здоровья, роста, дружбы и незабываемых приключений. Успех заключается в любви к детям, профессиональном подходе и вере в то, что через движение и игру можно раскрыть лучшие качества в каждом ребёнке.

Рекомендуемые формы работы в рамках лекции:

Показ видео-примеров удачных мероприятий.

Разбор кейсов (ситуаций): "Как вы поступите, если...?".

Практикум по разработке положения об одном мероприятии (например, "Оздоровительный квест по территории лагеря").

Мастер-класс по нескольким простым, но эффективным командным играм.

Лекция №15 Допинг как глобальная проблема современного спорта. Социальные и психологические последствия применения допинга

План лекции:

1. Понятие допинга.
2. Исторический контекст: от древности до современной институционализации.
3. Основные виды допинга и их воздействие на организм.
4. Социальные последствия для спорта как института.
5. Правовые и этические аспекты.
6. Психологические последствия для спортсмена.

1. Понятие допинга

Допинг — это нарушение антидопинговых правил, которое включает в себя:

- Наличие запрещённой субстанции в пробе спортсмена.
- Использование или попытка использования запрещённой субстанции или метода.
- Отказ или уклонение от сдачи пробы.
- Фальсификация элементов допинг-контроля.
- Распространение или попытка распространения запрещённых веществ.
- Сговор (например, тренера, врача, спортсмена) для нарушения правил.

Ключевой принцип — **запрещено всё, что искусственно повышает работоспособность, наносит вред здоровью или противоречит «духу спорта»**. «Дух спорта» — это ценностная основа, включающая в себя этику, честную игру, здоровье, совершенствование мастерства, уважение к себе и другим.

2. Исторический контекст

Древность и Средневековье:

- **Античность:** На Олимпийских играх в Древней Греции атлеты использовали стимуляторы на основе вина, грибов, экстрактов растений. Допинг рассматривался как часть подготовки.
- **Эпоха гладиаторов:** Использовались вещества для повышения агрессии и выносливости.
- **XIX век:** С распространением профессионального спорта (велоспорт, бег) стали массово применяться стимуляторы (стрихнин, кофеин, нитроглицерин). Известны случаи смертей от передозировок.

XX век: Институционализация борьбы:

- **1960-е годы:** Смерть велогонщика Томми Симпсона (1967) от амфетаминов и алкоголя стала шоком. Создан **Медицинский кодекс МОК** (1967).
- **1980-е:** Появление синтетического гормона роста и анаболических стероидов. Политизация спорта (противостояние США-СССР) подстегнула «гонку вооружений». Допинг-системы в ГДР стали классическим примером государственной поддержки.
- **1999 год:** Кризис после «дела Festina» на Тур де Франс (1998) привёл к созданию **Всемирного антидопингового агентства (ВАДА)**.
- **2003 год:** Принятие **Всемирного антидопингового кодекса (ВАДК)** — единый свод правил для всех стран и видов спорта.
- **Современность:** Создание национальных антидопинговых агентств (НАДА), развитие биологического паспорта спортсмена, расследования (доклад Макларена о России, 2016), борьба с новыми методами (генный допинг).

3. Основные виды допинга и их воздействие на организм

- **Стимуляторы (амфетамины, кокаин, эфедрин):**
 - *Эффект:* Повышение агрессии, выносливости, снижение усталости.
 - *Вред:* Истощение ЦНС, аритмии, инфаркты, психозы, зависимость.
- **Анаболические андрогенные стероиды (ААС):**
 - *Эффект:* Ускорение синтеза белка, рост силы и мышечной массы, сокращение времени восстановления.
 - *Вред:* Для мужчин — атрофия яичек, гинекомастия, бесплодие. Для женщин — маскулинизация, нарушение цикла. Общее — агрессия («стероидная ярость»), поражение печени, сердечно-сосудистой системы, акне.
- **Пептидные гормоны (ЭПО, гормон роста, инсулиноподобный фактор роста):**
 - *Эффект:* ЭПО повышает количество эритроцитов и выносливость; гормон роста — рост мышц, сжигание жира.
 - *Вред:* Сгущение крови (тромбы, инсульты), акромегалия (рост костей), диабет, нарушение обмена веществ.
- **Диуретики:**
 - *Эффект:* Быстрое снижение веса (в весовых категориях), маскировка других допингов за счёт разбавления мочи.
 - *Вред:* Обезвоживание, нарушение электролитного баланса, почечная недостаточность.

- **Каннабиноиды, наркотические анальгетики:**
 - *Эффект:* Снижение боли, расслабление, эйфория.
 - *Вред:* Нарушение координации, зависимость, риск усугубления травм из-за «притупления» боли.
- **Кровяной допинг (аутогемотрансфузия):**
 - *Эффект:* Повышение кислородной ёмкости крови, выносливости.
 - *Вред:* Риск инфекций, перегрузка сердечно-сосудистой системы, тромбоз.
- 4. Социальные последствия для спорта как института**
- **Подрыв доверия:** Результаты становятся недоверчивыми, зрители разочаровываются. Спорт теряет свою **социальную функцию** — быть эталоном честной конкуренции и человеческих возможностей.
- **Деформация ценностей:** Культ победы любой ценой подменяет ценности совершенствования, здоровья, честной игры. Молодые спортсмены воспринимают допинг как норму.
- **Кризис институтов:** Репутационные потери МОК, международных федераций, национальных олимпийских комитетов. Политизация (допинг-скандалы как инструмент политического давления).
- **Экономические потери:** Падение интереса спонсоров и телеаудитории, убытки для «чистых» спортсменов (потеря призовых, контрактов).
- **«Эффект домино»:** Допинг в профессиональном спорте влияет на массовый и детский спорт, формируя искажённые модели поведения.
- 5. Правовые и этические аспекты**
- **Правовые:**
 - **Международный уровень:** ВАДК — «конституция» антидопингового движения. Санкции: дисквалификация (2-4 года, пожизненно), аннулирование результатов, штрафы.
 - **Национальный уровень:** Во многих странах (например, Италия, Франция, США) распространение допинговых веществ среди спортсменов — уголовное преступление. В России с 2021 года действует административная ответственность за склонение к допингу.
 - **Спортивная юрисдикция:** Спортивный арбитражный суд (CAS) — высшая инстанция по допинговым спорам.
- **Этические:**
 - **Нарушение принципа справедливости:** Допинг даёт нечестное преимущество, нарушает принцип «равных условий».
 - **Принцип «не навреди»:** Спортсмен, тренер, врач, поощряющие допинг, нарушают медицинскую этику.
 - **Автономия и принуждение:** Часто решение о допинге принимается под давлением тренера, системы, страха проиграть. Реальная автономия спортсмена ограничена.
 - **Ответственность перед обществом:** Спортсмены — ролевые модели. Их действия несут социальный месседж.
- 6. Психологические последствия для спортсмена**
- **Когнитивная сфера:** Постоянный страх разоблачения, паранойя, стресс от процедур контроля.
- **Эмоциональная сфера:** Чувство вины, стыда, внутренний конфликт («я мошенник»). При отмене стероидов — синдром отмены с депрессией, суицидальными мыслями.
- **Идентичность:** Кризис самоидентификации: «Кто я без допинга? Мои достижения — мои или химии?» После разоблачения — стигматизация, потеря статуса.
- **Поведенческие риски:** Формирование химической зависимости, агрессивное поведение (особенно на ААС), вовлечение в криминальные схемы (покупка, хранение).
- **Отношения:** Подозрительность, изоляция, разрушение доверия в команде, конфликты с «чистыми» коллегами.

Заключение. Допинг — это комплексная проблема, выходящая далеко за рамки медицины. Это социальный, этический, правовой и психологический феномен, который ставит под вопрос саму суть современного спорта высших достижений. Борьба с ним — это не только запреты и наказания, но и формирование новой культуры, где ценностью является «чистый» спорт, здоровье спортсмена и честная конкуренция. Будущее спорта зависит от успеха в создании системы, в которой применение допинга становится не просто рискованным, но и бессмысленным с точки зрения ценностей спортивного сообщества.

Лекция №16 1. Запрещенные субстанции и методы. Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил.

Определение и значение:

- основополагающий документ Всемирного антидопингового агентства (ВАДА)
- унифицирует антидопинговую политику для всех видов спорта и стран
- Первая редакция принята в 2003 году, последняя (ред. 2021) действует с 2023 года

- Обязателен для подписавших его организаций (МОК, международные федерации, национальные антидопинговые организации)

Основные принципы:

Защита здоровья спортсменов

Обеспечение честной конкуренции ("дух спорта")

Гармонизация правил и процедур

2. Запрещенный список ВАДА

Характеристики:

Публикуется ежегодно (вступает в силу 1 января)

Разрабатывается с учетом научных, медицинских и спортивных данных

Состоит из трех основных категорий запретов

Категории запрещенных субстанций и методов:

2.1. Запрещенные всегда (вне и во время соревнований)

Анаболические средства: стероиды, SARMs, кленбутерол

Пептидные гормоны: ЭПО, гормон роста, инсулин

Гормоны и модуляторы: ингибиторы ароматазы, селективные модуляторы эстрогеновых рецепторов

Диуретики и маскирующие вещества: фуросемид, плазмозаменители

Методы манипуляции: физическая манипуляция (подмена проб), химическая манипуляция, генный

допинг

2.2. Запрещенные только во время соревнований

Стимуляторы: амфетамины, кокаин, эфедрин (с исключениями)

Наркотики: морфин, героин, метадон

Каннабиноиды: природные и синтетические

Глюкокортикоиды: при системном применении (перорально, внутривенно, внутримышечно)

2.3. Запрещенные в отдельных видах спорта

Алкоголь: в авто- и мотоспорте, стрельбе из лука, авиаспорте

Бета-блокаторы: в стрельбе, гольфе, бильярде, дартсе, прыжках в воду

Бутират (GHB): запрещен в большинстве видов спорта

3. Антидопинговый контроль

3.1. Виды контроля:

Соревновательный контроль: проводится во время соревнований

Внесоревновательный контроль: проводится в любое время и в любом месте

Целевой контроль: направлен на конкретных спортсменов по определенным показаниям

Случайный выбор: по жребию или автоматизированной системе

3.2. Этапы процедуры контроля:

Основные этапы процедуры допинг-контроля

Цель: Обеспечение честной спортивной борьбы, защита здоровья спортсмена и соблюдение его прав в процессе сбора проб для анализа.

Процедура строго регламентирована, чтобы минимизировать ошибки, фальсификации и обеспечить юридическую силу результатов. Все этапы построены на принципах прозрачности, контроля и документирования.

1. Уведомление (Notification)

Что происходит: Спортсмена официально уведомляют о необходимости пройти допинг-контроль. Это делает Сотрудник по сбору проб (ССП) или Сопровождающее лицо (Chaperone).

Ключевые моменты:

Уведомление может быть как в соревновательный, так и во внесоревновательный период (внезапная проверка по месту жительства/тренировок).

Спортсмен получает форму уведомления и должен расписаться в ее получении.

С этого момента и до окончания процедуры спортсмен находится под постоянным визуальным наблюдением ССП/сопровождающего того же пола. Это исключает возможность манипуляций с пробой (подмена, разбавление и т.д.).

Спортсмен имеет право на одного представителя (например, тренера, врача) и, при необходимости, переводчика.

2. Выбор емкости (Selection of Collection Vessels)

Что происходит: Спортсмену предоставляют на выбор несколько запечатанных индивидуальных комплектов (стаканчиков) для сбора пробы.

Ключевые моменты:

Спортсмен самостоятельно выбирает тот комплект, который вызывает у него наибольшее доверие.

Все комплекты проверяются на целостность упаковки. Это важный шаг для обеспечения стерильности и отсутствия следов посторонних веществ.

Право выбора — элемент контроля со стороны спортсмена за процедурой.

3. Сдача пробы (Provision of the Sample)

Что происходит: Непосредственный сбор мочи (в большинстве случаев) и/или крови.

Ключевые моменты:

Для мочи: Процесс проходит в специально оборудованной туалетной кабине. ССП/сопровождающий обязан видеть процесс сдачи пробы (от спортсмена требуется закатать одежду выше пояса и опустить ее ниже колен), чтобы гарантировать, что проба принадлежит именно этому спортсмену и не была подменена.

Для крови: Забор производит квалифицированный флеботомист в присутствии ССП. Используются стерильные одноразовые наборы.

Объем мочи должен быть не менее 90 мл (часто требуется 2 части по 45 мл для проб А и В). Если объема недостаточно, проба помечается как «частичная», и спортсмен остается под наблюдением до полного сбора.

4. Разделение и упаковка (Splitting and Sealing)

Что происходит: Проба готовится к отправке в лабораторию.

Ключевые моменты:

Спортсмен (или его представитель) самостоятельно (под руководством ССП) переливает мочу из стаканчика в две пробирки для проб: А (primary) и В (confirmation).

Пробирки герметично закрываются колпачками и помещаются в индивидуальные транспортные контейнеры.

Каждому контейнеру присваивается уникальный номер штрих-кода, который известен только спортсмену и заносится в протокол. Система анонимна — в лаборатории знают только номер, а не имя спортсмена.

Спортсмен лично проверяет герметичность контейнеров.

5. Оформление протокола (Completion of the Doping Control Form)

Что происходит: Документирование всей процедуры.

Ключевые моменты:

Спортсмен обязан предоставить исчерпывающую информацию о всех лекарствах, биодобавках и методах лечения, которые он применял в последнее время (обычно за последние 7 дней). Это важно для лаборатории и в случае потенциального Therapeutic Use Exemption (TUE).

В протоколе фиксируются: уникальные номера проб, время сдачи, замечания спортсмена или ССП, список принятых препаратов.

Спортсмен должен внимательно прочесть и проверить ВСЕ данные перед подписью. Копия протокола остается у спортсмена.

Любые замечания или отклонения от процедуры (например, отказ от подписи, нарушение наблюдения) подробно описываются в протоколе.

6. Анализ в лаборатории (Laboratory Analysis)

Что происходит: Научная экспертиза проб.

Ключевые моменты:

Пробы в специальных холодильных контейнерах отправляются в лабораторию, аккредитованную WADA.

Первой всегда анализируется проба А. Лаборатория проводит скрининг и подтверждающие тесты на наличие запрещенных субстанций или их метаболитов.

Если проба А дает негативный результат (запрещенных веществ не найдено) — дело закрывается, проба В может быть уничтожена через определенное время.

Если проба А дает позитивный результат (адверсная находка) — спортсмен и его организация официально уведомляются.

Право на вскрытие и анализ пробы В: Спортсмен имеет право потребовать анализа пробы В для подтверждения или опровержения результата пробы А. Анализ пробы В проводится в присутствии спортсмена или его представителя. Это ключевая мера защиты прав спортсмена. Если проба В подтверждает результат пробы А — результат считается положительным, и начинается дисциплинарный процесс.

Заключение

Процедура допинг-контроля — это тщательно выверенный баланс между строгостью, обеспечивающей чистоту спорта, и правами спортсмена. Понимание каждого этапа позволяет спортсменам чувствовать себя уверенно, знать свои права и обязанности, а также осознавать важность этого процесса для справедливости в спорте.

4. Наказания за нарушение антидопинговых правил

• 4.1. Виды нарушений:

1. Наличие запрещенной субстанции в пробе
2. Использование запрещенного метода
3. Уклонение от сдачи пробы
4. Фальсификация
5. Нарушение порядка предоставления информации о местонахождении
6. Владение запрещенными веществами
7. Распространение допинга
8. Соучастие

9. Запрещенное сотрудничество с отстраненным персоналом

4.2. Санкции для спортсменов:

- **Дисквалификация:** от 2 до 4 лет за первое нарушение
- **Пожизненная дисквалификация:** за повторное нарушение или серьезные нарушения
- **Аннулирование результатов:** с момента взятия положительной пробы
- **Финансовые санкции:** лишение призовых, штрафы

4.3. Отягчающие и смягчающие обстоятельства:

- **Смягчение срока:** если спортсмен докажет отсутствие вины или небрежности
- **Увеличение срока:** при отягчающих обстоятельствах (организованная схема, несколько веществ)

4.4. Последствия для тренеров и врачей:

- Отзыв лицензии/аккредитации
- Запрет на работу в спорте
- Уголовная ответственность (в некоторых странах)

5. Современные тенденции и вызовы

- **Биологический паспорт спортсмена:** долгосрочный мониторинг показателей крови и стероидного профиля
- **Развитие аналитических методов:** обнаружение микроскопических доз и новых веществ
- **Образовательные программы:** профилактика нарушений через информирование
- **Международное сотрудничество:** взаимодействие антидопинговых организаций, правоохранительных органов и правительств
- **Заключение**

Всемирный антидопинговый кодекс и ежегодный Запрещенный список формируют правовую основу борьбы с допингом в мировом спорте. Эффективная система контроля и соразмерные санкции обеспечивают соблюдение принципов честной игры и защиты здоровья спортсменов. Успех антидопинговой деятельности зависит от сотрудничества всех участников спортивного сообщества.

Лекция № 17 Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга

Введение

Современная антидопинговая система регулируется Всемирным антидопинговым кодексом (ВАДК), разработанным Всемирным антидопинговым агентством (ВАДА). Ключевыми элементами системы являются Международный стандарт тестирования (ISTI) и Международный стандарт для лабораторий (ISL).

Часть 1: Международный стандарт тестирования (ISTI)

1.1 Цель и структура ISTI

Цель: Обеспечение единообразия процесса тестирования во всех видах спорта и странах.

Структура:

Планирование тестирования

Отбор проб

Обращение с пробами

Транспортировка

Отчетность

1.2 Ключевые принципы

1.2.1 Планирование тестирования

Целевое тестирование: основано на оценке рисков, результатах, биологических паспортах.

Случайное тестирование: без предварительного уведомления.

Тестирование вне соревнований: может проводиться в любое время и в любом месте.

Распределение пулов тестирования: по видам спорта, дисциплинам, категориям.

1.2.2 Процедура отбора проб

Уведомление спортсмена: официальное уведомление с указанием прав и обязанностей.

Выбор сопровождающего лица: спортсмен может выбрать сопровождающего любого пола.

Процедура сдачи проб:

Выбор емкостей для проб

Непосредственное наблюдение при сдаче мочи

Разделение пробы на пробы А и В

Оформление документации (протокол отбора проб)

1.2.3 Особые случаи

Несовершеннолетние спортсмены: обязательное присутствие представителя.

Спортсмены с ограниченными возможностями: адаптация процедуры.

Отказ от тестирования: приравнивается к положительной пробе.

Часть 2: Международный стандарт для лабораторий (ISL)

2.1 Аккредитация лабораторий

Требования ВАДА к лабораториям:

Техническая компетентность

Независимость и беспристрастность

Соответствие международным стандартам (ISO/IEC 17025)

Регулярные инспекции и проверки

2.2 Технические требования

2.2.1 Методы анализа

Газовая хроматография-масс-спектрометрия (ГХ-МС)

Жидкостная хроматография-тандемная масс-спектрометрия (ЖХ-МС/МС)

Изотопное соотношение масс-спектрометрии (IRMS): для обнаружения синтетического тестостерона.

Иммуноферментный анализ (ИФА): предварительный скрининг.

2.2.2 Пороговые значения и минимальные требуемые рабочие характеристики (MRPL)

Установление минимальных порогов обнаружения для запрещенных веществ.

MRPL: минимальная концентрация, которую должна обнаруживать лаборатория.

2.3 Процедура анализа

2.3.1 Слепая проба

Лаборатория получает пробы без информации о спортсмене.

Проба А анализируется, проба В хранится для подтверждения.

2.3.2 Конфиденциальность и защита данных

Кодирование проб

Ограниченный доступ к информации

Соблюдение GDPR и других нормативов защиты данных

2.3.3 Подтверждение положительных проб

При обнаружении запрещенного вещества:

Проверка методики анализа

Подтверждение вторым методом

Уведомление антидопинговой организации

Анализ пробы В по запросу спортсмена

Часть 3: Инновации и вызовы

3.1 Новые технологии

Биологический паспорт спортсмена (ABP): долгосрочный профиль маркеров крови и мочи.

Сухая капля крови (DBS): упрощение сбора и транспортировки проб.

Долгосрочное хранение проб: повторный анализ через 10 лет.

3.2 Этические и юридические аспекты

Баланс между борьбой с допингом и правами спортсменов.

Правовые процедуры при положительной пробе.

Апелляционные процессы в Спортивном арбитражном суде (CAS).

3.3 Вызовы

Появление новых веществ (пептидные гормоны, генный допинг).

Уклонение от тестирования (подмена проб, манипуляции).

Различия в финансировании лабораторий в разных странах.

Заключение

ISTI и ISL образуют основу современной антидопинговой системы.

Стандартизация обеспечивает справедливость и доверие к результатам.

Постоянное развитие стандартов необходимо для противодействия новым формам допинга.

Международное сотрудничество — ключевой фактор эффективности системы.

Система, основанная на этих стандартах, стремится сохранить дух спорта, защитить здоровье спортсменов и обеспечить честную конкуренцию на всех уровнях.

«Всемирный антидопинговый кодекс (ВАДК) как основной документ для согласованной антидопинговой политики. Пять международных стандартов»

Введение: Глобальный вызов и необходимость единых правил

Допинг представляет собой одну из самых серьезных угроз для спорта. Он подрывает его этические основы, принципы честной игры («фэйр плей») и, что самое важное, здоровье спортсменов. До начала 2000-х годов борьба с допингом была разрозненной: разные страны и спортивные федерации имели свои правила,

санкции и списки запрещенных веществ. Это создавало неравенство, юридические конфликты и снижало эффективность борьбы.

Ответом на этот вызов стало создание **Всемирного антидопингового агентства (ВАДА)** в 1999 году. Его главной задачей стала разработка единого документа, который бы консолидировал все антидопинговые усилия. Таким документом стал **Всемирный антидопинговый кодекс (ВАДК или Кодекс)**, впервые принятый в 2003 году и с тех пор регулярно обновляемый (версии 2009, 2015, 2021 гг.).

2. Всемирный антидопинговый кодекс: «Конституция» антидопингового движения

Определение: ВАДК – это фундаментальный универсальный документ, устанавливающий комплексную и единую систему мер по борьбе с допингом в спорте.

Ключевая цель Кодекса: Защита права спортсменов на участие в соревнованиях, свободных от допинга, и обеспечение гармонизации, согласованности и эффективности антидопинговых программ на глобальном уровне.

Юридическая сила и обязательства: Кодекс – это не международный закон в классическом смысле. Его сила основана на **принципе подписания и соблюдения**.

- **Подписавшие стороны** (стороны Кодекса): Правительства стран (через ратификацию **Международной конвенции ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте**) и спортивные организации (МОК, международные федерации, национальные олимпийские комитеты, национальные антидопинговые организации – НАДО).
- **Обязательство:** Все подписавшие стороны обязуются привести свои уставы, правила и политики в соответствие с Кодексом. Несоблюдение ведет к возможным санкциям, включая отстранение от Олимпийских игр и других крупных соревнований.

Таким образом, Кодекс является тем **стержнем**, вокруг которого строится вся современная антидопинговая система, обеспечивая «правила игры» для всех участников: спортсменов, тренеров, врачей, организаторов.

3. Пять международных стандартов: «Исполнительные механизмы» Кодекса

Кодекс задает общие принципы и политику, но для их практической реализации необходимы детальные технические правила. Эту функцию выполняют **Пять международных стандартов**, которые являются неотъемлемой частью Кодекса.

Стандарты обязательны для всех подписавших сторон. Они обеспечивают единообразие в ключевых операционных областях.

Стандарт 1: Запрещенный список (The Prohibited List)

- **Что это?** Ежегодно обновляемый перечень запрещенных веществ и методов, разделенный на три категории:
 1. **Запрещенные всегда** (вне и во время соревнований): анаболические стероиды, гормоны роста, кровяной допинг (манипуляции с кровью и ее компонентами) и др.
 2. **Запрещенные только во время соревнований:** стимуляторы, наркотические анальгетики, алкоголь в отдельных видах спорта.
 3. **Запрещенные в отдельных видах спорта:** бета-блокаторы (в стрельбе, гольфе и др.).
- **Принцип строгой ответственности:** Спортсмен несет полную ответственность за любую запрещенную субстанцию, обнаруженную в его пробе, независимо от умысла или незнания.

Стандарт 2: Тестирование и расследования (Testing and Investigations)

- **Что регулирует?** Устанавливает единые международные требования к планированию, проведению и управлению процессом допинг-контроля (тестирования), а также к расследованию возможных антидопинговых нарушений, не выявленных через тесты (например, на основе данных из расследований, показаний свидетелей).
- **Ключевые аспекты:** Процедуры отбора спортсменов (включая принцип **внезапности**), распределение ролей (кто, когда и где может тестировать), порядок оформления документации (протокол пробоотбора), права и обязанности спортсмена.

Стандарт 3: Лаборатории (Laboratories)

- **Что регулирует?** Устанавливает требования к процедуре аккредитации антидопинговых лабораторий ВАДА и к их работе.
- **Цель:** Обеспечить высочайший уровень качества, надежности и согласованности аналитических результатов по всему миру. Лаборатории работают по единым методикам, что делает результаты принимаемыми всеми спортивными организациями.

Стандарт 4: Разрешения на терапевтическое использование (Therapeutic Use Exemptions – TUE)

- **Что регулирует?** Порядок получения разрешения спортсмену на использование запрещенного вещества или метода по медицинским показаниям.
- **Условия для выдачи TUE:**
 1. Угроза здоровью спортсмена при отмене препарата.
 2. Отсутствие реальной альтернативы.
 3. Отсутствие значительного повышения спортивных результатов.

- **Процедура:** Рассмотрение заявки независимой комиссией врачей.

Стандарт 5: Защита конфиденциальности и персональных данных (Privacy and Personal Information Protection)

- **Что регулирует?** Устанавливает принципы и правила сбора, использования, раскрытия и хранения конфиденциальной информации в антидопинговой деятельности.

• **Цель:** Баланс между необходимостью эффективной борьбы с допингом (обмен информацией между ВАДА, НАДО, федерациями) и защитой прав спортсменов на приватность, в соответствии с международными нормами (такими как GDPR в ЕС).

4. Взаимодействие Кодекса, Стандартов, национального законодательства и правил спортивных федераций

Это многоуровневая система:

1. **Вершина:** ВАДК и Международные стандарты ВАДА.
2. **Национальный уровень:** Правительства имплементируют принципы Кодекса в национальное законодательство и финансируют деятельность НАДО. НАДО разрабатывает свои антидопинговые правила строго в соответствии с Кодексом.
3. **Спортивный уровень:** Международные и национальные спортивные федерации адаптируют свои уставы и дисциплинарные правила к положениям Кодекса.

5. Заключение

Всемирный антидопинговый кодекс и пять международных стандартов создали **универсальный правовой и операционный каркас** для глобальной борьбы с допингом. Они превратили разрозненные инициативы в согласованную, предсказуемую и более справедливую систему. Эта система постоянно эволюционирует, сталкиваясь с новыми вызовами (например, цифровые технологии, генный допинг), но ее основа остается неизменной – стремление сохранить дух спорта, основанный на ценностях честности, здоровья и равных возможностей для всех спортсменов.

1. Терапевтическое использование запрещенных субстанций (ТИ) и программы защиты частной информации спортсменов

Цель лекции: понять правовые, этические и практические основы двух ключевых инструментов современной антидопинговой системы — разрешений на терапевтическое использование (ТИ) и программ защиты частной информации — и осознать их роль в обеспечении честности и справедливости в спорте.

2. Введение: Парадокс современной антидопинговой политики

Современная борьба с допингом ставит перед собой две, на первый взгляд, противоречивые цели:

3. **Бескомпромиссная борьба** с применением запрещенных субстанций и методов, подрывающих честность соревнований и вредящих здоровью спортсменов.

4. **Защита здоровья спортсменов** и обеспечение их прав на лечение.

Именно для разрешения этого парадокса были созданы два механизма, которые мы сегодня рассмотрим.

5. Часть 1: Разрешение на терапевтическое использование (Therapeutic Use Exemption — ТИ)

1.1. Определение и сущность

ТИ — это официальное разрешение, позволяющее спортсмену использовать в терапевтических целях запрещенную субстанцию или метод, включенные в Запрещенный список ВАДА, при условии соблюдения строгих критериев.

Проще говоря: Это не "разрешение на допинг", а **разрешение на необходимое лечение**, когда безопасных и равноценных альтернатив не существует.

1.2. Цель и назначение документа о ТИ

- **Главная цель: Обеспечить право спортсмена на лечение.** Спортсмен — прежде всего человек, и его здоровье не должно страдать из-за болезни или хронического состояния (астма, диабет, гормональные нарушения и т.д.).
- **Ключевые задачи:**
 - **Соблюсти принцип справедливости:** Дать возможность лечиться всем спортсменам с серьезными заболеваниями, уравнивая их шансы с теми, у кого таких заболеваний нет.
 - **Исключить злоупотребления:** Через строгий регламент предотвратить использование медицинского предлога для получения запрещенного преимущества.
 - **Обеспечить предсказуемость:** Создать единые, прозрачные и объективные правила для всех спортсменов, независимо от страны и вида спорта.

1.3. Критерии получения ТИ (Международный стандарт ВАДА)

Для одобрения заявки на ТИ необходимо доказать, что **ВСЕ** условия выполнены:

1. **Медицинская необходимость:** Субстанция необходима для лечения острого или хронического заболевания. Ее отмена приведет к значительному ухудшению здоровья.

2. **Отсутствие терапевтической альтернативы:** Не существует других разрешенных субстанций или методов, которые могли бы оказать **同等** (равноценный) лечебный эффект.
3. **Отсутствие значительного преимущества:** Использование запрещенной субстанции не должно давать спортсмену дополнительных конкурентных преимуществ, кроме того, что возвращает его в состояние **нормального здоровья** (на уровень здорового спортсмена). Преимущество должно быть терапевтическим, а не эргогенным.
4. **Минимальная дозировка:** Назначается минимальная терапевтическая доза, необходимая для достижения лечебного эффекта.

1.4. Процедура подачи и рассмотрения

- Заявку подает **спортсмен** через свою национальную антидопинговую организацию (НАДО) или международную федерацию (МФ).
- Рассмотрением занимается **независимая комиссия экспертов** (врачи, фармакологи), которая не имеет конфликта интересов.
- Решения должны быть конфиденциальными, но подлежат мониторингу и аудиту со стороны ВАДА.

Вывод по Части 1: ТИ — это этический и правовой балансир. Он признает, что здоровье спортсмена важнее спортивных результатов, но обставляет это признание такими строгими рамками, чтобы сохранить дух честной игры.

6. Часть 2: Программы по защите частной жизни и личной информации спортсменов

2.1. Контекст проблемы
 Антидопинговая деятельность (тестирование, ТИ, whereabouts — информация о местонахождении) предполагает сбор огромного массива конфиденциальных данных:

- Медицинская информация (диагнозы, результаты анализов, заявки на ТИ).
- Биологические паспорта (ДАН и АПС).
- Персональные данные (местоположение, расписание).

Утечка такой информации может нанести колоссальный репутационный, психологический и профессиональный ущерб спортсмену.

2.2. Цель и назначение программ защиты информации

- **Главная цель: Обеспечить доверие спортсменов к антидопинговой системе.** Без уверенности в конфиденциальности своей личной и медицинской информации спортсмены будут воспринимать систему как репрессивную и враждебную.
- **Ключевые задачи:**
 - **Соблюдение законодательства:** Выполнение требований национальных и международных законов о защите персональных данных (например, GDPR в ЕС).
 - **Предотвращение злоупотреблений:** Защита от несанкционированного доступа, утечек, шантажа или дискредитации спортсмена.
 - **Обеспечение объективности:** Защита экспертов, принимающих решения (например, по ТИ), от внешнего давления и конфликтов интересов.

2.3. Ключевые принципы (Международный стандарт ВАДА по защите частной жизни и личной информации)

1. **Законность и справедливость:** Сбор данных должен иметь четкое правовое основание и проводиться законным, прозрачным способом.
2. **Целевое ограничение:** Данные собираются только для конкретных, заранее определенных и законных целей антидопинговой деятельности.
3. **Минимизация данных:** Собираются только те данные, которые **строго необходимы** для достижения заявленных целей.
4. **Точность и актуальность:** Данные должны быть точными и, при необходимости, обновляться.
5. **Ограничение хранения:** Данные хранятся не дольше, чем это необходимо для выполнения целей.
6. **Конфиденциальность и безопасность:** Данные защищены от несанкционированного доступа техническими и организационными мерами.
7. **Права субъекта данных:** Спортсмен имеет право на доступ к своим данным, их исправление, удаление и подачу жалоб.

Вывод: Программы защиты информации — это не бюрократическая формальность, а **фундамент доверия и легитимности** всей антидопинговой системы. Они защищают спортсмена не только как атлета, но и как гражданина, чьи права на частную жизнь неприкосновенны.

Лекция №18- 19 Виды физкультурно-спортивных сооружений, требования к оборудованию и инвентарю для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

- 1. Виды физкультурно-спортивных сооружений

Сооружения можно классифицировать по нескольким критериям:

По основному назначению:

- **Учебно-тренировочные:** Залы и площадки в школах, вузах, училищах олимпийского резерва.
- **Спортивно-зрелищные:** Стадионы, дворцы спорта, ледовые арены, трассы, рассчитанные на проведение соревнований и наличие зрителей.
- **Физкультурно-оздоровительные:** Бассейны, фитнес-клубы, тренажерные залы, корты, трассы для массовых занятий.
- **Детско-юношеские (ДЮСШ, СДЮШОР):** Специализированные комплексы для подготовки юных спортсменов.

По виду спорта и активности:

- **Универсальные (трансформируемые):** Спортивные дворцы, манежи, залы с разметкой под несколько видов спорта (баскетбол, волейбол, гандбол, теннис).
- **Специализированные:**
 - **Для игровых видов:** Футбольные стадионы с натуральным или искусственным покрытием, теннисные корты, баскетбольные и волейбольные площадки.
 - **Для водных видов:** Бассейны (25м, 50м), аквапарки, гребные базы.
 - **Для зимних видов:** Ледовые дворцы (катки), крытые и открытые хоккейные площадки, лыжные и биатлонные трассы, трамплины.
 - **Для легкой атлетики:** Стадионы с беговыми дорожками, секторами для прыжков и метаний, легкоатлетические манежи.
 - **Для силовых и гимнастических видов:** Тренажерные залы, залы тяжелой атлетики, гимнастические залы со специализированным оборудованием (брусья, бревна, кольца, конь).
 - **Для единоборств:** Залы с борцовскими коврами, татами (дзюдо, самбо), боксерские ринги, фехтовальные дорожки.
 - **Для экстремальных и новых видов:** Скейт-парки, воркаут-площадки, скалодромы, велотрассы (BMX, маунтинбайк).

По конструктивным особенностям:

- **Открытые:** Стадионы, поля, корты, трассы (зависимы от погоды).
- **Крытые (закрытые):** Залы, дворцы, манежи (позволяют заниматься круглый год).
- **Плоскостные:** Просто оборудованные площадки, футбольные поля, беговые дорожки.
- **Спортивно-архитектурные сооружения:** С трибунами, сложными инженерными конструкциями (крышами, подогревом, освещением).

По форме собственности и доступности:

- **Публичные (муниципальные):** Доступные для широкого населения.
- **Ведомственные/корпоративные:** Принадлежащие предприятиям, учебным заведениям, армии.
- **Частные (коммерческие):** Фитнес-клубы, тренажерные залы.

• **2. Требования к оборудованию и инвентарю для проведения мероприятий**

Требования регламентируются **техникой безопасности (ТБ), санитарно-гигиеническими нормами (СанПиН) и правилами вида спорта**. Ключевые принципы:

- **Общие требования для всех видов инвентаря и оборудования:**
 1. **Безопасность:**
 - Отсутствие острых углов, заусенцев, трещин.
 - Надежность креплений и устойчивость конструкций (ворота, баскетбольные щиты, тренажеры).
 - Использование материалов, снижающих травматизм (маты, мягкие покрытия, закругленные стойки).
 - Соответствие веса и размеров возрастным группам (детский, взрослый инвентарь).
 2. **Функциональность и соответствие стандартам:**
 - Инвентарь должен соответствовать правилам международных федераций по виду спорта (размеры, вес, материал мячей, высота сеток, разметка площадок).
 - Обеспечивать возможность проведения соревнований и тренировок на должном уровне.
 3. **Санитарно-гигиенические требования:**
 - Легкость в очистке и дезинфекции. Особенно важно для инвентаря, контактирующего с телом (маты, фитболы, гантели) и для бассейнов.
 - Использование нетоксичных материалов, безопасных красителей.
 - Возможность регулярного проветривания и уборки помещений.
 4. **Эргономичность:** Инвентарь должен быть удобен в использовании, способствовать правильной технике выполнения упражнений.
- **Специфические требования по типам мероприятий:**

А) Для физкультурно-оздоровительных мероприятий (занятия в залах ЛФК, групповые программы, фитнес):

- **Акцент на безопасность и комфорт:** Гимнастические снаряды должны быть низкими, страховка обязательна.
- **Износостойкость:** Частое использование требует высокого качества материалов.
- **Разнообразие:** Наличие инвентаря разной сложности (гантели, эспандеры, степ-платформы, фитболы разных размеров).
- **Наличие специального оборудования для разновозрастных групп:** Для детей, пожилых людей, лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Б) Для спортивно-массовых мероприятий (соревнования, спартакиады, праздники):

- **Стандартизация:** Все оборудование (степени сложности, размеры полей, покрытие) должно строго соответствовать официальным правилам.
- **Прочность и надежность:** Испытывает экстремальные нагрузки во время соревнований.
- **Наличие профессиональной системы хронометража, освещения, информационных табло** (для крупных мероприятий).
- **Обеспечение зрелищности:** Качественное освещение, звуковое оборудование, удобные трибуны.
- **Организационный инвентарь:** Секундомеры, стартовые пистолеты, измерительные приборы (рулетки, дальнометры), таблички с номерами, станции для участников.
- **Требования к основным зонам и оборудованию:**
- **Покрытия:** Должны быть ровными, не скользкими, амортизирующими, без щелей и выбоин. Для залов часто используют дерево, спортивный линолеум, резину; для улицы – современные искусственные материалы (тартан, искусственный газон).
- **Силовое и гимнастическое оборудование:** Все тренажеры должны иметь инструкции, быть заземлены (электрические), исправны. Крепления к стенам и потолку – сверхнадежные. Обязательны маты в зонах соскока и возможного падения.
- **Водные сооружения:** Контроль качества воды (фильтрация, дезинфекция), температуры воды и воздуха, противоскользкие покрытия вокруг чаши, наличие спасательного оборудования и медпункта.
- **Освещение:** Равномерное, без бликов и слепящего эффекта, достаточное для трансляций (для спортивно-зрелищных объектов).
- **Вентиляция и отопление:** Поддержание оптимального микроклимата (температура, влажность).

Нормативная база в РФ:

- Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".
- Своды правил (СП) по проектированию спортивных сооружений.
- Санитарные правила (СанПиН) для объектов физической культуры и спорта.
- Технические регламенты и стандарты (ГОСТы) на спортивное оборудование и инвентарь.
- Правила видов спорта, утвержденные соответствующими спортивными федерациями.

Соблюдение этих требований обеспечивает **безопасность, эффективность и доступность** физкультурно-спортивных мероприятий для всех категорий населения.

Лекция №20 Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю

- **1. Общие принципы организации**
- **Планирование:** Любое мероприятие должно быть заранее спланировано с назначением ответственных лиц (главный судья, ответственный за безопасность, медицинский персонал).
- **Документация:** Разработать и утвердить «Положение о мероприятии», «План проведения» и «Инструкцию по технике безопасности и охране труда», адаптированную к конкретным условиям.
- **Допуск участников:** Все участники должны иметь допуск от врача (справка о состоянии здоровья или ее аналог для определенных соревнований). Обязательно наличие полиса ОМС или ДМС.
- **Инструктаж:** Провести целевой инструктаж по технике безопасности для всех задействованных лиц (спортсмены, судьи, волонтеры) с регистрацией в журнале.
- **2. Требования к местам проведения и инвентарю**
- **Спортивные сооружения (залы, стадионы):**
 - Должны соответствовать санитарно-гигиеническим нормам (освещенность, вентиляция, температура).
 - Проходы, аварийные выходы должны быть свободны, обозначены и не загромождены.
 - Поверхности (пол, покрытие) должны быть исправны, без выбоин, скользких участков.

- Окна в залах должны быть защищены сетками или ограждениями.
- **Открытые площадки (стадионы, парки, лыжни):**
 - Тщательная проверка и подготовка поверхности: уборка мусора, устранение ям, удаление опасных предметов.
 - Ограждение трасс и мест проведения, особенно вблизи дорог или опасных зон (обрывы, водоемы).
 - Учет погодных условий. При неблагоприятных условиях (гроза, гололед, сильный мороз, аномальная жара) мероприятие должно быть отменено или перенесено.
- **Спортивный инвентарь и оборудование:**
 - Проверка перед каждым мероприятием на исправность и отсутствие травмоопасных дефектов (трещины, сколы, острые края).
 - Правильная установка и надежное закрепление оборудования (ворота, стойки, баскетбольные щиты, гимнастические снаряды).
- **3. Медицинское обеспечение**
- **Обязательное присутствие:** На любом массовом мероприятии должен быть медицинский работник (фельдшер, врач) с аптечкой скорой помощи.
- **Место для медпункта:** Четко обозначенный и доступный медицинский пункт или комната.
- **Аптечка:** Укомплектованная всем необходимым для оказания первой помощи (бинты, жгуты, антисептики, перевязочные материалы, охлаждающие пакеты и т.д.).
- **План действий:** Определен порядок действий при травме: оказание первой помощи, вызов скорой помощи (при необходимости), транспортировка в лечебное учреждение.
- **4. Требования к участникам и зрителям**
- **Участники:**
 - Должны быть в соответствующей спортивной форме и обуви, не стесняющей движений и подобранной по виду спорта.
 - Иметь необходимую защитную экипировку (шлемы, наколенники, налокотники, капы).
 - Соблюдать дисциплину, правила соревнований и указания судей.
 - Не приступать к активности без разминки.
- **Зрители:**
 - Находиться в специально отведенных, безопасных зонах (трибуны, огороженные сектора).
 - Не допускать действий, создающих опасность для участников или других зрителей.
 - Не бросать посторонние предметы на площадку.
- **5. Действия при чрезвычайных ситуациях**
- **Пожар, угроза теракта, стихийное бедствие:**
 - Разработанный и доведенный до всех план эвакуации.
 - Четкая система оповещения (громкоговорители).
 - Ответственные за эвакуацию из разных секторов.
 - Согласование плана с МЧС и правоохранительными органами (для крупных мероприятий).
- **Резкое ухудшение погоды:** Организаторы обязаны немедленно остановить мероприятие и дать команду на укрытие людей.
- **6. Особые категории мероприятий**
- **Детские и школьные мероприятия:** Повышенная ответственность. Учет возрастных особенностей. Обязательное присутствие педагогов, классных руководителей, которые несут ответственность за своих подопечных.
- **Мероприятия на воде (соревнования по плаванию, гребле):** Обязательное присутствие спасателей на катерах или вышках, обеспечение спасательными средствами (круги, концы Александра).
- **Массовые забеги (кроссы, марафоны):** Организация пунктов питания и гидратации, медицинских пунктов вдоль трассы, сопровождение участников.
- **Ключевое правило:**

Безопасность является **приоритетом №1** и не может быть принесена в жертву зрелищности, результату или экономии. При возникновении сомнений в безопасности мероприятие должно быть остановлено до устранения всех рисков.

Этот план является основой. Для каждого конкретного события (фестиваль, турнир, спортивный праздник) он должен быть детализирован с учетом всех специфических рисков.