

Государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования Тюменской области
**«ТЮМЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ
РЕГИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ПОВЫШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ
(ЦНППМ ПР г. Тюмень)

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Тюменской области
**«ТЮМЕНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ»**

**ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ
К УЧАСТИЮ В КОНКУРСЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА
«АБИЛИМПИКС» ОБУЧАЮЩИХСЯ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ПО КОМПЕТЕНЦИИ
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Методические рекомендации



Тюмень, 2022

УДК 377.352 (377.354)
ББК 74.5
И 118

Особенности подготовки к участию в конкурсе профессионального мастерства «Абилимпикс» обучающихся среднего профессионального образования и общеобразовательных организаций Тюменской области по компетенции «Адаптивная физическая культура» Методические рекомендации. – Тюмень, ТОГИРРО, 2022. – 24 с.

Методические рекомендации предназначены для участников соревнований профессионального мастерства обучающихся среднего профессионального образования Тюменской области профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» по компетенции АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, экспертов, волонтеров, сопровождающих и иных лиц, причастных к конкурсу «Абилимпикс», педагогическим работникам среднего профессионального образования, специалистам, осуществляющим обучение и воспитание инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в системе среднего профессионального образования в образовательном процессе; лицам, заинтересованным в создании инклюзивной среды в профессиональных образовательных организациях Тюменского региона.

Также, методические рекомендации могут быть использованы заместителями директоров, педагогами, классными руководителями общеобразовательных организаций региона в рамках сопровождения деятельности по направлению организации профориентационной работы в школе, в том числе с категорией детей с ОВЗ и организации взаимодействия с профессиональными образовательными организациями (ПОО) Тюменской области.

Автор-составитель:

Иванычева Т.А. к.с.н, доцент Центра непрерывного повышения профессионального мастерства педагогических работников ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО».

Ответственный за выпуск: Карамзина С. А., методист инклюзивного образования ГАОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

© ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО», ЦНППМ ПР, 2022
© ГАОУ ТО «ТКПСТ», 2022
© Иванычева Т.А., 2022

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. Общие положения соревновательной программы конкурса по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс»	4
1.1.Условия участия в конкурсе «Абилимпикс»	4
1.2.Права и обязанности участников соревновательной программы конкурса «Абилимпикс»	6
РАЗДЕЛ 2. Компетенция «Адаптивная физическая культура»	7
2.1. Краткое описание компетенции «Адаптивная физическая культура»	7
2.2. Последовательность выполнения конкурсного задания соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура»	10
РАЗДЕЛ 3. Порядок подготовки и проведения конкурса	14
3.1. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учётом основных нозологий компетенции «Адаптивная физическая культура»	14
3.2. Требования охраны труда и техники безопасности в рамках соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура»	18
3.3. Порядок сопровождения участников конкурса профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс»	24
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	29

РАЗДЕЛ 1. Общие положения соревновательной программы конкурса по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс»

1.1. Условия участия в конкурсе «Абилимпикс»

Актуальность компетенции.

Основной целью адаптивной физической культуры (АФК) является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии

здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата, сенсорными нарушениями, нарушениями интеллекта специалисты по обучению, адаптации и реабилитации средствами

физической культуры и спорта востребованы как никогда. Специалисты по АФК осуществляют свою профессиональную деятельность во многих разнообразных учреждениях: образовательных и досуговых учреждениях, спортивных клубах, больницах и поликлиниках, санаториях, интернатах, где в их задачи входит обучение, физическая реабилитация, составление оптимальных программ тренировок, контроль за изменением состояния лиц с различными врожденными и приобретенными возможностями здоровья.

Потенциальными работодателями являются: образовательные учреждения различных видов; организации АФК и адаптивного спорта и их структурные подразделения, фитнес центры; физкультурно-оздоровительные и реабилитационные центры, лечебно-профилактические учреждения, санатории, дома-отдыха; физкультурно-оздоровительные структуры национальных парков и рекреационных земель, туристические клубы; государственные органы управления физической культурой и спортом, общественные организации инвалидов и для инвалидов (федерации, ассоциации, клубы). Отраслевой принадлежностью специалистов в данной компетенции является ряд сфер – образования, медицины, физической культуры и спорта.

Профессии, по которым участники смогут трудоустроиться после получения данной

компетенции: Учитель/педагог адаптивной физической культуры, учитель/педагог Физической культуры; инструктор по адаптивной физической культуре, инструктор по физической культуре; тренер спортивный, тренер по фитнесу; инструктор лечебной физической культуры; валеолог; массажист. [2а]

Цель развития в Российской Федерации движения «Абилимпикс», обеспечивать эффективную профессиональную ориентацию и мотивацию инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) к получению профессионального образования, содействие их трудоустройству и социокультурной инклюзии в обществе, развитию новых профессий и трудовой занятости для людей с инвалидностью [1а].

К участию в соревновательной части конкурсов «Абилимпикс» допускаются граждане Российской Федерации с инвалидностью и/или ОВЗ в возрасте от 14 до 65 лет.

К участию по категориям в соревновательной части конкурсов допускаются: «школьники» - физические лица с инвалидностью и/или ограниченными возможностями здоровья, обучающиеся по программам основного общего и среднего общего образования в возрасте от 14 лет;

«студенты» - физические лица с инвалидностью и/или ограниченными возможностями здоровья, обучающиеся по программам профессионального обучения, среднего профессионального и высшего образования; «специалисты» - физические лица с инвалидностью в возрасте до 65 лет, в том числе выпускники образовательных организаций среднего профессионального и высшего образования, трудоустроенные или нуждающиеся в трудоустройстве специалисты.

За участие в конкурсах «Абилимпикс» плата и организационные взносы с участников не предусмотрены.

Победители конкурсов «Абилимпикс» в компетенции и категории текущего года не имеют право принимать участие в конкурсах «Абилимпикс» того же уровня следующего календарного года в той же компетенции или категории. Они могут присутствовать на площадке соревнований в качестве наблюдателей-консультантов. Порядок назначения наблюдателей-консультантов конкурсов «Абилимпикс» осуществляется на основании Положения об организации и проведении конкурсов «Абилимпикс». Победители национального чемпионата «Абилимпикс» становятся кандидатами в национальную сборную. К участию в деловой, профориентационной, культурной и выставочной частях программы конкурсов допускаются все желающие. [1]

Для участия в конкурсах «Абилимпикс» участники в день начала конкурса «Абилимпикс» предоставляют организаторам:

- документ, удостоверяющий личность участника соревнований (копия паспорта, вид на жительство);

- документы, подтверждающие статус инвалида (ребенка-инвалида) или лица с ограниченными возможностями здоровья (справки об инвалидности или ОВЗ, ИПР/ИПРА и/или ПМПК, справка из образовательной организации об обучении по адаптированной образовательной программе). [1]

К участию в региональном чемпионате допускаются участники, заявки которых подтверждены Региональным центром. Региональный центр несёт ответственность за полноту и достоверность предоставленной информации.

Обязательным условием для допуска участников к соревновательной программе, должно быть страхование жизни и здоровья на период проведения соревнований конкурсов «Абилимпикс». Ответственность за страхование несёт субъект Российской Федерации.

Победители региональных чемпионатов принимают участие в национальном чемпионате в той же категории и компетенции, в которой они победили на региональном чемпионате (заняли 1 место).

Рабочие места участников распределяются по жребию. Жеребьевку проводят эксперты, в день официального открытия конкурсов «Абилимпикс». По результатам жеребьевки оформляется протокол с подписями участников и экспертов. При большом количестве участников (более 10) жеребьевка может проводиться заранее при участии главного эксперта и/или экспертов по компетенции и представителей Регионального центра при проведении регионального чемпионата и Национального центра «Абилимпикс» при проведении национального чемпионата.

Результаты досрочной жеребьевки оформляются протоколом за подписью главного эксперта и представителей Регионального центра /Национального центра «Абилимпикс» и должны быть размещены на сайте Регионального центра /Национального центра «Абилимпикс» не позднее 2-х дней до начала проведения соответствующего чемпионата. [1]

Конкурсы «Абилимпикс» проводятся с участием переводчиков русского жестового языка, тифлосурдопереводчиков, тьюторов, тифлокомментаторов при необходимости по заявкам участников конкурсов «Абилимпикс».

Сопровождающие участников соревнований не могут находиться на соревновательной площадке.

Во время проведения регионального чемпионата должны быть соблюдены:

- меры по технике безопасности и антитеррористическим мероприятиям среди участников, экспертов, волонтеров и иных лиц;
- меры безопасности проведения мероприятий: дежурство полиции, медицинского персонала, пожарной службы, иных служб. [3]

1.2. Права и обязанности участников соревновательной программы конкурсов «Абилимпикс»

Участники имеют право:

1. Ознакомиться со следующими документами до начала конкурса «Абилимпикс»: - положением об организации и проведении конкурсов «Абилимпикс»; - инструкцией по охране труда и технике безопасности на площадке; - инструкцией по работе на оборудовании; - конкурсными заданиями.

2. В ходе конкурсов «Абилимпикс» получить информацию:

- о конкурсном задании и его оценке;
- о критериях начисления баллов;
- о вспомогательных материалах и приспособлениях, разрешенных и запрещенных к использованию (шаблоны, чертежи/распечатки, лекала, эталоны и т.п.);

- по правилам охраны труда и технике безопасности, включая меры, применяемые в случае их несоблюдения;

- о программе конкурсов «Абилимпикс», включая расписание соревнований с обозначением обеденных перерывов и времени завершения конкурсных заданий/модулей, о проведении деловой, профориентационной, культурной и выставочной программы;

- об ограничениях времени входа и выхода с рабочего места, а также условий, при которых такой выход и вход разрешается;

- о времени и способе проверки оборудования;

- о характере и диапазоне санкций, которые могут последовать в случае нарушения данного положения;

- об ответственности за безопасное использование всех инструментов, оборудования, вспомогательных материалов, которые они приносят с собой, в соответствии с правилами техники безопасности.

3. Присутствовать во время инспекции на предмет обнаружения запрещенных материалов, инструментов или оборудования в соответствии с конкурсным заданием.

4. Задавать уточняющие вопросы. По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми материалами и процессами, подписав соответствующий протокол ознакомления.

5. Получить инструкции для участников конкурсов «Абилимпикс», адаптированные с учетом возможностей, нозологий и ментальных особенностей участников.

6. Во избежание ошибок сравнить свои измерительные инструменты с инструментами экспертов. В случае отсутствия предметов (материалов и/или оборудования), указанных в конкурсном задании, необходимо об этом сообщить главному эксперту.

7. Попросить предоставить ему материал на замену в случае утраты, брака или порчи изначально предоставленного ему материала. В случае подобной замены осуществляется вычет баллов (за исключением случаев предоставления некачественного материала). Эксперты коллегиально определяют количество снимаемых баллов, извещая об этом участников. [составлено по 3].

8. Участникам запрещено:

- общаться с сопровождающими их лицами на площадках во время проведения конкурса;
- в ходе проведения конкурса «Абилимпикс» контактировать с другими участниками или гостями без разрешения главного эксперта;
- использовать запрещенные или не согласованные инструменты, эталоны и другие предметы, которые могут дать преимущество перед остальными участниками;
- использовать любое оборудование для записи или обмена информацией с гостями, находящимися за пределами соревновательной площадки (ручки, бумага, мобильные телефоны, электронные устройства).

В случае установления вышеизложенных фактов во время соревновательной части по решению экспертного сообщества конкретной компетенции такой участник может быть оштрафован путем снятия баллов или дисквалифицирован, о чём оформляется протокол.

Обязанности участников:

- соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда, пожарной безопасности и правила внутреннего соревновательного распорядка, правильно применять коллективные и индивидуальные средства защиты. Несоблюдение участником норм и правил техники безопасности ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или постоянному отстранению участника от участия в конкурсе «Абилимпикс»;

- приступать и завершать работу только по указанию главного эксперта;

- оставлять в чистоте и порядке рабочее место, включая материалы, инструменты и оборудование, следуя требованиям охраны труда и техники безопасности;

- проявлять уважение к решениям экспертов конкурсов «Абилимпикс» при подведении итогов и выборе победителей.

Если участник не может принимать дальнейшее участие в конкурсе из-за болезни или несчастного случая, об этом уведомляются главный эксперт и эксперты на площадках.

Главный эксперт принимает решение о компенсации потерянного времени.

При отказе участника от дальнейшего участия из-за болезни или несчастного случая, он получает баллы за любую завершённую работу. Такие случаи регистрируются в соответствующих протоколах согласно регламенту работы экспертов. [составлено по 3].

РАЗДЕЛ 2. Компетенция «Адаптивная физическая культура»

2.1. Краткое описание компетенции «Адаптивная физическая культура»

Основной целью адаптивной физической культуры (АФК) является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счёт обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии

(оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. [2]

В ходе выполнения конкурсного задания необходимо провести для занимающихся с ОВЗ и/или инвалидностью:

Школьники: 2-3 подвижные игры на удлиненной перемене в школе;

Студенты и Специалисты: 2 фрагмента основной части занятий физкультурно-оздоровительной направленности и рекреационно-досуговой направленности по физической культуре.

Должен обладать компетенциями:

ФГОС СОО: «Физическая культура» (базовый уровень) – требования к предметным результатам освоения базового курса физической культуры должны отражать:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; 4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

ФГОС ООО: -укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

-формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

-освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; -обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

-воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Должен уметь:

- подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

- использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей в соответствии с задачами и функциональными возможностями занимающихся;

- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

- соблюдать технику безопасности на занятиях;

- применять приемы контроля и самоконтроля состояния организма при занятиях физическими упражнениями.

Должен знать:

-цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;

-средства физической культуры в системе реабилитации;

-показания и противопоказания к выполнению физических упражнений в связи с особенностями заболевания обучающегося.

Образовательный и профессиональный стандарт обучающихся СПО

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура. Приказ Минобрнауки России от 13.08.2014 № 994 (ред. от 25.03.2015) "Об утверждении (Зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2014 № 33741)

Профессиональный стандарт «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. № 526н, зарегистрировано в Минюсте РФ 20 августа 2014 г., № 33674.

Должен обладать профессиональными компетенциями:

ПМ. 01. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПМ.02. Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам:

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

Должен уметь:

-подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

-планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;

-использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;

- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;
- осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении занятий; - анализировать отдельные занятия и его результаты;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

Должен знать:

- цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;
- медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;
- причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп;
- средства физической культуры в системе реабилитации;
- показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;
- методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;
- приемы, способы страховки и само страховки;
- формы и методы взаимодействия с обучающимися;
- виды специального оборудования, его назначение.

2.2. Последовательность выполнения конкурсного задания соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура»

Школьники

Модуль 1. Организация предметно-развивающей среды для занятий и использование спортивного оборудования и инвентаря

Задание: для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 9 класса подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости) и подготовить место в пределах Демонстрационной площадки для проведения подвижных игр на удлиненной перемене.

*В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).

Последовательность выполнения задания

Модуля 1. на Демонстрационной площадке.

1. Представьте волонтерам.
2. Отберите группу «обучающихся» в количестве 6 человек из числа представленных 12 волонтеров-демонстрантов.
3. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
4. Если у вас есть время подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.
5. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля 1. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!»).

Модуль 2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями

Задание: для учащихся с ОВЗ и/или инвалидностью 9 класса разработать, организовать и провести не менее 2 подвижных игр на удлиненной перемене (с использованием спортивного инвентаря / оборудования).

Последовательность выполнения задания Модуля 2. на Демонстрационной площадке:

1. Организуйте начало занятия.
2. Сообщите волонтерам цель и задачи предлагаемого физкультурного занятия.
3. Сообщите волонтерам требования по соблюдению норм техники безопасности и охраны труда во время проведения предлагаемого физкультурного занятия.
4. Выполните конкурсное задание Модуля 2. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку.
5. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля 2. в соответствии с поставленной целью и задачами.
6. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля 2. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!»).
7. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля 2. - с помощью волонтеров-демонстрантов уберите инвентарь и оборудование с Демонстрационной площадки [2а].

Студенты и Специалисты

Модуль 1. Организация Адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

Задание: для незрячих учащихся с ожирением, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе А (9 класс) разработать, организовать и провести фрагмент физкультурно-оздоровительного занятия с использованием современных оздоровительных технологий.

*В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 15 до 17 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник).

Модуль 2. Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

Задание: для лиц с инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент рекреационно-досугового мероприятия: флешмоб.

*В качестве обучающихся выступают 6 волонтеров-демонстрантов в возрасте от 14 до 16 лет.

Последовательность действий при выполнении заданий Модуля 1 и Модуля 2 В категориях: «СТУДЕНТЫ» и «СПЕЦИАЛИСТЫ» – одинакова!

А. Последовательность действий по подготовке Демонстрационной площадки для выполнения конкурсного задания по Модулю:

Перед выполнением конкурсного задания по Модулю участнику необходимо подготовить Демонстрационную площадку, выполнив последовательно действия, указанные в пунктах

Время подготовки демонстрационной площадки – 2 минуты.

Остановить время подготовки демонстрационной площадки может участник, если все

действия выполнены, или главный эксперт, если отведенное время истекло.

1.Представьтесь волонтерам.

2.Отберите группу «обучающихся» в количестве до 6 человек из числа представленных волонтеров-демонстрантов.

3.Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь, оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.

4.Если у вас есть время подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов.

5.Сообщите экспертам об окончании подготовки Демонстрационной площадки (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!»).

Участник при выполнении конкурсного задания Модуля имеет право пользоваться инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке.

Б. Последовательность выполнения действий при выполнении задания по Модулю

на Демонстрационной площадке:

1.Организуйте начало занятия.

2.Сообщите волонтерам цель и задачи предлагаемого фрагмента.

3.Сообщите волонтерам требования по соблюдению норм техники безопасности и охраны труда в предлагаемом фрагменте.

4.Выполните конкурсное задание Модуля с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку.

5.Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля в соответствии с поставленной целью и задачами.

6.Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!»).

7.После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля – с помощью волонтеров-демонстрантов убрать инвентарь и оборудование с Демонстрационной площадки. [составлено по 2а]

30% изменение конкурсного задания

К допустимым 30% изменениям конкурсного задания необходимо отнести:

Для школьников:

Модуль 2. Участникам предлагается вид нозологии (слабовидящие и незрячие) учащихся

8-10 класса. Состав группы будет предложен организаторами (слабовидящие, незрячие, смешанная группа, только девочки, только мальчики, смешанная группа).

Для студентов/специалистов

Модуль 2. Участникам предлагается тема фрагмента рекреационно-массового мероприятия: флешмоб для лиц с инвалидностью, например,

1.«Спорт для всех!»;

2.«Движение — это жизнь!»;

3.«Молодежь — за ЗОЖ!».

Представленные выше темы фрагмента рекреационно-массового мероприятия:
флешмоб для лиц с инвалидностью являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами. [2а]

I. Общие требования для всех категорий:

Последовательность действий участников на конкурсной площадке:

Общее время выполнения конкурсного задания одного модуля - 3 часа, которые включают в себя *:

- регистрация участника на конкурсной площадке;
- инструктажи по охране труда и технике безопасности на конкурсной площадке по компетенции и в период выполнения конкурсного задания;
- знакомство с Демонстрационной площадкой и размещением спортивного инвентаря и оборудования, взаимодействие с техническими экспертами;
- жеребьевка последовательности выполнения / демонстрации конкурсного задания по модулю;
- подготовка конкурсного задания модуля на рабочем месте в комнате участников;
- выполнение / демонстрация конкурсного задания по модулю.

* Примечание: по окончании времени, отведенного на подготовку конкурсного задания модуля на рабочем месте, участники демонстрируют выполнение конкурсного задания последовательно, друг за другом, в соответствии с полученным жребием, после чего покидают конкурсную площадку.

В период ожидания выхода на Демонстрационную площадку для выполнения конкурсного задания модуля участник остается / находится в комнате для участников на своем рабочем месте.

II. Особые указания для всех категорий:

Что можно?

Для выполнения конкурсного задания участники всех категорий могут взять с собой на

площадку:

-план-конспект выполнения задания, который был разработан участником в период

подготовки на рабочем месте в комнате участников и планшет;

-дидактические материалы, которые были разработаны участником в период подготовки

на рабочем месте в комнате участников;

-материалы, указанные в разделе 3 Инфраструктурный лист в разделе «Расходные

материалы, оборудование и инструменты, которые участники должны иметь при себе»;

-материалы, указанные в разделе 3 Инфраструктурный лист в разделе «Дополнительное

оборудование, инструменты которое может привезти с собой участник (при необходимости)».

Что нельзя?

Участникам категорически запрещается брать с собой на Демонстрационную (соревновательную) площадку:

-бейдж, идентифицирующий участника, т.к. его наличие при выполнении двигательных

действий нарушает нормы техники безопасности и охраны труда;
– спортивное оборудование и инвентарь, не указанные в перечне Инфраструктурного листа;
– аналогичное оборудование, имеющееся на конкурсной площадке;
Любые материалы и оборудование, которые участник принес с собой, необходимо предъявить Экспертам для согласования.

Общим решением эксперты имеют право запретить использовать любые предметы, которые были принесены извне и которые будут сочтены как: «не относящиеся к выполнению конкурсных заданий»; «несправедливо дающее участнику преимущество»; «непредставленное жюри, но использованное при подготовке или выполнении конкурсного задания».

Участник при выполнении конкурсного задания имеет право пользоваться инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при подготовке конкурсной площадки [составлено по 2а].

РАЗДЕЛ 3. Порядок подготовки и проведения конкурса

3.1. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учётом основных нозологий в рамках соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура»

Специальное рабочее место инвалида должно обеспечивать безопасность труда, работу с незначительными или умеренными физическими, динамическими и статическими, интеллектуальными, сенсорными, эмоциональными нагрузками, исключать возможность ухудшения здоровья или травмирования инвалида.

При проектировании, реконструкции и эксплуатации специальных рабочих мест для инвалидов следует руководствоваться действующим законодательством Российской Федерации и индивидуальной программой реабилитации и абилитации (далее – ИПРА)

1. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 19 ноября 2013 г. № 685н «Об утверждении основных требований к оснащению (оборудованию) специальных рабочих мест для трудоустройства инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности» ГАРАНТ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://base.garant.ru/70631460/#friends> (дата обращения: 09.01.2022);

2. Постановление от 18.05.2009 г № 30 «Санитарные правила СП 2.2.9.2510-09 "Гигиенические требования к условиям труда инвалидов". Охрана труда в России. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://ohranatruda.ru/ot_biblio/norma/249185/. – (дата обращения: 09.01.2022).

Таблица 1. - Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учётом основных нозологий в рамках соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура» [составлено по 2]

Нозология	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами,	Специализированное оборудование, количество.

		М.	
Рабочее место участника с нарушением слуха	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями слуха;</p> <p>Для слабослышащих участников необходимо предусмотреть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - звукоусиливающую аппаратуру, - телефон громкоговорящий акустическая система, - информационная индукционная система, - индивидуальные наушники. [2] <p>Стол участника с нарушением слуха должен занимать в помещении такое положение, чтобы сидящий за ней участник мог видеть лицо организаторов конкурсов и лица большинства участников.</p> <p>Для предотвращения явления реверберации аудитория, где находится слухопротезированный участник, должна иметь звукопоглощающее оснащение (панели, шторы и т.п.). [составлено по 4]</p>
Рабочее место участника с нарушением зрения	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>В стандартном помещении необходимо первые столы в ряду у окна и среднем ряду предусмотреть для инвалидов с нарушениями зрения:</p> <p>а) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций;</p> <p>б) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта, озвучивания визуальной информации на экране монитора с использованием. [2]</p>
Рабочее место участника с нарушением ОДА	2,25 м.кв.	1,5 м	<p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим реализацию эргономических принципов;</p> <p>увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски,</p> <p>увеличения ширины прохода между рядами</p>

			<p>столов, а для участников, передвигающихся в кресле-коляске, выделить 1 - 2 первых стола в ряду у дверного проема; в случае необходимости персональный компьютер, оснащенный выносными компьютерными кнопками и специальной клавиатурой; персональный компьютер, оснащенный ножной или головной мышью и виртуальной экранной клавиатурой, персональный компьютер, оснащенный компьютерным джойстиком или компьютерным роллером и специальной клавиатурой.</p> <p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места специальными механизмами и устройствами, позволяющими изменять высоту и наклон рабочей поверхности, положение сиденья рабочего стула по высоте и наклону, угол наклона спинки рабочего стула, оснащение специальным сиденьем, обеспечивающим компенсацию усилия при вставании,</p> <p>Для инвалидов, передвигающихся на креслах-колясках, с учетом выполняемой трудовой функции предусматривают:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим возможность подъезда к рабочему месту и разворота кресла-коляски. [2]
Рабочее место участника с соматическими заболеваниями	1,5 м.кв.	1,5 м	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также инвалиды вследствие других соматических заболеваний условия труда на рабочих местах должны соответствовать оптимальным и допустимым по микроклиматическим параметрам.</p> <p>На рабочих местах <i>не допускается</i> присутствие вредных химических веществ, включая аллергены, канцерогены, оксиды металлов, аэрозоли преимущественно фиброгенного действия.</p> <p><i>Не допускается</i> наличие тепловых излучений; локальной вибрации, электромагнитных излучений, ультрафиолетовой радиации.</p> <p>Уровни шума на рабочих местах и освещенность должны соответствовать действующим нормативам.</p> <p>Использовать столы - с регулируемой высотой. [2]</p>
Рабочее место	1,5 м.кв.	1,5 м	Специальные требования к условиям труда

<p>участника с ментальными нарушениями</p>			<p>инвалидов вследствие нервно-психических заболеваний создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия производственной среды, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> -температура воздуха в холодный период года при легкой работе - 21 - 24 °С; при средней тяжести работ - 17 - 20 °С; влажность воздуха в холодный и теплый периоды года 40 - 60 %; отсутствие вредных веществ: аллергенов, канцерогенов, аэрозолей, металлов, оксидов металлов; -электромагнитное излучение - не выше ПДУ; -шум - не выше ПДУ (до 81 дБА); отсутствие локальной и общей вибрации; -отсутствие микроорганизмов, продуктов и препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов, белковые препараты. <p>Оборудование (технические устройства) должно быть безопасное и комфортное в пользовании (устойчивые конструкции, прочная установка и фиксация, простой способ пользования без сложных систем включения и выключения, с автоматическим выключением при неполадках; расстановка и расположение, не создающие помех для подхода, пользования, передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью и в то же время не затрудняющие досягаемость; исключение острых выступов, углов, ранящих поверхностей, выступающих крепежных деталей).</p> <p>Требования к условиям и организации труда на рабочих местах инвалидов вследствие заболеваний нервной системы</p> <p>Для работников создаются оптимальные и допустимые санитарно-гигиенические условия производственной среды, в том числе: температура, влажность, скорость движения воздуха, тепловое излучение в рабочей зоне в соответствии с санитарными нормами; уровни шума не должны быть выше предельно допустимых; отсутствие воздействия общей и локальной вибрации; инфразвука; ультразвука; постоянного магнитного поля; статического электричества; электрического поля промышленной частоты; электромагнитного излучения радиочастотного диапазона; постоянного лазерного излучения; вредных</p>
--	--	--	---

			химических веществ, в том числе канцерогенов, аллергенов, оксидов металлов, микроорганизмов - продуцентов, препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов. [2]
--	--	--	---

3.2. Требования охраны труда и техники безопасности в рамках соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по компетенции «Адаптивная физическая культура»

1. Общие требования безопасности

1.1. К самостоятельному выполнению заданий в компетенции «Адаптивная физическая

культура» по стандартам «Абилимпикс» допускаются:

- участники от 14 до 65 лет;
- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования;
- не имеющие противопоказаний к выполнению заданий компетенции «Адаптивная физическая культура» в Абилимпикс по состоянию здоровья.

1.2. Рекомендации по профилактике новой коронавирусной инфекции среди участников:

- при входе участников на конкурсную площадку – предоставляется возможность

обработки рук кожными антисептиками, предназначенными для этих целей (в том числе с помощью установленных дозаторов), или дезинфицирующими салфетками с установлением контроля за соблюдением данной гигиенической процедуры;

- контроль температуры тела участников при входе в организацию (предприятие) и в течение рабочего дня (по показаниям) с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры) с обязательным отстранением от нахождения на конкурсной площадке лиц с повышенной температурой тела и с признаками инфекционного заболевания;

- информирование участников о необходимости соблюдения правил личной и общественной гигиены: режима регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками - в течение всего конкурсного дня и после каждого посещения туалета;

- уборка помещений с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия, уделив особое внимание дезинфекции дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и стульев работников, оргтехники), мест общего пользования (комнаты участников и раздевалки, площадки и оборудование для занятия спортом и т.п.) - с кратностью обработки каждые 2 часа;

- наличие в организации запаса дезинфицирующих средств для уборки помещений и обработки рук участников и экспертов, а также СИЗ органов дыхания (маски и/или респираторы) на случай выявления лиц с признаками инфекционного заболевания;

- регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;

- по возможности - применение в конкурсных помещениях бактерицидных ламп и рециркуляторов воздуха закрытого типа с целью регулярного обеззараживания воздуха.

Следует учитывать, что участники, эксперты и все лица обязаны выполнять требования санитарного законодательства, а также постановлений и предписаний должностных лиц, осуществляющих федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор при проведении спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий.

1.3. В процессе выполнения заданий компетенции «Адаптивная физическая культура» в Абилимпикс и нахождения на территории и в помещениях места проведения соревнования по компетенции, участник обязан четко соблюдать:

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

1.4. Участник для подготовки конкурсного задания использует канцелярские принадлежности, инвентарь и оборудование, представленные в пункте «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурного лист».

1.5. Участник для выполнения конкурсного задания использует спортивный инвентарь и оборудование, представленные в пункте «Общая инфраструктура конкурсной площадки (при необходимости)» в разделе «Инфраструктурного лист».

1.6. При выполнении конкурсного задания на участника могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

Физические:

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

Психологические:

- напряжение внимания;
- повышенная ответственность.

1.7. Применяемые во время выполнения конкурсного задания средства индивидуальной защиты:

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

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

- Огнетушитель
- Указатель выхода
- Указатель запасного выхода
- Аптечка первой медицинской помощи
- Запрещается курить

1.9. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан

немедленно сообщить о случившемся экспертам. В помещении комнаты экспертов находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы. В случае возникновения несчастного случая или болезни участника, об этом немедленно уведомляется главный эксперт. Главный эксперт принимает решение о назначении дополнительного времени для участия. В случае отстранения участника от дальнейшего участия в демонстрационном соревновании по компетенции в виду болезни или несчастного случая, он получит баллы за любую завершённую работу. Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в Форме регистрации несчастных случаев и в Форме регистрации перерывов в работе.

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

Несоблюдение участником норм и правил ОТ и ТБ ведет к потере баллов. Постоянное

нарушение норм безопасности может привести к временному или перманентному отстранению аналогично апелляции.

2. Требования охраны труда и техники безопасности перед началом работы

Перед началом выполнения конкурсного задания участники должны выполнить следующее:

2.1. В подготовительный день все участники должны ознакомиться с инструкцией по

технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с Техническим описанием компетенции. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой. По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление

со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом.

2.2. Подготовить рабочее место, проверить внешним осмотром:

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

Обо всех обнаруженных неисправностях спортивного оборудования и инвентаря,

электропроводки и других неполадках сообщить главному эксперту и техническому эксперту и приступить к работе только после их устранения.

2.3. Провести разминку.

2.4. Подготовить инвентарь и оборудование, разрешенный к самостоятельной работе и представленный в пункте «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист». Правила подготовки к выполнению конкурсного задания и целесообразность размещения на площадке:

- поверхность для размещения инвентаря и оборудования должна быть ровной, без выступов;

- мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные) - имеют достаточный отскок, поверхность гладкая без трещин;

- поверхность спортивного инвентаря без выступов и зазоров, не имеют узлов и сколов,

и/или соответствует техническим требованиям / описанию, и требования техники безопасности (обручи, палки, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, мобильные баскетбольные стойки, мобильные волейбольные стойки и т.д. в соответствии с пунктом «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист»);

2.5. В день проведения соревнования по компетенции изучить содержание и порядок

проведения модулей конкурсного задания, а также безопасные приемы их выполнения.

Проверить пригодность спортивного оборудования и инвентаря визуальным осмотром.

Привести в порядок спортивный костюм и спортивную обувь: застегнуть спортивную форму на все пуговицы (завязать завязки, шнурки, застегнуть молнию), не допуская свисающих концов одежды.

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

2.6. Всегда, перед началом выполнения конкурсного задания и/или в процессе подготовки рабочего места: - осмотреть и привести в порядок рабочее место; - убедиться в достаточности освещенности; - проверить (визуально) исправность спортивного оборудования и инвентаря.

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

2.8. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности спортивного оборудования и инвентаря.

О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить эксперту и до устранения неполадок к заданию не приступать.

3. Требования охраны труда и техники безопасности во время работы

3.1. При выполнении заданий участнику необходимо соблюдать требования безопасности при использовании спортивного инвентаря и оборудования разрешенного к самостоятельной работе и представленного в пункте «Общая инфраструктура конкурсной площадки (при необходимости)» в разделе «Инфраструктурный лист».

Правила подготовки к выполнению конкурсного задания и целесообразность размещения на площадке:

- маты гимнастические должны быть чистыми и ровными, без дефектов;

- конусы и фишки для футбола устанавливаются на достаточном расстоянии др. от друга на ровной поверхности без выбоин и выступов;

- поверхность для размещения инвентаря и оборудования должна быть ровной, без выступов;
- мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные) - имеют достаточный отскок, поверхность гладкая без трещин;
- поверхность спортивного инвентаря без выступов и зазоров, не имеют узлов и сколов, и/или соответствует техническим требованиям / описанию, и требования техники безопасности (обручи, палки, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, мобильные баскетбольные стойки, мобильные волейбольные стойки и т.д. в соответствии с пунктом «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурный лист»);

3.2. При выполнении заданий компетенции «Адаптивная физическая культура»

в

Абилимпикс и уборке рабочих мест:

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

3.3. При демонстрации конкурсного задания:

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

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

- соблюдать правила перемещения в пределах конкурсной площадки;
- не выполнять упражнения без предварительной разминки;
- не выполнять травмоопасные упражнения без страховки;
- при выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;

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

- не находиться в зоне бросков;
- не подавать снаряд для метания друг другу броском;
- во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку;
- начинать задание/игру, делать остановки и заканчивать только по команде (сигналу);

- строго выполнять правила проведения задания;
- избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков;
- при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы; - внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы).

3.4. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования:

- прекратить эксплуатацию неисправного или сломавшегося спортивного инвентаря и оборудования, прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом эксперту.

4. Требования охраны труда и техники безопасности в случае аварийной ситуации

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

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

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

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

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

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

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

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

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

При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию экспертов, при необходимости эвакуации возьмите с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдайте осторожность, не трогайте поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода.

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

5. Требования безопасности по окончании работы

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

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

5.3. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

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

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

Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности

1. Общие сведения о месте проведения чемпионата, расположении компетенции, особенности

Питания участников и экспертов, месторасположении санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичного пожаротушения.

2. Время начала и окончания проведения соревнований.

3. Нахождение посторонних лиц на площадке.

4. Контроль требований охраны труда участниками и экспертами.

5. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождение на территории проведения чемпионата.

6. Общие обязанности участника и экспертов по охране труда.

7. Общие правила поведения во время выполнения конкурсных заданий и на территории.

8. Основные требования санитарии и личной гигиены.

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

10. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы.

Правила оказания первой помощи.

11. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой

эвакуации и пожарными выходами. [составлено по 2а].

3.3. Порядок сопровождения участников конкурса профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс»

ИНФОРМАЦИЯ К СВЕДЕНИЮ:

Волонтерская программа Национального чемпионата конкурсов профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс» рассматривает технологию сопровождения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья [4], в частности, с нарушением зрения (слепые и слабовидящие), на основе которой можно определить порядок сопровождения участников соревнований лиц с нарушением зрения (слепые и слабовидящие) в профессиональной образовательной организации, представленный в таблице 4:

Таблица 4. - Порядок сопровождения лиц с нарушением зрения (слепые и слабовидящие), участников «Абилимпикс»

Организация процесса <u>передвижения</u> участника	Организация процесса <u>общения</u> участника
---	--

соревнований «Абилимпикс», инвалида по зрению	соревнований «Абилимпикс», инвалида по зрению
Для удобства передвижения при сопровождении - участника «Абилимпикс», инвалида по зрению - при ходьбе находиться спереди от инвалида, при этом он должен держать Вас под руку (под локоть, чуть выше локтя).	При встрече - представиться, представить всех присутствующих рядом, сообщая при этом об их местонахождении относительно незрячего обучающегося, используя слова: «справа», «слева», «спереди» и т.д.
При необходимости изменения первоначальное местоположение (например, выйти куда-то или сесть в другой части учебного кабинета), обязательно сообщите о м передвижении, чтобы не ввести незрячего в заблуждение относительно местоположения собеседника	При общении с группой лиц, участников соревнований «Абилимпикс», имеющих нарушения зрения, не забывайте называть того, к кому Вы обращаетесь.
Предлагая участнику соревнований «Абилимпикс» -инвалиду по зрению помощь, дождитесь, чтобы она была принята.	При обращении к незрячему участнику, назовите его по имени и дотроньтесь рукой до его плеча.
Предупреждайте инвалидов по зрению о различных препятствиях: ступенях, низких притолах, трубах и т.п.	При общении с незрячими участниками необходимо озвучивать все свои действия.
Если участник соревнований передвигается с помощью собаки-проводника, в этом случае нельзя отвлекать собаку своими действиями (не трогайте, не кормите, не давайте команды собаке).	При необходимости прочесть инвалиду по зрению необходимую информацию (задание, текст и т.д.) сначала предупредите его об этом.
Не трогайте и не забирайте у участников соревнований «Абилимпикс» - инвалида по зрению трость – это техническое средство реабилитации, с помощью которого он ориентируется в пространстве.	Выясняйте, в каком виде участник-инвалид по зрению хочет получить информацию: обычный текст, текст, написанный шрифтом Брайля, крупно-шрифтовой формат текста (размер шрифта не менее 16 –18), дискета, аудиокассета.
Если заметили, что участник-инвалид по зрению, перемещаясь самостоятельно, сбился с маршрута, не управляйте его движением на расстоянии, подойдите и предложите свою помощь.	Говорить спокойным голосом, не пропускать информацию, если об этом не попросит инвалид. Если есть сопровождающий инвалида по зрению, желательно передать текст ему. Если сопровождающего нет, предупредите, что именно Вы собираетесь читать.
Если знакомите участника-инвалида по зрению с незнакомым предметом, не водите по поверхности его руку, а, дайте ему возможность свободно посмотреть (потрогать) предмет руками. Если Вас	В ходе общения с участником соревнований «Абилимпикс» можно с доскональной точностью словесно описать структуру документа. Если Вас сознательно об этом не попросили, не

попросили помочь взять какой-то предмет, не следует тянуть кисть незрячего человека к предмету и брать его рукой этот предмет, необходимо подать предмет незрячему.	пропускайте строки и не заменяйте чтение пересказом.
Если возникает необходимость поменяться местами, необходимо педагогу (и/или сопровождающему) остановиться и стоять на месте, а слабовидящий, не теряя контакта с ним, обходит его	При желании пожатия руки участнику, инвалиду по зрению, сначала сообщить незрячему об этом.
При передвижении по узким проходам педагог (и/или сопровождающий) отводит руку назад, а участник-инвалид по зрению несколько вытягивает свою руку и следует непосредственно за сопровождающим на расстоянии одного полного шага.	Всегда обращаться непосредственно к участнику - инвалиду по зрению, даже если он Вас не видит, а не к его зрячему сопровождающему.
При входе в помещение или выходе из него педагог (и/или сопровождающий) открывает дверь, а инвалид по зрению свободной рукой закрывает ее, не теряя при этом контакта с сопровождающим.	Педагогу (и/или сопровождающему) следует помнить, что инвалида по зрению необходимо предупреждать о начале или завершении спуска (подъема). Так, при быстрой ходьбе, не сбавляя темпа, подведёт слабовидящего человека к ступенькам здания под углом 45°, инвалид по зрению может оступиться, потерять равновесие и получить травму.
При спуске или подъёме по ступенькам педагогу (и/или сопровождающему) - следует направить незрячего человека перпендикулярно к ним. При подъеме или спуске по лестнице - всегда опережать инвалида по зрению на ступеньку.	Если участнику-инвалиду по зрению необходимо присесть: то педагог (и/или сопровождающий) должен подвести слабовидящего человека к креслу или к стулу, положить его руку на спинку стула или подлокотник кресла. Участник по положению стула сам определит, где находится стол. Держась одной рукой за спинку стула, другую он слегка выдвинет вперед до соприкосновения со столом, если потребуется, немного отодвинет стул и уверенно сядет.

Источник: [составлено автором по 4, С.33-35]

Участники «Абилимпикс» которые совсем не слышат, многие могут читать по губам. Если Ваш собеседник –участник с нарушением слуха может читать по губам, а, об этом необходимо уточнить сразу при встрече, обладает ли собеседник этим навыком, нужно соблюдать несколько важных правил:

- ✓ только три из десяти слов хорошо прочитываются необходимо смотреть в лицо собеседника и говорить ясно и медленно,
- ✓ использовать простые фразы и избегать несущественных слов нужно использовать выражение лица, жесты, телодвижения, если хотите подчеркнуть или прояснить смысл сказанного.

Основные рекомендации сопровождающим для взаимодействия с обучающимися с нарушением слуха представлены в таблице 5.

Таблица 5. – Рекомендации для взаимодействия с обучающимися с нарушением слуха, участниками «Абилимпикс»

Организация процесса взаимодействия с участниками соревнований с нарушение слуха	Организация процесса общения с участниками соревнований с нарушением слуха
Чтобы привлечь внимание участника соревнований, который плохо слышит, назовите его (её) по имени. Если ответа нет, можно слегка тронуть человека за руку или плечо или же помахать рукой.	Разговаривая с участником соревнований, у которого плохой слух, смотрите прямо на него.
Если разговор не получается, можно предложить набирать текст или писать от руки.	Очень часто глухие люди используют язык жестов.
Не затемняйте свое лицо и не загораживайте его руками, волосами или какими-то предметами. Ваш собеседник должен иметь возможность следить за выражением Вашего лица.	Если вы общаетесь через переводчика, не забудьте, что обращаться надо непосредственно к собеседнику, а не к переводчику.
Если Вас просят повторить что-то, попробуйте перефразировать своё предложение. Используйте жесты.	Говорите ясно и ровно. Не нужно излишне подчёркивать что-то. Кричать, особенно в ухо, тоже не рекомендуется.
Убедитесь, что Вас поняли. Не стесняйтесь спросить, понял ли Вас собеседник.	Не меняйте тему разговора без предупреждения. Используйте переходные фразы вроде: «Хорошо, теперь нам нужно обсудить...»
Если существуют трудности при устном общении, спросите, не будет ли проще переписываться. Не говорите: «Ладно, это неважно...» Сообщения должны быть простыми.	Если Вы сообщаете информацию, которая включает в себя номер, технический или другой сложный термин, адрес, напишите её, сообщите по факсу или электронной почте или любым другим способом, но так, чтобы она была точно понята.

Источник: [составлено автором по 4, С. 46-48]

При взаимодействии с участниками соревнований с нарушением опорно-двигательного аппарата рекомендуется соблюдать следующие правила, представленные в таблице 6. Следует отметить, что у обучающихся, имеющих трудности при передвижении, нет проблем со зрением, слухом и пониманием.

Таблица 6. – Рекомендации сопровождающим лицам для взаимодействия с участниками соревнований с нарушением опорно-двигательного аппарата участников «Абилимпикс»

Организация процесса взаимодействия с участниками соревнований с нарушение опорно-двигательного	Организация процесса общения с участниками соревнований с нарушением опорно-двигательного
--	--

аппарата	аппарата
При знакомстве с участником соревнований с нарушением опорно-двигательного аппарата, передвигающимся на коляске пожать ему руку – и тем, кому трудно двигать рукой, или тем, кто пользуются протезом, - правую или левую.	В ходе общения с человеком, использующим инвалидную коляску, присядьте на корточки, или отойдите от него на метр, чтобы он мог на Вас смотреть.
Не прикасаться к коляске, пока не попросят.	В ходе общения с человеком, использующим инвалидную коляску, присядьте на корточки, или отойдите от него на метр, чтобы он мог на Вас смотреть.
Так как коляска относится к личному пространству человека, опираться на нее или повиснуть – не рекомендуется.	Для возобновления общения - подойти и представиться, предложить свои услуги, но, не стоит быть назойливым.
Не пытаться без спроса поднять коляску с инвалидом и пронести её в тех местах, где нет пандуса или лифта. Начать катить без спроса – грубейшее нарушение. Не рекомендуется хлопать человека, находящегося в инвалидной коляске, по спине или по плечу.	При подготовке встречи, в которой участвуют люди, использующие коляски или испытывающие трудности в передвижении, необходимо побеспокоиться о том, чтобы там, где есть барьеры (пороги, ступени, двери и пр.), были сотрудники, готовые помочь. Человек, использующий коляску, мог дотянуться до нужных ему вещей.
При разрешении катить коляску, сначала катите её медленно, т.к. она быстро набирает скорость, и неожиданный толчок может привести к потере равновесия.	При существовании архитектурны барьеров, предупредите о них, чтобы человек заранее имел возможность принимать решения.
Коляски с электромотором, как правило, имеют табличку, где указан тип батареи, имеется схема, как её отсоединить, как перевести коляску в режим ручного движения и кто является владельцем коляски.	Всегда лично убеждайтесь в доступности мест, где запланированы мероприятия.

Источник: [составлено автором по 4, С. 26-28]

Таким образом, рассмотрены вопросы, связанные с подготовкой, проведением соревновательной программы конкурса «Абилимпикс» по направлениям «питание» и «торговля» по компетенции «Адаптивная физическая культура».

Подробные особенности взаимодействия с участниками конкурса профессионального мастерства для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» можно познакомиться в работах [5; 6; 7].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Концепция проведения конкурсов по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» на 2018 – 2020 годы. Утверждена протоколом организационного комитета Национального чемпионата по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» и обеспечению подготовки национальной сборной к международным чемпионатам «Абилимпикс» от 12 апреля 2018 г. № ТС-29/06пр (внесены изменения протоколом от 16 января 2019 г. № ТС-19/05пр). - https://abilympicspro.ru/netcat_files/108/120/Kontseptsiya_Abilimpix_2019.pdf. - (дата обращения: 07.06.2019). Положение об организации и проведении конкурсов по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс». - Протокол рабочей группы по подготовке и проведению Национального чемпионата по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» от 19 октября 2021 г. № Д05-29/05пр. - [электронный ресурс]. - Режим доступа: [Положение об организации и проведении конкурсов.pdf \(abilympics-russia.ru\)](https://abilympics-russia.ru)

1а. Концепция развития движения «Абилимпикс» в Российской Федерации на 2021-2030 годы. - Утверждена Организационным комитетом Национального чемпионата по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» (протокол от 18 августа 2021 г. № АБ-9/05пр) [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: [Концепция движения Абилимпикс 2021 \(1\).pdf \(abilympics-russia.ru\)](https://abilympics-russia.ru) - (дата обращения: 14.01.2022).

2. Конкурсное задание по компетенции Адаптивная физическая культура, М., 2018. - [электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://abilympicspro.ru/natsionalnyy-chempionat/iv-natsionalnyy-chempionat/kompetentsii-i-zadaniya/>. - (дата обращения: 07.06.2019);

2а. Конкурсное задание по компетенции Адаптивная физическая культура, М., 2021. - [электронный ресурс]. - Режим доступа: [Адаптивная физическая культура.pdf - Яндекс.Документы \(yandex.ru\)](https://abilympicspro.ru/natsionalnyy-chempionat/iv-natsionalnyy-chempionat/kompetentsii-i-zadaniya/); [КЗ Адаптивная физическая культура - школьники.pdf - Яндекс.Документы \(yandex.ru\)](https://abilympicspro.ru/natsionalnyy-chempionat/iv-natsionalnyy-chempionat/kompetentsii-i-zadaniya/)

3. Положение об организации и проведении конкурсов по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» на 2018 – 2020 годы. – Утверждено протоколом рабочей группы по подготовке и проведению Национального чемпионата по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» от 04 июля 2018 г. № ТС-40/6пр в редакции от 21 марта 2019 г. № Д05-8/05пр. - [электронный ресурс]. - Режим доступа: https://abilympicspro.ru/netcat_files/108/120/Polozhenie_ob_organizatsii_i_provedenii_konkursov_Abilimpix_2.pdf. - (дата обращения: 07.06.2019)

4. Ионова Е.П., Крутицкая Е.В. Волонтерская программа Национального чемпионата конкурсов профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс». Методические рекомендации. – М. 2016. - 76 с.

5. Ивановичева Т.А. Особенности взаимодействия с обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в процессе организации обучения среднего профессионального образования: Методическое пособие. - Тюмень, ТОГИРРО, 2018. – 32 с.

6. Организация образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в системе среднего профессионального образования тюменской области. Коллективная монография. – Тюмень, ТОГИРРО, 2018. – 129 с. / Ивановичева Т.А., Шаталова Т.В. Особенности взаимодействия с

обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в рамках проведения конкурса профессионального мастерства «Абилимпикс». – С. 56-66.

7. Иванычева Т.А. Особенности взаимодействия с обучающимися с нарушением зрения (слепые и слабовидящие) при организации образовательного процесса в профессиональной образовательной организации. // Всероссийский центр проведения и разработки интерактивных мероприятий. «Мир педагога». [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://mir-pedagoga.ru/public/public-teacher1/?id=55537> – (дата обращения: 09.01.2022); Организация образовательного процесса в профессиональной образовательной организации в ходе взаимодействия с обучающимися, имеющими нарушение слуха (глухие и слабослышащие). // Всероссийский центр проведения и разработки интерактивных мероприятий. «Мир педагога». [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://mir-pedagoga.ru/public/public-teacher1/?id=55749>. – (дата обращения: 10.01.2022.); Образовательный процесс в профессиональной образовательной организации с обучающимися лицами с нарушением опорно-двигательного аппарата. // Всероссийский педагогический журнал «Познание». [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://zhurnalpoznanie.ru/servisy/publik/publ?id=8124>. – (дата обращения: 10.01.2022.); Общие подходы профориентационной работе с детьми инвалидами и ОВЗ (методические материалы) [Текст]. Тюмень: Тюменский областной государственный институт развития регионального образования, 2021. – 17 с. [Электронный ресурс]. Режим доступа: [metmat pdhody ovz oo 2021.pdf \(togirro.ru\)](http://metmat.pdhody.ovz.oo.2021.pdf). - (дата обращения: 14.01.2022).

Государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования Тюменской области
**«ТЮМЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ
РЕГИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ПОВЫШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ
(ЦНППМ ПР)

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

**ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ
К УЧАСТИЮ В КОНКУРСЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА
«АБИЛИМПИКС» ОБУЧАЮЩИХСЯ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ПО КОМПЕТЕНЦИИ
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Автор-составитель:

Иванычева Татьяна Алексеевна

к.с.н, доцент Центра непрерывного повышения профессионального мастерства
педагогических работников (ЦНППМ ПР г. Тюмень)
ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО».

Ответственный за выпуск: Карамзина С. А., методист инклюзивного образования
ГАОУ ТО «Тюменский колледж производственных и социальных технологий»

Подписано в печать 14.01.2022
Объем 1,5 п.л. Тираж 20 экз.

ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»
625000, г. Тюмень, Советская,56