

ПРИМЕР ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА
для оценки квалификации
**«Тренер по общей физической и специальной подготовке
(5 уровень квалификации)»**

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Наименование квалификации и уровень квалификации:	3
2. Номер квалификации:	3
3. Профессиональный стандарт или квалификационные требования, установленные федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации (далее – требования к квалификации):	3
4. Вид профессиональной деятельности:	3
5. Спецификация заданий для теоретического этапа профессионального экзамена	3
6. Спецификация заданий для практического этапа профессионального экзамена	8
7. Материально-техническое обеспечение оценочных мероприятий	10
8. Кадровое обеспечение оценочных мероприятий:	11
9. Требования безопасности к проведению оценочных мероприятий	11
10. Задания для теоретического этапа профессионального экзамена:	12
11. Критерии оценки (ключи к заданиям), правила обработки результатов теоретического этапа профессионального экзамена и принятия решения о допуске (отказе в допуске) к практическому этапу профессионального экзамена:	13
12. Задания для практического этапа профессионального экзамена.....	14
13. Правила обработки результатов профессионального экзамена и принятия решения о соответствии квалификации соискателя требованиям к квалификации:.....	19
14. Перечень нормативных правовых и иных документов, использованных при подготовке комплекта оценочных средств:	19

1. Наименование квалификации и уровень квалификации:Тренер по общей физической и специальной подготовке (5 уровень квалификации)**2. Номер квалификации:**

05.00300.01

3. Профессиональный стандарт или квалификационные требования, установленные федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации (далее – требования к квалификации):

05.003. «Тренер», утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28.03.2019 № 191н

4. Вид профессиональной деятельности:

Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью

5. Спецификация заданий для теоретического этапа профессионального экзамена

Знания, умения в соответствии с требованиями к квалификации, на соответствие которым проводится оценка квалификации	Критерии оценки квалификации	Тип и № задания
Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (А/01.5)		
1. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответа №1, 3,45, 87, 88, 89, 90 установление последовательности № 2.
2. Теория и методика физической культуры	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответа № 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,46, 47, 48, 49 установление соответствия № 50
3. Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: С выбором ответа № 13, 14 установление соответствия № 15, 58

<p>4. Порядок составления отчетной документации по подготовке тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся;</p> <p>Вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задание: с выбором ответа № 17, 20 установление соответствия № 18; установление последовательности № 19;</p>
<p>5. Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий;</p> <p>Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: установление соответствия № 21, 44; выбор ответа(ов) № 22, 23, 24, 25, 26, 27.</p>
<p>6. Подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: выбор ответа(ов) № 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39.</p>
<p>7. Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: установление соответствия № 41, 42, 43; выбор ответа № 40, .</p>
<p>Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (А/02.5)</p>		
<p>8. Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, правила техники</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за</p>	<p>Задания: С выбором ответа № 4, 5 установление соответствия № 16, 51.</p>

безопасности при их выполнении	неправильно выполненное задание	
9. Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта, правила техники безопасности при их выполнении	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: установление последовательности № 52, установление соответствия № 55, с выбором ответа № 53, 54.
10. Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом спортивной специализации Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий по общей физической и специальной подготовке	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответов № 56, 57, 65, 66
11. Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке; Формировать мотивацию занимающихся к занятиям физической культурой и спортом, навыки ведения здорового образа жизни; Демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, формулировать двигательную задачу с наглядным объяснением.	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: установление соответствия № 64; выбор ответа(ов) № 59, 60, 61, 62, 63, 71, 72
Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки (А/03.5)		
12. Физиология человека	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задание: с выбором ответа № 69, 70, 73, 91, 92, 93, 94 установление соответствия № 95,

<p>13. Методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося; Содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся, способы их учета в спортивной подготовке; Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике определения уровня физической и функциональной подготовленности</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: с выбором ответа(ов) № 74,75, 80 установление соответствия № 78.</p>
<p>14. Назначение и особенности использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений при проведении тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: установление последовательности № 67, установление соответствия № 68, 76, 77.</p>
<p>15. Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задания: установление соответствия № 82, с выбором ответа № 81, 83, 84.</p>
<p>16. Интерпретировать результаты тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося и анализа фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задание: с выбором ответа № 85, 86. Установление соответствия № 102,103</p>
<p>Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся (А/04.5)</p>		
<p>17. Спортивная морфология</p>	<p>1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание</p>	<p>Задание: с выбором ответа № 96, 97, 98, 120</p>

18. Диетология	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задание: с выбором ответа № 79, 99, 100, 101
19. Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответа(ов) № 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114. Установление соответствия № 104
20. Методы построения процесса спортивной подготовки в виде спорта; Содержание спортивной тренировки в виде спорта	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответа(ов) № 106, 119 установление соответствия №105, 107
21. Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса	1 балл за правильно выполненное задание 0 баллов за неправильно выполненное задание	Задания: с выбором ответа(ов) № 115, 116, 117, 118.

Общая информация по структуре заданий для теоретического этапа профессионального экзамена:

количество заданий с выбором ответа: 92 ;

количество заданий на установление соответствия: 24 ;

количество заданий на установление последовательности: 4 ;

Тест для соискателя формируется в соответствии со спецификацией и включает 30 вопросов, при этом для всех предметов оценки используется по одному заданию – 21 вопрос. Дополнительно добавляются по 1 заданию для предметов №№ 1, 5, 11, 12, 19 – 5 вопросов, для предметов № 2, 6 – по два задания (4 вопроса).

Время выполнения заданий для теоретического этапа экзамена: 60 минут

6. Спецификация заданий для практического этапа профессионального экзамена

Трудовые функции, трудовые действия, умения в соответствии с требованиями к квалификации, на соответствие которым проводится оценка квалификации	Критерии оценки квалификации	Тип и № задания
1	2	3
<p>А/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.</p> <p>А/02.5 Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся</p> <p>А/03.5 Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировок.</p> <p>А/04.5 Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организация общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся.</p>	<p>Суммарный анализ итогов профессиональной деятельности на основе представленных документов и оформленного портфолио, при минимальной сумме 300 баллов, рассчитанных в соответствии с Приказом Минспорта России от 19 марта 2020 года №224 «Об утверждении порядка присвоения квалификационных категорий тренеров и квалификационных требований к присвоению квалификационных категорий тренеров»</p>	<p>Портфолио</p>
<p>А/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Определение задач тренировочных занятий. • Выбор оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической). • Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки. • Формирование содержания тренировочного занятия 	<p>1. Сформулированы задачи тренировочного занятия по общей физической подготовке: оздоровительная, образовательная, воспитательная, задачи способствуют достижению цели тренировочного занятия и соответствуют половозрастной группе занимающихся.</p> <p>2. Разработан план (схема) тренировочного занятия: заполнены все параметры, ИП указаны верно; дозировка указана с учетом половозрастных особенностей занимающихся; ОМУ направлены на правильность выполнения упражнений; указан инвентарь.</p>	<p>Задание №1 на выполнение трудовых функций в модельных условиях</p>

<p>(подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия. 	<p>3. Подобраны специфические методы тренировочного занятия для решения поставленных задач (строго регламентированных упражнений, игровой, соревновательный):</p> <p>4. Оборудование и инвентарь способствуют решению поставленных задач, соответствуют половозрастным особенностям занимающихся.</p> <p>5. Владение терминологией: все ИП названы верно, отсутствуют ошибки в названии движений, названиях частей тела и инвентаря.</p> <p>6. Организационно-методические указания (ОМУ) способствуют правильному выполнению двигательных действий занимающихся.</p> <p>7. Представлены меры по обеспечению соблюдения правил ТБ и ОТ, норм СанПина при проведении фрагмента тренировочного занятия, целесообразной расстановки занимающихся</p>	
---	---	--

Рабочий комментарий: На экзамене соискатель предоставляет портфолио или выполняет одно практическое задание на выполнение трудовых функций в модельных условиях.

7. Материально-техническое обеспечение оценочных мероприятий

7.1 Помещение не менее **20** (двадцать) кв.м. в административном здании, отвечающем требованиям пожарной безопасности и санитарным правилам и нормам (СанПиН), предъявляемым к административным или к учебным помещениям.

7.2 Комплект столов и стульев не менее чем на **5** (пять) человек.

7.3 Персональные компьютеры со встроенными или внешними видеокамерой и микрофоном, не менее чем **5** (пять) штук, с годом выпуска не позднее **5** (пяти) лет до даты проведения оценки квалификации.

7.4 Минимальные требования к персональным компьютерам:

процессор «**Intel Pentium 4**» (или аналогичный) с тактовой частотой процессора не менее **1,8 ГГц**,

размер оперативного запоминающего устройства (ОЗУ) – **2 Гб**.

7.5 Требования к программному обеспечению персональных компьютеров:

«**Microsoft Windows 7**» и все последующие версии,

интернет-браузер «**Internet Explorer 8.0**» и все последующие версии.

7.6 Выход в телекоммуникационную сеть «Интернет» со скоростью не менее чем **5** (пять) мегабит в секунду.

7.7 Не менее **2** (двух) видеокамер на одно помещение, для регистрации аудиозаписи и видеозаписи прохождения профессионального экзамена.

7.8 Требования к видеозаписи и к видеокамерам:

- видеокамеры должны регистрировать вход в помещение, всех соискателей, все персональные компьютеры со стороны клавиатуры, ответственное лицо за проведение профессионального экзамена,
- видеокамеры должны иметь устройства для синхронной аудиозаписи,
- видеозапись должна вестись в черно-белом изображении,
- видеокамеры должны иметь разрешение видеозаписи высокой четкости с экранным разрешением не менее 1280x720 пикселей (**HD 720p**) и не более– 1280x960 пикселей (**HD 960p**),
- сжатие видеозаписи для хранения и передачи файлов должно быть произведено по стандарту сжатия видеоизображения (кодек) «**H.264**» (**MPEG-4 Part 10/AVC**).

7.9 Устройство для хранения указанной видеозаписи проведения профессионального экзамена и передачи видеозаписи в телекоммуникационную сеть «Интернет».

7.10 Тексты (**только в печатном варианте, в электронном варианте НЕ допускается**) нормативных правовых актов в сфере физической культуры и спорта и соответствующих им подзаконных актов; расходные материалы (листы А4, ручка, карандаш), в количестве, соответствующем количеству соискателей, одновременно пришедших на профессиональный экзамен.

8. Кадровое обеспечение оценочных мероприятий:

8.1 Проведение независимой оценки квалификации соискателя осуществляет экспертная комиссия, формируемая центром оценки квалификации (далее - экспертная комиссия). Состав экспертной комиссии должен быть независимым по отношению к соискателю, проходящему профессиональный экзамен, в целях исключения любых профессиональных, личностных, коррупционных и иных конфликтов интересов сторон.

8.2. В состав экспертной комиссии включается не менее 3 (трех) экспертов из числа специалистов, информация о которых размещена в реестре экспертов по независимой оценке квалификации центра оценки квалификации. Соответствие квалификации экспертов требованиям данного оценочного средства должно быть подтверждено Советом по профессиональным квалификациям в сфере физической культуры и спорта (далее – СПК).

8.3 Обязательное наличие персонала на профессиональном экзамене:

а) одного лица, ответственного за проведение профессионального экзамена, для проверки документов, удостоверяющих личность соискателей, для составления протокола профессионального экзамена, для соблюдения порядка и визуального контроля за соискателями во время сдачи профессионального экзамена;

б) одного технического работника с соответствующей квалификацией для обеспечения бесперебойного выхода в телекоммуникационную сеть «Интернет», для бесперебойной работы персональных компьютеров и видео (аудио) записывающей аппаратуры, (может не присутствовать в помещении, где проводится профессиональный экзамен, но по первому требованию ответственного лица, обязан прибыть в течении 5 (пяти) минут для устранения возникших неполадок и неисправностей).

8.4 Требования к квалификации членов экспертной комиссии, подписывающих протокол по результатам проведения профессионального экзамена: высшее образование не ниже бакалавриата по специальности «физическая культура и спорт» или высшее педагогическое образование не ниже бакалавриата по специальности «физическая культура и спорт»; квалификация Эксперта по оценке квалификации центра оценки квалификации Совета по профессиональным квалификациям в сфере физической культуры и спорта (далее – СПК), подтвержденная соответствующим порядком данного СПК.

8.5 Требования к опыту работы членов экспертной комиссии, подписывающих протокол по результатам проведения профессионального экзамена: стаж работы (тренерской, методической, экспертной или управленческой) в сфере физической культуры и спорта или по профилю вида профессиональной деятельности, «Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью» не менее 5 (пяти) лет; подтвержденный опыт работы, соответствующий направленности (профилю) и уровню квалификации соискателей или квалификацию по виду профессиональной деятельности не ниже уровня оцениваемой квалификации, или квалификацию (опыт работы) более высокого уровня по руководству, организационному, методическому (научно-методическому) обеспечению деятельности специалистов оцениваемой квалификации или ученая степень по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, или ученую степень по физической культуре и спорту;

9. Требования безопасности к проведению оценочных мероприятий

Проведение обязательного инструктажа по правилам пожарной безопасности и поведению при пожаре.

10. Задания для теоретического этапа профессионального экзамена:**1) Выберите все правильные варианты ответа**

Укажите все гигиенические процедуры, которые Вы порекомендуете применять занимающимся спортивной группы для восстановления работоспособности (при условии, что противопоказания отсутствуют):

- а. гидропроцедуры;
- б. электросветовые процедуры;
- в. санация;
- г. закаливание.

2) Задание на установление последовательности.

В ходе тренировочного процесса Вы замечаете у одного из занимающихся резкое снижение работоспособности, значительное ухудшение результатов в контрольных упражнениях. Расположите в правильной последовательности действия тренера в отношении этого спортсмена.

- а. направить на консультацию к врачу;
- б. выяснить причину ухудшения самочувствия;
- в. проанализировать индивидуальный план тренировок;
- г. немедленно освободить от тренировки.

3) Выберите один правильный ответ

Укажите скорость ветра на открытом воздухе в летнее время, которая раздражительно влияет на нервно-психическую сферу спортсмена.

- а. 1-4 м/с;
- б. 4-6 м/с;
- в. 6-8 м/с.

4) Выберите все правильные варианты ответа

Укажите все специфические методы физического воспитания занимающихся, которые Вы можете применять непосредственно в ходе планируемого тренировочного занятия.

- а. беседа;
- б. методы строго регламентированного упражнения;
- в. игровой метод;
- г. разбор;
- д. соревновательный метод.

5) Выберите один правильный ответ.

Определите, какой должен быть вес отягощения (в % от максимума) при использовании специальных подготовительных упражнений для развития скоростных способностей (в целях воспитания быстроты движений).

- а. от 5 до 10 %;
- б. до 15 - 20 %;
- в. от 30 до 40 %;
- г. до 50%.

6) Выберите один правильный ответ.

Укажите вес отягощения, которому соответствует предельное количество повторений от 4 до 7 раз в упражнении силовой направленности в одном подходе.

- а. предельному;
- б. околопредельному;
- в. большому;
- г. малому.

7) Выберите один правильный ответ.

Основной причиной возникновения «скоростного барьера» при воспитании быстроты

движений у занимающихся является:

- а. биологический возраст занимающегося;
- б. продолжительное применение одних и тех же средств и методов;
- в. небольшой объем скоростных упражнений в рамках отдельного занятия;
- г. большой интервал отдыха между повторным выполнением упражнений.

8) Выберите один правильный ответ.

Время, ограниченное сигналом стартера и первым движением спортсмена, называется:

- а. латентным временем двигательной реакции;
- б. приспособительной реакцией;
- в. двигательной реакцией;
- г. быстротой одиночного движения.

9) Выберите один правильный ответ.

Число движений, выполняемых за единицу времени, характеризует:

- а. темп движений;
- б. ритм движений;
- в. скоростную выносливость;
- г. дистанционную скорость.

10) Выберите один правильный ответ.

Признаком необходимости прекращения упражнений на растягивание является:

- а. нарушение способности к произвольному расслаблению растягиваемых мышц;
- б. появление сильных мышечных болей;
- в. увеличение частоты сердечных сокращений;
- г. нарушение межмышечной координации при выполнении активных движений.

11. Критерии оценки (ключи к заданиям), правила обработки результатов теоретического этапа профессионального экзамена и принятия решения о допуске (отказе в допуске) к практическому этапу профессионального экзамена:

Максимально количество баллов – 30 (100%). Решение о допуске к практическому этапу профессионального экзамена принимается при правильном ответе не менее чем на 18 заданий (60% от максимально возможной суммы баллов).

№ задания	Правильные варианты ответа, модельные ответы	Критерии оценки	Вес или баллы, начисляемые за правильно выполненное задание
1.	а, б, г	Указаны верные ответы	1 балл
2.	г – б – а – в	Указана верная последовательность	1 балл
3.	в	Указан верный ответ	1 балл
4.	б, в, д	Указаны верные ответы	1 балл
5.	а	Указан верный ответ	1 балл
6.	б	Указан верный ответ	1 балл
7.	б	Указан верный ответ	1 балл
8.	а	Указан верный ответ	1 балл
9.	а	Указан верный ответ	1 балл
10.	б	Указан верный ответ	1 балл

12. Задания для практического этапа профессионального экзамена

Практическое задание в форме портфолио

Практический экзамен проводится по результатам оценки портфолио соискателя, которое соискатель предоставляет в оформленном виде в соответствии с требованиями Приказа Минспорта России от 19 марта 2020 года №224 «Об утверждении порядка присвоения квалификационных категорий тренеров и квалификационных требований к присвоению квалификационных категорий тренеров» с копиями подтверждающих документов.

При отсутствии подготовленной формы соискатель может заполнить портфолио в процессе прохождения практического этапа профессионального экзамена на основе подтверждающих документов. При этом эксперты могут консультировать соискателя по вопросам оформления формы.

Содержание портфолио:

1. Заявление соискателя, составленное по форме Приложения №1 и подписанное собственноручно.
2. Копия трудовой книжки, заверенная подписью руководителя и печатью организации (при наличии) и (или) сведения о трудовой деятельности в соответствии со статьей 66.1 Трудового кодекса Российской Федерации.
3. Копия документа, подтверждающего присвоение квалификационной категории (при наличии);
4. Копии документов, удостоверяющих принадлежность лиц, проходящих спортивную подготовку, к физкультурно-спортивной организации, заверенные подписью руководителя и печатью организации (при наличии);
5. Выписки из приказов о зачислении лиц, проходящих спортивную подготовку, в тренировочную группу тренера, заверенные подписью руководителя и печатью организации (при наличии);
6. Копия протоколов или выписки из протоколов официального спортивного мероприятия, подписанные председателем главной судейской коллегии, главным судьей официального спортивного мероприятия;
7. Копии приказов о присвоении спортивного звания и (или) спортивного разряда лицам, проходящим спортивную подготовку, заверенные подписью руководителя и печатью организации (при наличии);
8. Выписки из приказов о переводе лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки, заверенная подписью руководителя и печатью организации (при наличии);
9. Копии распорядительных актов, подтверждающие включение лиц, проходящих спортивную подготовку, в список кандидатов в спортивную сборную команду Российской Федерации, субъекта Российской Федерации и (или) муниципального образования;
10. Копии протокола с результатами сдачи контрольно-переводных нормативов лиц, проходящих спортивную подготовку, заверенные подписью руководителя и печатью организации (при наличии);
11. Копии документов об участии тренера в семинарах, конференциях, открытых занятиях, мастер-классах и иных научно-практических мероприятиях, выданные организаторами указанных мероприятий (при наличии);
12. Копии документов, подтверждающие присвоение почетных спортивных званий и (или) ведомственных наград, поощрений за период профессиональной деятельности тренера;
13. Копии методических разработок (публикаций) (при наличии).

Экспертная комиссия вправе пригласить соискателя для дачи пояснений по портфолио при проведении оценки профессиональной деятельности соискателя.

Экспертная комиссия рассматривает представленные документы и проводит оценку результатов профессиональной деятельности специалиста в баллах, указанных в приложении №2.

Задания на выполнение трудовых функций в модельных условиях № 1

Трудовая функция:

A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.

Трудовые действия:

- Определение задач тренировочных занятий.
- Выбор оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической).
- Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки.
- Формирование содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений.
- Определение требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия.

Задание:

Разработка тренировочного занятия по общей физической подготовке с занимающимися в соответствие с их индивидуальной характеристикой и целью тренировочного занятия.

Наименование целей тренировочного занятия и индивидуальных характеристик занимающихся представлены в 7-ми вариантах:

1. Развитие ловкости в разнообразных действиях (координационных способностей) на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся ___ пола в возрасте _____.
2. Развитие максимальной силы на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся ___ пола в возрасте _____.
3. Развитие скоростно-силовых способностей на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся в ___ пола в возрасте _____.
4. Развитие скоростных способностей на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся _____ пола в возрасте _____.
5. Развитие гибкости на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся _____ пола в возрасте _____.
6. Развитие общей выносливости на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся _____ пола в возрасте _____.
7. Развитие силовой выносливости на занятиях по общей физической подготовке для занимающихся _____ пола в возрасте _____.

Варианты распечатываются на бумажном носителе и помещаются в конверты и запечатываются. Соискатель выбирает один из 7 конвертов, распечатывает конверт и выполняет задание согласно полученному варианту.

Порядок выполнения задания:

1. Сформулировать задачи тренировочного занятия по общей физической подготовке (образовательную, оздоровительную, воспитательную) в соответствие с целью и возрастной характеристикой занимающихся согласно полученному варианту.
2. Разработать соответствующий план (схему) тренировочного занятия по общей физической подготовке с применения средств для решения поставленных задач.

План (схема) должен содержать следующие пункты:

- ФИО разработчика;
- контингент занимающихся;
- место проведения тренировочного занятия;
- дату проведения тренировочного занятия;
- продолжительность тренировочного занятия;
- цель тренировочного занятия;
- задачи тренировочного занятия;
- оборудование и инвентарь.
- меры по обеспечению соблюдения правил ТБ и ОТ, норм СанПина, целесообразности расстановки занимающихся;
- этапы тренировочного занятия (подготовительная часть, основная часть, заключительная часть);
- применяемые средства и варианты корректировок с описанием ИП, описание игры в случае проведения, теста и т.д.;
- дозировку (количество повторений, время выполнения);
- организационно-методические указания (ОМУ).

План (схему) занятия по общей физической подготовке соискатель представляет на Бланке соискателя.

Трудовые функции в соответствии с требованиями к квалификации, на соответствие которым проводится оценка квалификации	Критерии оценки
1	2
<p>A/01.5 Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.</p> <p>Трудовые действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение задач тренировочных занятий. • Выбор оптимальных форм и видов тренировочных занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической). • Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки. • Формирование содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений. • Определение требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия. 	<p>1. Формулировка задач тренировочного занятия по общей физической подготовке:</p> <p><i>1 балл</i> – оздоровительная, образовательная, воспитательная задачи сформулированы верно, способствуют достижению цели тренировочного занятия и соответствуют половозрастной группе занимающихся.</p> <p>2. Разработка плана (схемы) тренировочного занятия:</p> <p><i>1 балла</i> – в плане (схеме) тренировочного занятия заполнены все параметры, ИП указаны верно; дозировка указана с учетом половозрастных особенностей занимающихся; ОМУ направлены на правильность выполнения упражнений; указан инвентарь.</p> <p>3. Использование специфических методов при планировании тренировочного занятия для решения поставленных задач (строго регламентированных упражнений, игровой, соревновательный):</p> <p><i>1 балл</i> – подобранные методы способствуют решению поставленных задач.</p> <p>4. Соответствие выбора спортивного инвентаря и оборудования поставленным задачам и половозрастным особенностям</p>

	<p>занимающихся:</p> <p><i>1 балл</i> – оборудование и инвентарь способствуют решению поставленных задач, соответствуют половозрастным особенностям занимающихся.</p> <p>5. Владение терминологией:</p> <p><i>1 балл</i> – применяет терминологию, все ИП названы верно, отсутствуют ошибки в названии движений, названиях частей тела и инвентаря.</p> <p>6. Организационно-методические указания (ОМУ), способствующие правильному выполнению упражнений:</p> <p><i>1 балл</i> – разработаны ОМУ на правильное дыхание, мышечные усилия, фазы выполнения двигательных действий занимающихся, способствующие правильному выполнению двигательных действий.</p> <p>7. Обеспечение соблюдения правил ТБ и ОТ, норм СанПиНа, целесообразности расстановки занимающихся</p> <p><i>1 балл</i> – представлены меры по обеспечению соблюдения правил ТБ и ОТ, норм СанПиНа, целесообразной расстановки занимающихся (при выполнении упражнений в И.П. лежа (на спине, на животе), а также И.П. в упоре на коленях необходимо использовать гимнастические коврики или маты, соблюдение дистанции между занимающимися при выполнении упражнений, отсутствие попадания прямого солнечного света в глаза занимающимся; занимающиеся должны видеть участника без дополнительных перемещений).</p>
Итоговый максимальный балл	7 баллов

Условия выполнения задания:

1. Место выполнения задания:

- учебный класс (аудитория),

2. Максимальное время выполнения задания:

- до 60 мин.

3. Соискателю ЦОК/ЭЦ предоставляет:

- компьютер, принтер, бумагу, ручку и карандаш.

- вариант с наименованием цели тренировочного занятия и индивидуальных характеристик занимающихся на бумажном носителе;

- бланк для заполнения «План (схема) тренировочного занятия».

4. Соискатель должен иметь: -

Бланк соискателя**План (схема) тренировочного занятия**

Ф.И.О. соискателя: _____
 Возраст занимающихся: _____
 Дата проведения: _____
 Место проведения: _____
 Продолжительность: _____
 Цель занятия: _____
 Задачи занятия: _____
 Образовательная задача: _____
 Оздоровительная задача: _____
 Воспитательная задача: _____
 Инвентарь и оборудование: _____
 Меры по обеспечению соблюдения правил ТБ и ОТ, норм СанПина, целесообразности расстановки занимающихся: _____

Этапы занятия	Средства решения поставленных задач (последовательность упражнений)	Дозировка	Организационно-методические указания

13. Правила обработки результатов профессионального экзамена и принятия решения о соответствии квалификации соискателя требованиям к квалификации:

При проведении экспертной комиссией оценки результатов профессиональной деятельности тренера на основании оценки портфолио сумма баллов рассчитывается путем суммирования баллов, указанных в пунктах 1 - 12 таблицы приложения №2¹.

При проведении экспертной комиссией оценки результатов профессиональной деятельности тренера на основании оценки выполнения практического задания №1 сумма баллов рассчитывается путем суммирования баллов по каждому критерию оценки.

Практическая часть экзамена считается сданной при набранной сумме на основании оценки портфолио не менее 300 баллов, что соответствует второй квалификационной категории тренера или при набранной сумме баллов не менее 6 баллов за выполнение практического задания в модельных условиях №1.

14. Перечень нормативных правовых и иных документов, использованных при подготовке комплекта оценочных средств:

- 14.1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)
- 14.2. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30 декабря 2001 г. N 197-ФЗ (ТК РФ).
- 14.3. Гражданский кодекс Российской Федерации (ГК РФ) часть первая от 30 ноября 1994 г. N 51-ФЗ, часть вторая от 26 января 1996 г. N 14-ФЗ, часть третья от 26 ноября 2001 г. N 146-ФЗ и часть четвертая от 18 декабря 2006 г. N 230-
- 14.4. Федеральный закон Российской Федерации от 27.07.2006 N 152-ФЗ «О персональных данных».
- 14.5. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 14.6. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ
- 14.7. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта.
- 14.8. Приказ Минспорта России «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 12.02.2019 № 90.
- 14.9. Приказ Министерства спорта РФ от 28 января 2016 г. № 54 «Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» с изменениями и дополнениями от 24 мая 2017 г., 9 января 2018 г., 11 января 2019 г.
- 14.10. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 г. № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
- 14.11. Методические рекомендации по организации и выполнению нормативов испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) к Государственным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного

¹ Приказ Минспорта России от 19 марта 2020 года №224 «Об утверждении порядка присвоения квалификационных категорий тренеров и квалификационных требований к присвоению квалификационных категорий тренеров»

комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018 – 2021гг., утвержденные приказом Минспорта России от 19.06.2017 № 542.