****

**ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ**

**соревнований по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» Итогового (межрегионального) этапа Чемпионата по профессиональному**

**мастерству «Профессионалы» среди студентов**

**Оренбургская область, г. Оренбург**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Общая информация** | | | | |
| **Период проведения** | | 09.04.2025-25.04.2025 | | |
| **Место проведения и адрес площадки** | | ГБПОУ Педколледж г. Оренбурга  460056, г. Оренбург, ул. Волгоградская, д. 1 | | |
| **ФИО Главного эксперта** | | Цысь Оксана Александровна | | |
| **Контакты Главного эксперта** | | +7(906) 830-48-86, tsis.o@yandex.ru | | |
|  | |  | | |
| **Д-2 / «09» апреля 2025 г.** | | | | | |
| 09.00-10:00 | Приемка ГЭ площадок А и Б проведения соревнований. | | | | |
| 10:00-12:00 | Работа ГЭ с РГО, системой ЦСО и документами чемпионата. | | | | |
| 12:00-14:00 | Регистрация экспертов. Инструктаж экспертов по ТБ и ОТ.  Ознакомление экспертов с конкурсной документацией.  Ознакомление экспертов с критериями оценивания.  Внесение 30% изменений в конкурсные задания.  Формат: дистанционный. | | | | |
| 13:30-14:30 | ***Обед.*** | | | | |
| 14:30-17:00 | Работа ГЭ с РГО, системой ЦСО и документами чемпионата | | | | |
| 17:00-18:00 | ***Ужин.*** | | | | |
| **Д-1 / «10» апреля 2025 г. (I поток), «13» апреля 2025 г. (II поток), «16» апреля 2025 г. (III поток),**  **«19» апреля 2025 г. (IV поток), «22» апреля 2025 г. (V поток)** | | | | | |
| **время** | **1 подгруппа** | | **2 подгруппа** | | |
| 08:00-09:00 | ***Завтрак.*** | | | | |
| 13:00-14:00 | ***Обед.*** | | | | |
| 14:00-15:00 | Регистрация конкурсантов на площадке. Инструктаж экспертов и конкурсантов по ТБ и ОТ.  Ознакомление конкурсантов с конкурсной документацией.  Жеребьевка на распределение рабочих мест. | | | | |
| 15:00-16:00 | Знакомство с площадкой (Б) и рабочими местами. | | | | |
| 16:00-17:00 | Знакомство с площадкой (А) и рабочими местами. | | | | |
| 17:00-18:00 | ***Ужин.*** | | | | |
| 18:00-20:00 | Распределение экспертов по группам оценки. Подготовка оценочных ведомостей. | | | | |
| **Д1 / «11» апреля 2025 г. (I поток), «14» апреля 2025 г. (II поток), «17» апреля 2025 г. (III поток),**  **«20» апреля 2025 г. (IV поток), «23» апреля 2025 г. (V поток)** | | | | | |
| **время** | **1 подгруппа** | | **время** | **2 подгруппа** | |
| 07:00-08:00 | ***Завтрак.*** | | | | |
| 08:00-08:30 | Площадка А. Инструктажи, объяснение задания. | | | | |
| 08:30-13:30 | Площадка А (подгруппа 1 и подгруппа 2).  **Модуль Г. Вовлечение населения в занятия фитнесом. Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом.**  **Задание:** Разработка и проведение марафонов физкультурно-оздоровительной направленности.  *ЭТАП 1. Планирование и подготовка материалов для марафона с учетом заданной темы и целевой аудитории – 300 минут.* | | | | |
| 13:30-14:00 | ***Обед.*** | | | | |
| 14:00-16:00 | Площадка А (подгруппа 1 и подгруппа 2)  **Модуль Г. Вовлечение населения в занятия фитнесом. Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом.**  **Задание:** Разработка и проведение марафонов физкультурно-оздоровительной направленности.  *ЭТАП 2. Проектирование сообщества «ВКонтакте» – 120 минут.* | | | | |
| 16:00-16:30 | Площадка А (подгруппа 1)  Инструктажи, объяснение задания. | | 16:00-16:30 | Площадка (Б) (подгруппа 2)  Инструктажи, объяснение задания. | |
| 16:30-20:45 | **Модуль Д: Оценка выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».**  **Задание:** проведение фрагмента процедуры оценки выполнения испытаний (тестов) ВФСК ГТО с учетом заданных условий.  *Лимит времени на выполнение задания:* 95 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 5 минут.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 20 минут. | | 16:30-20:25 | **Модуль В. Проведение занятий физической культурой и спортом.**  **Задание:** Разработка и проведение фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (5-8 классов)  *Лимит времени на выполнение задания:*90 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):*5 минут.  *Лимит времени на представление:* 16 минут. | |
| 17:00-18:00 | ***Ужин.*** | | | | |
| 20.00-22.00 | Работа экспертов по оценке модулей. | | | | |
| **Д2 / «12» апреля 2025 г. (I поток), «15» апреля 2025 г. (II поток), «18» апреля 2025 г. (III поток),**  **«21» апреля 2025 г. (IV поток), «24» апреля 2025 г. (V поток)** | | | | | |
| **время** | **1 подгруппа** | | **время** | **2 подгруппа** | |
| 07:00-08:00 | Завтрак | | 07:00-08:00 | Завтрак | |
| 08:10-08:30 | Площадка А.  Инструктажи, объяснение задания. | | 08:30-09:00 | Площадка Б.  Инструктажи, объяснение задания. | |
| 08:30-14:00 | Площадка А (подгруппа 1).  **Модуль А. Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом.**  **Задание:** разработка и проведение регламентированных групповых тренировок силовой направленности с разборными штангами для населения разного уровня физической подготовленности в соответствии с заданными условиями  *Лимит времени на выполнение задания:* 200 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 3 минуты.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 16 минут. | | 09:00-13:20 | Площадка Б (подгруппа 2).  **Модуль Б. Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки.**  **Задание:** разработка и проведение фрагмента основной части учебно-тренировочного занятия по виду спорта с использованием новых видов оборудования  *Лимит времени на выполнение задания:* 100 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 5 минут.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 15 минут | |
| 14:00-14:30 | ***Обед.*** | | 13:00-14:00 | ***Обед.*** | |
| 14:30-15:00 | Площадка Б.  Инструктажи, объяснение задания. | | 14:00-14:30 | Площадка А.  Инструктажи, объяснение задания. | |
| 15:00-18:30 | Площадка Б (подгруппа 1).  **Модуль Б. Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки.**  **Задание:** разработка и проведение фрагмента основной части учебно-тренировочного занятия по виду спорта с использованием новых видов оборудования  *Лимит времени на выполнение задания:* 100 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 5 минут.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 15 минут | | 14:30-18:50 | Площадка А (подгруппа 2).  **Модуль Д: Оценка выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».**  **Задание:** проведение фрагмента процедуры оценки выполнения испытаний (тестов) ВФСК ГТО с учетом заданных условий.  *Лимит времени на выполнение задания:* 95 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 5 минут.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 20 минут. | |
| 17:30-18:00 | ***Ужин.*** | | 17:30-18:30 | ***Ужин.*** | |
| 18.00-22.00 | Работа экспертов по оценке модулей. | | | | |
| **Д3 / «13» апреля 2025 г. (I поток), «16» апреля 2025 г. (II поток), «19» апреля 2025 г. (III поток),**  **«22» апреля 2025 г. (IV поток), «25» апреля 2025 г. (V поток)** | | | | | |
| **время** | **2 подгруппа** | | **время** | **2 подгруппа** | |
| 07:00-08:00 | ***Завтрак.*** | | 07:00-08:00 | ***Завтрак.*** | |
| 08:30-09:00 | Площадка Б.  Инструктажи, объяснение задания. | | 08:10-08:30 | Площадка А.  Инструктажи, объяснение задания. | |
| 09:00-13:00 | Площадка Б (подгруппа 1)  **Модуль В. Проведение занятий физической культурой и спортом.**  **Задание:** Разработка и проведение фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре для обучающихся школьного возраста (5-8 классов)  *Лимит времени на выполнение задания:*90 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):*5 минут.  *Лимит времени на представление:* 16 минут | | 08:30-14:00 | Площадка А (подгруппа 2).  **Модуль А. Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом.**  **Задание:** разработка и проведение регламентированных групповых тренировок силовой направленности с разборными штангами для населения разного уровня физической подготовленности в соответствии с заданными условиями  *Лимит времени на выполнение задания:* 200 минут.  *Лимит времени на подготовку площадки (на 1 конкурсанта):* 3 минуты.  *Лимит времени на представление (на 1 конкурсанта):* 16 минут. | |
| 13:00-14:00 | ***Обед.*** | | 13:00-14:00 | ***Обед.*** | |
| 14:00-20:00 | Работа экспертов по оценке модулей | | | | |
| 17:00-18:00 | ***Ужин.*** | | | | |
| 22.00-23.59 | Внесение результатов оценки в систему ЦСО, проверка внесенных данных с экспертами-наставниками. | | | | |
| **Д+1 / «26» апреля 2025 г.** | | | | | |
| 09:00-13:00 | Демонтаж площадки. | | | | |