

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ  
IX РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»  
В РЕСПУБЛИКЕ БУРЯТИЯ

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель РНРД «Абилимпикс»  
в Республике Бурятия  
Е.Д. Цыренов  
«12» февраля 2026 г.



**КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ**  
ПО КОМПЕТЕНЦИИ  
**ИНСТРУКТОР ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ**  
**КУЛЬТУРЕ**

Категория участников: специалисты

Разработал(а)  
Главный эксперт регионального чемпионата  
Ринчинова Саяна Дашиевна

г. Улан-Удэ  
2026

## 1. Описание 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.

### 1.1. Актуальность компетенции.

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. Отраслевой принадлежностью специалистов в данной компетенции является ряд сфер – образования, здравоохранения, социального обслуживания, физической культуры и спорта.

Потенциальными работодателями являются:

01 Образование и наука (в сфере общего образования, профессионального образования, дополнительного образования; в сфере научных исследований);

02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения);

03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта, адаптивного спорта; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью организации, осуществляющей деятельность в области адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности/сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

### 1.2. Профессии, по которым участники смогут трудоустроиться после получения данной компетенции:

Педагог по адаптивной физической культуре (организация и руководство физкультурно-спортивной деятельностью лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях, физкультурно-спортивных организациях, тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта и т.д.); Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту, инструктор по физической культуре; Тренер по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); Инструкторы фитнес-клубов, спортивных зон отдыха и организаторы спортивных программ; Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере.

Наименование профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение и Код в соответствии с Общероссийским классификатором профессий рабочих, должностей служащих и тарифных разрядов: Инструктор по организационно-массовой работе (23159); Инструктор по спорту (23168); Инструктор по физической подготовке; Фитнес-инструктор (23178).

### 1.3. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт (конкретные стандарты):

Школьники	Студенты	Специалисты
Федеральный государственный образовательный стандарт (далее – ФГОС)		
1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897	1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2023 № 640	1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 № 977

<p>«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 № 19644), с изменениями, внесенными в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 29.12.2014 № 1644, от 31.12.2015 № 1577, Минпросвещения РФ от 11.12.2020 № 712, от 08.11.2022 № 955, от 27.12.2023 № 1028, от 22.01.2024 № 31, от 19.02.2024 № 110, от 18.06.2025 № 467;</p> <p>2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 № 24480), с изменениями, внесенными в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 29.12.2014 № 1645, от 31.12.2015 № 1578, от 29.06.2017 № 613, Минпросвещения РФ от 24.09.2020 № 519, от 11.12.2020 N 712, от 12.08.2022 № 732, от 27.12.2023 № 1028, от 12.02.2025 № 93</p>	<p>«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.09.2023 № 75409);</p> <p>2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 942 (ред. от 27.02.2023) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 № 48563);</p> <p>3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 946 (ред. от 08.02.2021) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 № 48564) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021).</p>	<p>(ред. от 13.07.2021) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура» (Зарегистрировано в Минюсте России 25.08.2014 № 33813);</p> <p>2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2023 № 640 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.09.2023 № 75409);</p> <p>3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 942 (ред. от 27.02.2023) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 № 48563);</p> <p>4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 946 (ред. от 08.02.2021) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 № 48564) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021).</p>
<p>Профессиональный стандарта (далее – ПС)</p>		
<p>1. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 197н</p>	<p>1. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 197н</p>	<p>1. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 197н</p>

<p>«Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54540)</p> <p>2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 199н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54541);</p> <p>3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 19.10.2021 № 734н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 19.11.2021 № 65904).</p>	<p>«Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54540)</p> <p>2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 199н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54541);</p> <p>3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 19.10.2021 № 734н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 19.11.2021 № 65904).</p>	<p>«Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54540)</p> <p>2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 № 199н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.04.2019 № 54541);</p> <p>3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 19.10.2021 № 734н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (Зарегистрировано в Минюсте России 19.11.2021 № 65904).</p>
--	--	--

#### 1.4. Требования к квалификации:

Школьники	Студенты	Специалисты
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- цели, задачи, содержание, формы и методы физического воспитания, обучающихся с ОВЗ и/или инвалидностью;</li> <li>- средства физической культуры в системе реабилитации;</li> <li>– показания и противопоказания к выполнению физических упражнений в связи с особенностями заболевания обучающегося с ОВЗ и/или инвалидностью</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в РФ;</li> <li>- цели и задачи физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в РФ;</li> <li>- основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</li> <li>- порядок организации и регламент проведения мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья нормативов испытаний (тестов);</li> <li>- правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья нормативов испытаний (тестов);</li> <li>- содержание и методику проведения занятий для подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Правила допуска населения различных возрастных групп с ОВЗ к физкультурным, спортивным, рекреационным мероприятиям, включая выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Методики проведения с населением различных возрастных групп с ОВЗ занятий по подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Нормативы и требования для выполнения условий получения знаков отличия (золотого, серебряного, бронзового) Всероссийского физкультурно-</li> </ul>

	<p>выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к планированию учебно-тренировочных занятий в адаптивном спорте с учётом физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма обучающихся;</li> <li>- сущность, цель, задачи, содержание, виды и типы учебно-тренировочных занятий в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин);</li> <li>- условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям адаптивной физической культурой и спортом;</li> <li>- комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке, упражнений для освоения и совершенствования техники, для изучения различных тактических приёмов, решения тактических задач по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин);</li> <li>- комплексы упражнений для развития у обучающихся компенсаторных физических качеств;</li> <li>- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин);</li> <li>- средства, методы, приемы формирования у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры, вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), развития интереса к выбранному виду адаптивного спорта и осознанного выбора спортивной специализации;</li> <li>- техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, спортивному и специализированному оборудованию и инвентарю, способы и приёмы предупреждения травматизма на учебно-тренировочных занятиях;</li> <li>- способы и приемы страховки и само страховки;</li> <li>разновидности физкультурно-спортивных сооружений, спортивного и специализированного оборудования и инвентаря, особенности и правила их эксплуатации;</li> <li>- методы и методики педагогического контроля за тренировочной и соревновательной деятельностью;</li> </ul>	<p>спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» лицами с ОВЗИ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Правила проведения тестирования на выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в центрах тестирования;</li> <li>- Современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Гигиенические основы физического воспитания;</li> <li>- Правила техники безопасности при проведении занятий адаптивной физической культурой и основы организации первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Правила использования, специализированного спортивного оборудования и инвентаря для занятий адаптивной физической культурой;</li> <li>- Методы общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств;</li> <li>- Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.</li> </ul>
--	---	---

	<p>– - методики оценки процесса и результатов деятельности обучающихся на учебно-тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях.</p>	
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;</li> <li>- совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;</li> <li>- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учетом индивидуальных и возрастнополовых особенностей;</li> <li>– <i>(подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; соблюдать технику безопасности на занятиях; применять приемы контроля и самоконтроля состояния организма при занятиях физическими упражнениями).</i></li> </ul>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса;</li> <li>- определять содержание и проводить занятия для подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной степенью;</li> <li>- определять цель и задачи учебно-тренировочных занятий;</li> <li>- выбирать оптимальные для обучающихся формы и виды учебно-тренировочных занятий;</li> <li>- планировать содержание занятия с учётом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности обучающихся, особенностей их физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма;</li> <li>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями обучающихся;</li> <li>- определять соотношение различных видов нагрузки с учетом возрастнополовых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, специфики заболевания, принадлежности к функциональному классу;</li> <li>- определять продолжительность, последовательность выполнения упражнений и периоды отдыха между отдельными упражнениями;</li> <li>- использовать различные методы и формы организации учебно-тренировочных занятий;</li> <li>- использовать методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия при</li> </ul>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Составлять планы организованных занятий с населением различных возрастных групп с ОВЗИ по подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- Использовать нормативы Всероссийского физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья при планировании занятий с населением различных возрастных групп с ОВЗИ;</li> <li>- Обучать лиц различных возрастных групп с ОВЗИ планировать самостоятельные занятия по подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</li> <li>- Планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида;</li> <li>- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>- Пользоваться специализированным спортивным инвентарем и оборудованием для занятий адаптивной физической культурой, техническими средствами реабилитации инвалидов;</li> <li>- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и средствами измерений уровня физической подготовленности, физического состояния инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Оценивать уровень подготовленности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- Показывать инвалидам, лицам с ограниченными возможностями</li> </ul>

	<p>показе обучающимся техники выполнения упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать различные средства, методы и приемы для освоения двигательных действий, формирования технико-тактических навыков вида адаптивного спорта (группы спортивных дисциплин);</li> <li>- применять адекватные методы для развития у обучающихся физических и психических качеств, компенсаторных физических качеств с учетом показаний и противопоказаний;</li> <li>- использовать технические средства, методики и приёмы физической помощи для обучения двигательным действиям, развития и совершенствования качеств и способностей, значимых в виде (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</li> <li>- регулировать психофизическую нагрузку в процессе учебно-тренировочных занятия;</li> <li>- использовать различные средства, методы, приемы формирования у обучающихся представлений о теоретических основах адаптивной физической культуры, вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), развития интереса к выбранному виду адаптивного спорта и осознанного выбора спортивной специализации;</li> <li>- подбирать и использовать спортивное и специализированное оборудование и инвентарь;</li> <li>— - разъяснять правила техники безопасности при выполнении упражнений, использовании спортивного и специализированного инвентаря;</li> </ul>	<p>здоровья элементы техники выполнения упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Взаимодействовать с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) с учетом нравственных и деонтологических норм;</li> <li>- Контролировать двигательную активность и физическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время занятия по адаптивной физической культуре;</li> <li>— - Разъяснять правила техники безопасности при выполнении упражнений;</li> </ul>
--	--	---

## 2.1. Краткое описание задания

В ходе выполнения конкурсных заданий провести для занимающихся с ОВЗИ:

### 2.1.1. Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:

- комплекс развивающих упражнений и «Утренняя зарядка»;

### 2.1.2. Категория участников «СТУДЕНТЫ»:

- фрагмент спортивно-массового соревнования по ВФСК ГТО и фрагмент фитнес-занятия;

### 2.1.3. Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:

- фрагмент занятия физкультурно-спортивной направленности по подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО и фрагмент занятия по индивидуальной программе АФВ и физической реабилитации разновозрастной группы населения.

## 2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания

Категория участников	Наименование и описание модуля	Время	Результат
Школьники	<b>Модуль А. Организация предметно-развивающей среды для самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием спортивного оборудования и инвентаря</b>	2 мин.	Для учащихся 10 - 11 классов с ОВЗ и/или инвалидностью определенной нозологической группы подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости), подготовить место самостоятельных занятий для организации и демонстрации двигательных заданий, направленных на подготовку к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 25 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки))
	<b>Модуль Б. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями</b>	6 мин.	Для учащихся 10 - 11 классов с ОВЗ и/или инвалидностью определенной нозологической группы организовать и провести двигательные задания, направленные на подготовку к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 25

		лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки))
<b>Модуль В. Организация предметно-развивающей среды для проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики с использованием инвентаря и оборудования</b>	2 мин.	<p>Для учащихся 9 класса, имеющим соматические заболевания и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А) подобрать спортивный инвентарь/оборудование, по необходимости учебно-методические материалы, подготовить место самостоятельных занятий для организации и демонстрации двигательных заданий, направленных на выполнение комплекса утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка) с использованием спортивного инвентаря и оборудования.</p> <p>В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки))</p>
<b>Модуль Г. Формирование навыка самостоятельной организации и выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка)</b>	6 мин.	<p>Для учащихся 9 класса, имеющим соматические заболевания и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А) разработать, организовать и провести комплекс утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка) с использованием спортивного инвентаря и оборудования.</p> <p>В качестве обучающихся выступают 2 волонтера-демонстранта в возрасте от 14 до 16 лет (гендерный и количественный состав группы волонтеров определяет участник из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки))</p>
<b>Время выполнение всех модулей: 2 часа 40 мин</b>		
<b>Студенты</b>	<b>Модуль А. Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по</b>	2 мин.
		Для обучающихся 16-17 лет с ОВЗ и/или инвалидностью определенной нозологической группы подобрать

	<p><b>выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО)</b></p>	<p>спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости), подготовить место для проведения фрагмента спортивно-массового соревнования по выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО).</p> <p>Участникам предлагается нозология обучающихся 16-17 лет, форма мероприятия и наименование испытаний (тестов).</p> <p>В качестве обучающихся выступают <i>2 волонтера-демонстранта</i> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки).</p>
	<p><b>Модуль Б. Проведение фрагмента спортивно-массовых соревнований и мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО)</b></p>	<p>7 мин.</p> <p>Для обучающихся 16-17 лет с ОВЗ и/или инвалидностью определенной нозологической группы разработать, организовать и провести фрагмент спортивно-массового соревнования по выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО).</p> <p>Участникам предлагается нозология обучающихся 16-17 лет, форма мероприятия и наименование испытаний (тестов).</p> <p>В качестве занимающихся выступают <i>2 волонтера-демонстранта</i> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки).</p>
	<p><b>Модуль В. Организация фрагмента основной части тренировочного занятия для занимающихся трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или</b></p>	<p>2 мин.</p> <p>Для занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) с ОВЗ и/или инвалидностью подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по необходимости), подготовить место для проведения фрагмента основной</p>

	<b>инвалидностью</b>		<p>части фитнес-занятия с использованием современного фитнес-оборудования.</p> <p>Участникам предлагаются нозология и возраст занимающихся, определен вид фитнес-занятия. Современное фитнес-оборудование определяется участником самостоятельно из предложенного перечня в п.3.</p> <p>В качестве занимающихся выступают <i>4 волонтера-демонстранта</i> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки).</p>
	<b>Модуль Г. Проведение фрагмента основной части тренировочного занятия для занимающихся трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или инвалидностью</b>	6 мин.	<p>Для занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) с ОВЗ и/или инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент основной части фитнес-занятия с использованием современного фитнес-оборудования.</p> <p>Участникам предлагаются нозология и возраст занимающихся, определен вид фитнес-занятия. Современное фитнес-оборудование определяется участником самостоятельно из предложенного перечня в п.3.</p> <p>В качестве занимающихся выступают <i>4 волонтера-демонстранта</i> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки).</p>
<b>Время выполнение всех модулей: 3 часа</b>			
<b>Специалисты</b>	<b>Модуль А. Обучение лиц различных возрастных групп с ОВЗИ планировать самостоятельные занятия по подготовке к выполнению нормативов</b>	2 мин.	<p>Для лиц трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью (ОВЗИ) подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по</p>

	<p><b>испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)</b></p>	<p>необходимости), подготовить место для проведения фрагмента основной части самостоятельного занятия для самостоятельной подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).</p> <p>Участникам предлагается нозология и наименование группы двигательных способностей.</p> <p>В качестве занимающихся выступают <b>2 волонтера-демонстранта</b> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки)</p>
	<p><b>Модуль Б. Обучение лиц различных возрастных групп с ОВЗИ проводить самостоятельные занятия по подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)</b></p>	<p>6 мин.</p> <p>Для лиц трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью (ОВЗИ) разработать, организовать и провести комплекс упражнений для самостоятельной подготовки (самостоятельных занятий) к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).</p> <p>Участникам предлагается нозология и наименование группы двигательных способностей.</p> <p>В качестве занимающихся выступают <i>2 волонтера-демонстранта</i> в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки)</p>
	<p><b>Модуль В. Организация, проведение фрагмента основной части групповых и/или индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и</b></p>	<p>2 мин.</p> <p>Для занимающихся школьного возраста (1-12 классы) с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или инвалидностью подобрать спортивный инвентарь/оборудование, учебно-методические материалы (по</p>

	<p><b>индивидуальным планам физической реабилитации</b></p>	<p>необходимости), подготовить место для проведения фрагмента основной части малогруппового занятия по программам адаптивного физического воспитания (АФВ) и индивидуальным планам физической реабилитации.</p> <p>Участникам предлагается наименование и направленность средств, класс и нозология обучающихся.</p> <p>В качестве обучающихся выступают 4 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки)</p>
	<p><b>Модуль Г. Организация, проведение фрагмента основной части групповых и/или индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации</b></p>	<p>6 мин.</p> <p>Для занимающихся школьного возраста (1-12 классы) с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или инвалидностью разработать, организовать и провести фрагмент основной части малогруппового занятия по программам адаптивного физического воспитания (АФВ) и индивидуальным планам физической реабилитации.</p> <p>Участникам предлагается наименование и направленность средств, класс и нозология обучающихся.</p> <p>В качестве обучающихся выступают 4 волонтера-демонстранта в возрасте от 16 до 25 лет (участник самостоятельно определяет гендерный и количественный состав группы волонтеров-демонстрантов из предложенных 6 человек (3 юноши и 3 девушки)</p>
<p style="text-align: center;">Время выполнение всех модулей: <b>3 часа</b></p>		

### **2.3 Последовательность выполнения задания.**

#### **I. Общие требования для всех категорий:**

Если организаторы предусматривают проведения «дня С–1», то действия, представленные в пунктах 2 – 4, проводятся накануне соревнований. Общее время выполнения конкурсного задания одного модуля - 3 часа, которые включают в себя \*:

1) Регистрация участника на конкурсной площадке.

2) Инструктажи по охране труда и технике безопасности на конкурсной площадке по  
Региональный чемпионат «Абилимпикс» 2026

компетенции и в период выполнения конкурсного задания.

3) Знакомство с Демонстрационной площадкой и размещением спортивного инвентаря и оборудования, взаимодействие с техническими экспертами.

4) Жеребьевка последовательности выполнения / демонстрации конкурсного задания по модулю.

5) Разработка содержания и подготовка к выполнению конкурсного задания по модулям на рабочем месте в комнате участников.

6) Выполнение / демонстрация конкурсного задания по модулям на демонстрационной площадке.

**Примечание:**

*По команде «Стоп!» участники сдают главному эксперту разработанные им материалы, которыми можно воспользоваться при выполнении конкурсного задания по модулям на Демонстрационной площадке.*

*По окончании времени, отведенного на разработку и подготовку конкурсного задания на рабочем месте, участники демонстрируют выполнение конкурсного задания по всем модулям 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 по модулям участник остается / находится в комнате для участников на своем рабочем месте, в этот период участник НЕ имеет право пользоваться материалами, находящимися на рабочем столе.*

### **2.3.1. Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:**

#### **Модуль А.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьте себя волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали;
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки;
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

#### **Модуль Б.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Б. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния.
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Б. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Б (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»);
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Б уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и Региональный чемпионат «Абилимпикс» 2026

оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.

12. Выполнение задания в Модуле Б окончено.

**Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания: Модуля Б. Участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания*

*Модуля Б. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле А.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

**Модуль В.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьте волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали;
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки;
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

**Модуль Г.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Г. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния.
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Г. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Г (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»).
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Г уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле Г окончено.

**Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания Модуля Г. участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания*

*Модуля Г. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле В.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

### **2.3.2. Категория участников «СТУДЕНТЫ»:**

#### **Модуль А.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьтесь волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали.
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

#### **Модуль Б.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Б. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния.
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Б. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Б (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»)/
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Б уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле Б окончено.

#### **Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания Модуля Б. участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания Модуля Б. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле А.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

## **Модуль В.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьтесь волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали.
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

## **Модуль Г.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Г. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния.
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Г. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Г (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»).
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Г уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле Г окончено.

### **Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания Модуля Г. участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания Модуля Г. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле В.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

### **2.3.3. Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:**

#### **Модуль А.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьтесь волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в

количестве, определенном в конкурсном задании.

3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали;
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-демонстрантов или самостоятельно.
7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

#### **Модуль Б.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Б. с привлечением волонтеров-демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния;
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Б. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Б. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»).
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Б. уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле Б. окончено.

#### **Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания Модуля Б. участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания Модуля Б. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле А.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

#### **Модуль В.**

Последовательность выполнения задания на Демонстрационной площадке:

1. Представьте волонтерам.
2. Отберите группу «занимающихся» из числа предложенных волонтеров-демонстрантов в количестве, определенном в конкурсном задании.
3. Организуйте выход с площадки волонтеров-демонстрантов, которых не отобрали;
4. Проверьте внешний вид волонтеров на соответствие требованиям охраны труда и требованиям техники безопасности.
5. Самостоятельно или с привлечением волонтеров-демонстрантов подберите необходимый инвентарь и оборудование и внесите его в пределы Демонстрационной площадки.
6. Подготовьте место проведения конкурсного задания с помощью волонтеров-

демонстрантов или самостоятельно;

7. Сообщите экспертам об окончании выполнения задания Модуля А. (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» / «Время – Стоп!»).

### **Модуль Г.**

Последовательность выполнения задания 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. Проведите функциональную диагностику.
5. Выполните конкурсное задание Модуля Г. с привлечением волонтеров- демонстрантов перед экспертами, соблюдая методическую последовательность, требования по технике безопасности и охране труда, оказывая необходимую физическую помощь и страховку. По необходимости, выполните повторную функциональную диагностику.
6. Уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в пределах Демонстрационной площадки.
7. Выполните построение занимающихся и функциональную диагностику их состояния;
8. Подведите итоги выполнения конкурсного задания Модуля Г. в соответствии с поставленной целью и задачами.
9. Выполните индивидуальные рекомендации и мотивируйте самостоятельные занятия по выполнению упражнений.
10. Сообщите экспертам об окончании выполнения конкурсного задания Модуля Г (поднимите руку вверх и по возможности громко скажите: «Я закончил!» или «Время – Стоп!»).
11. После остановки времени выполнения конкурсного задания Модуля Г уберите с помощью волонтеров-демонстрантов инвентарь и оборудование в «зону спортивного инвентаря и оборудования» за пределами Демонстрационной площадки.
12. Выполнение задания в Модуле Г окончено.

### **Примечания:**

*При выполнении конкурсного задания Модуля Г. участник и волонтеры-демонстранты НЕ имеют право дополнительно вносить инвентарь и оборудование, а также выходить за пределы площадки до окончания выполнения конкурсного задания!*

*Участник и волонтеры-демонстранты пользуются для выполнения конкурсного задания Модуля Г. инвентарем и оборудованием, которое было внесено в пределы демонстрационной площадки при ее подготовке в Модуле В.!*

*Остановить время выполнения конкурсного задания может участник, если он закончил выполнение конкурсного задания или главный эксперт, если отведенное время истекло или участник допускает грубые нарушения техники безопасности / охраны труда.*

### **Особые указания для всех категорий:**

**Разрешается** для выполнения конкурсного задания участникам всех категорий 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)».

Любые материалы и оборудование, которые участник принес с собой дополнительно, необходимо предъявить Экспертам для согласования.

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

**Запрещается!** Участникам категорически запрещается брать с собой на Демонстрационную Региональный чемпионат «Абилимпикс» 2026

(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;
- материалы, указанные в разделе 3. Инфраструктурный лист в разделе «Расходные материалы и оборудование, запрещенные на площадке»;

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».

#### **2.4. 30% изменения в конкурсное задание:**

##### **Примеры 30 % изменений:**

##### **Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:**

##### Модуль Б (основной).

Участникам предлагается нозология учащихся 10-11 классов и наименование группы двигательных способностей. Представленные нозологии учащихся 10-11 классов и виды двигательных способностей являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для слабовидящих учащихся 10-11 класса с нарушением зрения (слабовидящие) провести комплекс физических упражнений для развития скоростно-силовых способностей, направленный на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

*Вариант 2.* Для учащихся 10-11 класса с нарушением слуха (слабослышащие) провести комплекс физических упражнений для развития силовых способностей, направленный на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

*Вариант 3.* Для учащихся 10-11 класса с детским церебральным параличом провести комплекс физических упражнений для развития координационных способностей, направленный на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

##### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

##### **30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании направленность комплексов физических упражнений по подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО и возраст учащихся.*

##### Модуль Г.

Участникам предлагается нозология учащихся 9 класса и форма адаптивной двигательной рекреации.

**30% изменения конкурсного задания:** наименование спортивного инвентаря. Наименование спортивного инвентаря будет подлежать уточнению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для учащихся 9 класса, имеющих соматические заболевания и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А) разработать, организовать и провести комплекс утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка) с гантелями (вес гантелей определяет участник в соответствии с п. 3 конкурсного задания).

*Вариант 2.* Для учащихся 9 класса, имеющих соматические заболевания и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А) разработать, организовать и провести комплекс утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка) с гимнастическим мячом (20 см.).

*Вариант 3.* Для учащихся 9 класса, имеющим соматические заболевания и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (А) разработать, организовать и провести комплекс утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка) с пипидастрами.

#### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

**30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму занятия, форму адаптивной двигательной рекреации, нозологию и возраст учащихся.*

#### **Категория участников «СТУДЕНТЫ»:**

##### Модуль Б (основной).

Участникам предлагается нозология обучающихся 16-17 лет, форма мероприятия - спортивно-массовое соревнование по выполнению предлагаемых норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО).

**30% изменения конкурсного задания:** представленное сочетание наименований испытаний (тестов) являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для слабовидящих обучающихся 16-17 лет разработать, организовать и провести фрагмент спортивно-массового соревнования по выполнению предлагаемых норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО): сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин.).

*Вариант 2.* Для слабослышащих обучающихся 16-17 лет разработать, организовать и провести фрагмент спортивно-массового соревнования по выполнению предлагаемых норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО): сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин.).

*Вариант 3.* Для обучающихся/лиц с интеллектуальными нарушениями в возрасте 16-17 лет разработать, организовать и провести фрагмент спортивно-массового соревнования по выполнению предлагаемых норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО): сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см); поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин.).

#### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

**30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму мероприятия, и особенности учащихся.*

##### Модуль Г.

Участникам предлагаются нозология и возраст занимающихся, определен вид занятия.

**30% изменения конкурсного задания:** сочетание предлагаемой нозологии занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) и формы адаптивного фитнес-занятия. Формы адаптивного фитнес-занятия будут подлежать уточнению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) с детским церебральным параличом, самостоятельно передвигающихся с помощью инвалидного кресла-коляски, разработать, организовать и провести фрагмент основной части адаптивного фитнесу

занятия по силовой аэробике с использованием современного фитнес-оборудования;

*Вариант 2.* Для занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) с нарушением слуха разработать, организовать и провести фрагмент основной части адаптивного фитнесу занятия по кроссфиту с использованием современного фитнес-оборудования;

*Вариант 3.* Для занимающихся трудоспособного возраста (30-35 лет) с нарушением зрения разработать, организовать и провести фрагмент основной части адаптивного фитнесу занятия по танцевальной аэробике с использованием современного фитнес-оборудования.

#### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

**30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании вид занятия и возраст занимающихся.*

#### **Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:**

Модуль Б (основной).

Участникам предлагается нозология, форма и направленность занятия. Возрастные рамки лиц трудоспособного возраста с ОВЗ и/или инвалидностью определяются участником самостоятельно.

**30% изменения конкурсного задания:** наименование вида двигательных способностей для подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО. Представленные наименования видов двигательных способностей являются примерными и будут подлежать изменению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для лиц трудоспособного возраста с нарушением зрения провести комплекс специально-подготовительных упражнений для развития скоростно-силовых способностей в рамках самостоятельных занятий, направленных на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО (возрастные рамки лиц трудоспособного возраста с ОВЗ и/или инвалидностью определяются участником самостоятельно);

*Вариант 2.* Для лиц трудоспособного возраста с нарушением слуха провести комплекс специально-подготовительных упражнений для развития силовых способностей в рамках самостоятельных занятий, направленных на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО (возрастные рамки трудоспособного возраста определяются участником самостоятельно);

*Вариант 3.* Для лиц трудоспособного возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата провести комплекс специально-подготовительных упражнений для развития гибкости в рамках самостоятельных занятий, направленных на подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО (возрастные рамки трудоспособного возраста определяются участником самостоятельно);

#### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

**30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предложенную в задании форму и направленность занятия, особенности лиц трудоспособного возраста с ОВЗИ.*

Модуль Г.

Участникам предлагается направленность и наименование средств, форма занятия.

**30% изменения конкурсного задания:** класс и нозология обучающихся. Варианты особенностей обучающихся с ОВЗИ будут подлежать уточнению и изменению в соответствии с правилами, например:

*Вариант 1.* Для обучающихся 11 класса с детским церебральным параличом разработать, организовать и представить «не имеющие аналогов в программах АФВ» коррекционно-развивающие игры и/или игровые задания с использованием спортивного инвентаря и оборудования, представленного в п. 3 во время проведения фрагмента основной части малогруппового занятия по программам АФВ и индивидуальным планам физической реабилитации;

*Вариант 2.* Для обучающихся 4 класса с нарушением зрения разработать, организовать и представить «не имеющие аналогов в программах АФВ» коррекционно-развивающие игры и/или игровые задания с использованием спортивного инвентаря и оборудования, представленного в п. 3 во время проведения фрагмента основной части малогруппового занятия по программам АФВ и индивидуальным планам физической реабилитации;

*Вариант 3.* Для обучающихся 8 класса с нарушением слуха разработать, организовать и представить «не имеющие аналогов в программах АФВ» коррекционно-развивающие игры и/или игровые задания с использованием спортивного инвентаря и оборудования, представленного в п. 3 во время проведения фрагмента основной части малогруппового занятия по программам АФВ и индивидуальным планам физической реабилитации;

#### **Региональный компонент**

*Вариант 4.* \_\_\_\_\_ и т.д.

**30% изменения конкурсного задания не могут затрагивать:**

- *Время выполнения конкурсного задания;*
- *Критерии оценки (за исключением регионального (вариативного) модуля);*
- *Инфраструктурный лист (за исключением аналогов оборудования, инструментов и материалов, соответствующих указанному в инфраструктурном листе характеристикам);*
- *Категорически нельзя относить к 30% изменению предлагаемые в задании особенности средств и форму занятия.*

#### **2.5. Критерии оценки выполнения задания**

<b>Категория участников</b>	<b>Наименование и описание модуля</b>	<b>Тип критерия (оценочный / измеримый)</b>	<b>Макс балл</b>
<b>Школьники</b>	<b>Модуль А. Организация предметно-развивающей среды для самостоятельных занятий физическими упражнениями с использованием спортивного оборудования и инвентаря</b>	<b>всего</b>	<b>17</b>
	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00
	Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
	Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
	Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
	Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле А.	И	1,00
	Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле А. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
	Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	И	2,00

Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	И	1,00
Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>Модуль Б (основной). Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	И	2,00
Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений	И	2,00
Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	И	2,00
Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Б. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	И	2,00
Целесообразность использования комплекса упражнения для развития физического качества необходимое для сдачи нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	И	2,00
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного	И	1,00

задания		
Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>Модуль В. Организация предметно-развивающей среды для проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики с использованием инвентаря и оборудования</b>	<b>всего</b>	<b>17,00</b>
Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00
Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле В.	И	1,00
Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле В. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)		2,00
Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	И	1,00
Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>Модуль Г. Формирование навыка самостоятельной организации и выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики (Утренняя зарядка)</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	И	2,00
Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после	И	2,00

	внесения 30% изменений.		
	Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	И	2,00
	Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Г. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00
	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	И	2,00
	Целесообразность использования комплекса упражнения с использованием спортивного инвентаря и оборудования	И	2,00
	Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
	Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
	Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
	Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
	Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	И	1,00
	Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
	Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
	Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
		<b>ОБЩЕЕ:</b>	<b>100</b>
<b>Студенты</b>	<b>Модуль А. Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО)</b>	<b>всего</b>	<b>17,00</b>
	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00

Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле А.	И	1,00
Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле А. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	И	2,00
Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	И	1,00
Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
<b>Региональный компонент/критерий ...</b>	<b>И</b>	<b>2,00</b>
<b>Модуль Б. (основной). Проведение фрагмента спортивно-массовых соревнований и мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО)</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	И	2,00
Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений.	И	2,00
Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	И	2,00
Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Б. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при	И	2,00

выполнении двигательных действий конкурсного задания.		
Целесообразность использования комплекса упражнения для развития физического качества необходимое для выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).	И	2,00
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	И	1,00
Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>Модуль В. Организация фрагмента основной части тренировочного занятия для занимающихся трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или инвалидностью.</b>	<b>всего</b>	<b>17,00</b>
Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00
Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле В.	И	1,00
Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле В. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	И	2,00
Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в	И	1,00

организации предметно-развивающей среды		
Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
<b>Региональный компонент/критерий ...</b>	<b>И</b>	<b>2,00</b>
<b>Модуль Г. Проведение фрагмента основной части тренировочного занятия для занимающихся трудоспособного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или инвалидностью</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	И	2,00
Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений.	И	2,00
Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	И	2,00
Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Г. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	И	2,00
Целесообразность использования двигательных заданий с использованием современного фитнес-оборудования при проведении фрагмента основной части фитнес-занятия	И	2,00
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	И	1,00
Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00

	Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
	Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>ОБЩЕЕ:</b>			<b>100</b>
<b>Специалисты</b>	<b>Модуль А. Организация самостоятельного занятия по подготовке занимающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)</b>	<b>всего</b>	<b>17,00</b>
	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00
	Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
	Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
	Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
	Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле А.	И	1,00
	Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле А. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
	Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	И	2,00
	Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	И	1,00
	Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
	<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
	<b>Модуль Б. (основной). Обучение лиц различных возрастных групп с ОВЗИ проводить самостоятельные занятия по подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного	И	2,00	

задания после внесения 30% изменений		
Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений.	И	2,00
Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся	И	2,00
Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Б. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00
Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания	И	2,00
Целесообразность использования двигательных заданий, необходимых для выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	И	2,00
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	И	1,00
Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>Модуль В. Организация, фрагмента основной части групповых и/или индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и</b>	<b>всего</b>	<b>17,00</b>

	<b>индивидуальным планам физической реабилитации</b>		
	Соответствие внешнего вида участника требованиям, описанным в техническом задании (ТЗ) компетенции и инструкциям по ТБ и ОТ	И	1,00
	Выполнение контроля внешнего вида моделей (соответствие внешнего вида требованиям КЗ и инструкциям по ТБ и ОТ)	И	2,00
	Количество моделей отобрано в соответствии с условиями конкурсного задания	И	1,00
	Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
	Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	2,00
	Соблюдение временного регламента выполнения конкурсного задания в Модуле В.	И	1,00
	Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле В. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	1,00
	Аккуратность, эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
	Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность)	И	2,00
	Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся в организации предметно-развивающей среды	И	1,00
	Культура речи. Сочетание вербальных средств общения (поддержание диалога с аудиторией с помощью приема активного слушания, правильно заданных наводящих вопросов по теме, выстраивание ответов с учетом запроса аудитории) и невербальных средств общения (визуальный контакт с аудиторией, поза, жесты, мимика, пантомимика)	И	1,00
	<b><i>Региональный компонент/критерий ...</i></b>	<b><i>И</i></b>	<b><i>2,00</i></b>
	<b>Модуль Г. Проведение фрагмента основной части групповых и/или индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации</b>	<b>всего</b>	<b>33,00</b>
	Соответствие формулировки и полнота реализации представленной цели выполнения КЗ условиям конкурсного задания после внесения 30% изменений	И	2,00
	Соответствие формулировки представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической)) условиям конкурсного задания и цели после внесения 30% изменений.	И	2,00
	Полнота реализации представленных задач (образовательной, оздоровительной, воспитательной, специфической (коррекционной, компенсаторной, профилактической))	И	2,00
	Соответствие предлагаемого содержания конкурсного задания особенностям возраста и нозологической /специальной медицинской группе занимающихся.	И	2,00
	Методическая стройность и логичность, проведения фрагмента и его окончания. Соответствие последовательности выполнения действий участником при выполнении задания в Модуле Г. требованиям последовательности действий, представленным в конкурсном задании	И	2,00
	Владение и демонстрация участником техники выполнения двигательных действий	И	2,00

Применение профессиональной терминологии (грамотность, обоснованность, своевременность). Своевременность и точность методических указаний, обеспечивающих необходимую помощь занимающимся при выполнении двигательных действий конкурсного задания.	И	2,00
Целесообразность использования двигательных заданий для проведения фрагмента основной части малогруппового занятия по программам АФВ и индивидуальным планам физической реабилитации	И	2,00
Целесообразность расстановки субъектов (конкурсант, занимающиеся)	И	2,00
Целесообразность использования форм организации деятельности	И	2,00
Целесообразность размещения инвентаря и оборудования	И	1,00
Соблюдение норм по технике безопасности и охране труда, санитарных норм при выполнении конкурсного задания	И	2,00
Приведение площадки в порядок после демонстрации конкурсного задания в пределах демонстрационной зоны. Выполнение заданий в пределах демонстрационной площадки, отсутствие сознательного выхода за ее пределы в обозначенное, для непосредственного выполнения конкурсного задания, время	И	1,00
Соблюдение временного регламента демонстрации конкурсного задания	И	1,00
Эффективность выполнения конкурсного задания	О	1,00
Целесообразность использования приемов оказания физической помощи и страховки при выполнении двигательных действий и конкурсного задания в целом	И	1,00
Осуществление контроля за дозированием физической нагрузки, целесообразность приемов дозирования, дифференциация физической нагрузки при проведении конкурсного задания	И	2,00
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>1,00</i>
<i>Региональный компонент/критерий ...</i>	<i>И</i>	<i>2,00</i>
<b>ОБЩЕЕ:</b>		<b>100</b>

**3. Перечень специальной одежды, оборудования, инструментов и расходных материалов, которые участник может привезти с собой на площадку проведения чемпионата.**

**3.1. Требуемая специальная одежда участникам по компетенции в соответствии с требованиями охраны труда и техники безопасности: школьники/студенты/специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям):**

<b>Требуемая специальная одежда (участник обязан привезти с собой) (Школьники/Студенты/Специалисты)</b>					
<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Технические характеристики</b>	<b>Ссылка на образец (при необходимости)</b>	<b>Ед. измерения</b>	<b>Необходимое кол-во</b>
1	Спортивная форма одежды	По согласованию с главным экспертом (спортивная куртка (без капюшона и завязок), длинные спортивные брюки, футболка, носки). Футболка заправлена в брюки. <i>* По необходимости изменения формы одежды участника на имя главного эксперта следует подать заявку для согласования изменений до начала чемпионата.</i>		Шт.	1
2	Спортивная обувь с нескользкой подошвой	По согласованию с главным экспертом <i>* Подошва спортивной обуви при активных действиях на поверхности площадки не должна оставлять «следов» или скользить.</i>		Пара	1

**3.2. Рекомендуемая специальная одежда участникам категории: школьники/студенты/специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям) которые участник может привезти с собой.:**

<b>Рекомендуемый набор оборудования/инструментов (участник может привезти с собой) (Школьники/Студенты/Специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям)) *на площадке могут быть аналоги с аналогичными характеристиками, предоставляемые в качестве замены</b>					
<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Технические характеристики</b>	<b>Ссылка на образец (при необходимости)</b>	<b>Ед. измерения</b>	<b>Необходимое кол-во</b>
1	Свисток судейский	Наличие и использование на усмотрение участника (на площадке – не предоставляется). По согласованию с главным экспертом		Шт.	1
2	Спортивный секундомер	Вид и форма - на усмотрение участника (на площадке – не предоставляется). Использование других технических приспособлений в качестве секундомера только по согласованию с главным экспертом		Шт.	1
3	Часы наручные механические с крупным циферблатом	Разрешено пользоваться во время демонстрации Конкурсного задания		Шт.	1
4	Электронные носители (USB-флешка/диск)	Разрешен для передачи дидактических материалов в начале работы конкурсной площадки. Участник конкурса обязуется предоставить Главному эксперту		Шт.	1

		электронный носитель (USB-флешка/диск) в день «С-1». Все материалы с электронных носителей выставляются для общего пользования на конкурсной площадке, чтобы обеспечить равноправные условия для всех участников процесса. Участник должен понимать, что представленный им материал или оборудование может быть использовано любым участником.			
5	Фитнес-браслет	Разрешено во время демонстрации Конкурсного задания для личного пользования участника и определения его функционального состояния. <b>Категорически запрещены смарт-часы и др. гаджеты передающие информацию извне!</b>		Шт.	1
6	Калькулятор	Разрешен для выполнения необходимых математических вычислений во время выполнения Конкурсного задания		Шт.	2
7	Технические средства реабилитации (специальное активное кресло-коляска для участников с проблемами ОДА; звукоусиливающая аппаратура для участников с проблемами слуха, тифлоприборы для участников с проблемами зрения)	Разрешено в соответствии с показаниями ИПРА (индивидуальной программы реабилитации и абилитации)			

**3.3. Инфраструктурный лист застройки площадки предоставляется в виде отдельного документа (приложения) в формате Excel (.xlsx)**

#### 4. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом всех основных нозологий

\* минимальные требования к оснащению рабочих мест согласованы с общероссийскими общественными организациями инвалидов

Вид нозологии	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество*
Рабочее место участника с нарушением слуха	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением слуха необходимо предусмотреть: а) наличие звукоусиливающей аппаратуры, акустической системы, информационной индукционной системы, наличие индивидуальных наушников; б) наличие на площадке переводчика русского жестового языка (сурдопереводчика); в) оформление конкурсного задания в доступной текстовой информации.
Рабочее место участника с нарушением зрения	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением зрения необходимо: а) текстовое описание конкурсного задания в плоскочечатном виде с крупным размером шрифта, учитывающим состояние зрительного анализатора участника с остаточным зрением (в формате Microsoft Word не менее 16-18 пт), дублированного рельефно точечным шрифтом Брайля (при необходимости); б) лупа с подсветкой для слабовидящих; электронная лупа; в) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой: видеоувеличитель; - программы экранного доступа NVDA и JAWS18 (при необходимости); - брайлевский дисплей (при необходимости); в) для рабочего места участника с нарушением зрения, имеющего собаку-проводника, необходимо предусмотреть место для собаки-проводника. г) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными

			<p>средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций;</p> <p>д) индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс.</p>
<b>Рабочее место участника с нарушением ОДА</b>	3000x1900	1,5 м	<p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим реализацию эргономических принципов:</p> <p>а) увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами верстаков;</p> <p>б) для участников, передвигающихся в кресле-коляске, необходимо выделить 1 - 2 первых рабочих места в ряду у дверного проема;</p> <p>в) 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>
<b>Рабочее место участника с соматическими заболеваниями и</b>	3000x1900	1,5 м	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также инвалидов вследствие других соматических заболеваний, предусматривают отсутствие:</p> <p>а) вредных химических веществ, включая аллергены, канцерогены, оксиды металлов, аэрозоли преимущественно фиброгенного действия;</p> <p>б) тепловых излучений; локальной вибрации, электромагнитных излучений, ультрафиолетовой радиации на площадке;</p> <p>в) превышения уровня шума на рабочих местах; г) нарушений уровня освещенности, соответствующей действующим нормативам.</p> <p>Необходимо обеспечить наличие столов с регулируемой высотой и углом наклона поверхности; стульев (кресел) с регулируемой высотой сиденья и положением спинки (в соответствии со спецификой заболевания).</p>

<p><b>Рабочее место участника с ментальными нарушениями</b></p>	<p>3000x1900</p>	<p>1,5 м</p>	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов, имеющих нервно-психические заболевания:</p> <p>а) создание оптимальных и допустимых санитарно-гигиенических условий производственной среды, в том числе: 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;</p> <p>б) электромагнитное излучение - не выше ПДУ; шум - не выше ПДУ (до 81 дБА); отсутствие локальной и общей вибрации; отсутствие продуктов и препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов, белковые препараты;</p> <p>в) оборудование (технические устройства) должны быть безопасны и комфортны в использовании (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 и передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью; не должна затрудняющая доступность устройств; исключение острых выступов, углов, раниющих поверхностей, выступающих крепежных деталей)</p>
---	------------------	--------------	--

5. Схема (план) застройки соревновательной площадки для всех категорий участников (Школьники, Студенты, Специалисты).

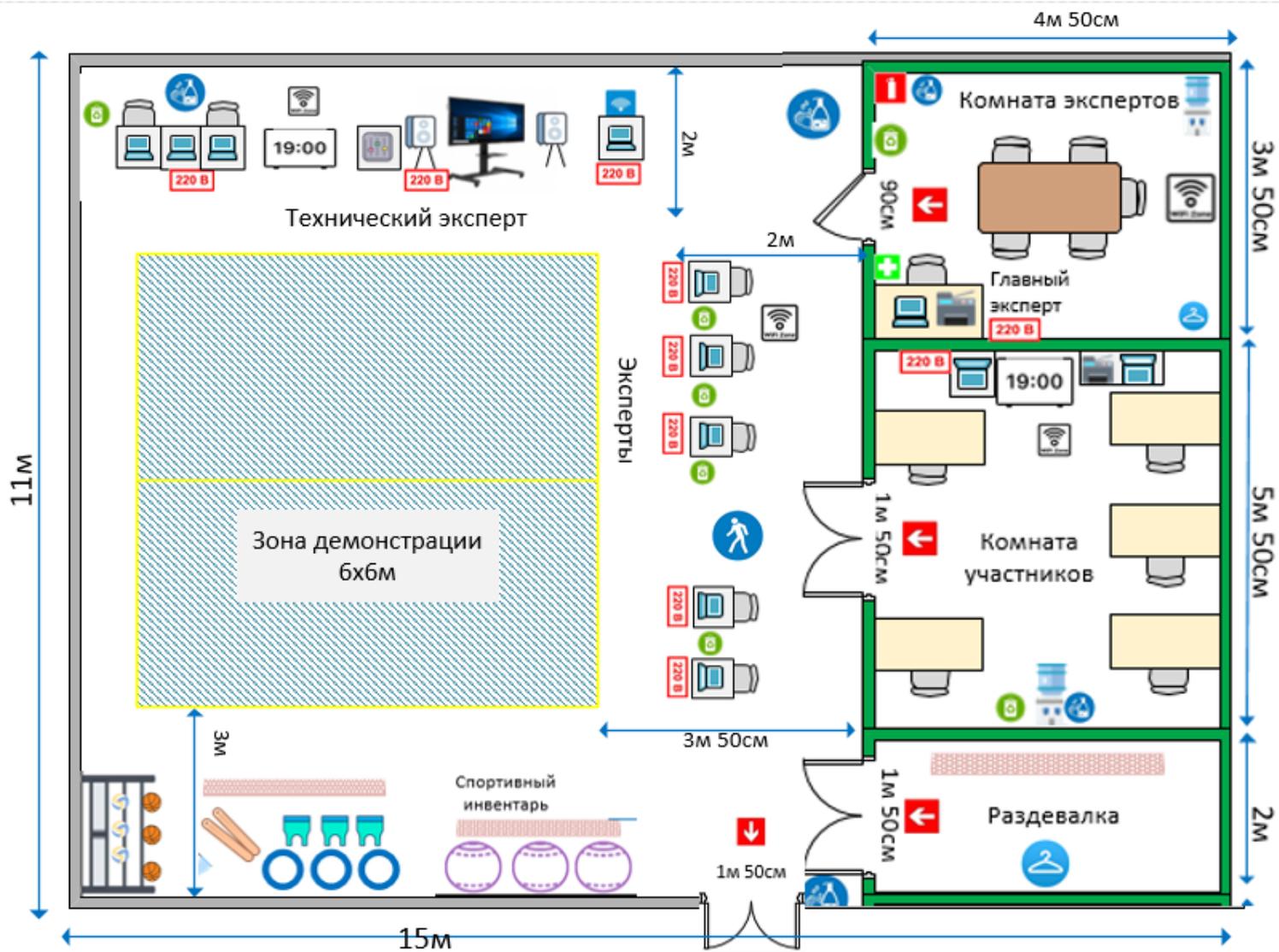


Рис. 1. Схема застройки конкурсной площадки по компетенции Адаптивная физическая культура

1. **Конкурсная площадка по компетенции.** Размеры: ширина – 11 м., длина (общая) – 15 м.

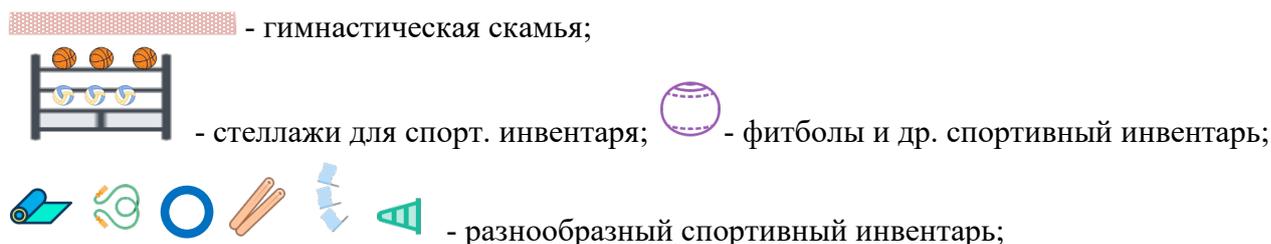


2. **Демонстрационная зона.** Размеры: ширина – 6 м., длина – 6 м.

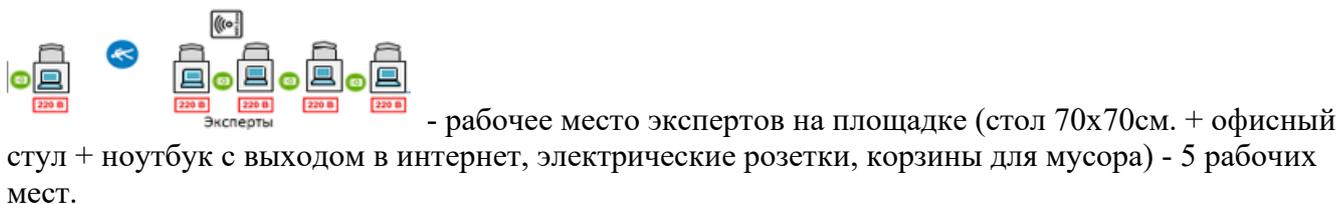


- Демонстрационная зона с нескольким покрытием, ограничена линиями желтого цвета шириной 5 см., разделена пополам линией желтого цвета (средняя линия) шириной 5 см.

3. **Зона спортивного инвентаря** – 3 м. по периметру от Демонстрационной зоны:



4. **Рабочая зона экспертов** – в 1.5 м. от Демонстрационной зоны, удалена от всех комнат на 2 м.:



5. **Зона технического эксперта** – за Демонстрационной зоной с противоположенной стороны от рабочей зоны экспертов. Удалена от Демонстрационной площадки:





- рабочее место технического эксперта (ноутбуки, МФУ, «база для беспроводного микрофона», роутер - с выходом в Интернет, цифровой фотоаппарат);

**220 В**

- точки доступа электропитания и розетки;

### 6. Комната Экспертов/главного эксперта



- Автоматизированное рабочее место (стол (140x70см), 1 шт. - стул офисный) для Главного эксперта с выходом в Интернет (мышь, ноутбук - с выходом в Интернет)



- кулер;



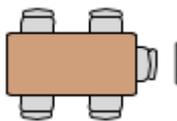
- интернет;



- корзина для мусора;



- санитайзер;



- столы двухместные (140x70см) в количестве 4 шт. или 1 стол 200x140см., стулья офисные 5 шт)

### 7. Комната участников



- рабочее место участника (двуместный стол (140x70см) в количестве 5 шт, стулья офисные – 5 шт.);



- кулер;



- корзина для мусора;



- санитайзер;



- интернет

**19:00**

- экран/телевизор обратного отсчета времени;

**220 В**

- точки доступа электропитания и розетки;

### 8. Раздевалки (мужская и женская) / Комната волонтеров - 1 шт. Каждая раздевалка имеет размеры – ширина 2 м., длина 4.50 м.:



-гимнастические скамьи;



- кулер;



- шкафчики для одежды/вешалка для одежды напольная.

### Порядок застройки конкурсной площадки:

Застройка площадки выполняется за 1-2 дня до проведения чемпионата и в день С-1 должна быть готова для ознакомления экспертов и участников.

План застройки площадки представляет собой документ, в котором графически указаны размеры, помещения, расположение рабочих мест и зон экспертов, так же указаны пути эвакуации из помещения. Данный документ должен соответствовать нормам и требованиям СанПин РФ по компетенции. Примерный план застройки площадки представлен в Конкурсном задании пункт 5.1. «Схема застройки соревновательной площадки на 5 рабочих мест для всех категорий участников (школьники, студенты, специалисты)».

*В застройке конкурсной площадки по компетенции адаптивная физическая культура для системы конкурсов Абилимпикс необходимо учитывать зонирование конкурсной площадки:*

- «Демонстрационная площадка»;*
- рабочая зона экспертов;*
- комната участников для подготовки конкурсного задания;*
- зона размещения спортивного инвентаря и оборудования;*
- зона технического эксперта;*
- комната экспертов/главного эксперта;*
- спортивные раздевалки для участников (мужская и женская) / зона волонтеров-демонстрантов.*

*Застройка конкурсной площадки соответствует нормам СанПин РФ для проведения занятий по физической культуре и спорту*

*При проведении соревнований по компетенции адаптивная физическая культура на территории крупномасштабных объектов (навильоны, манежи и т.д.) по периметру конкурсной площадки необходимо расположить панели, отделяющие ее от др. конкурсных площадок (допускается панели высотой от 1,5 метров и выше). При этом, вдоль конкурсной площадки, со стороны расположения зоны «Демонстрационной площадки», рекомендуется расположить прозрачные панели высотой - 1,5 метра. При выполнении участниками конкурсных заданий такие панели дают возможность исключить «выкатывание» спортивного инвентаря на прилегающие территории и предупредить нарушение норм техники безопасности для гостей и сопровождающих лиц.*

*Зона «Демонстрационной площадки» должна соответствовать следующим требованиям:*

*1. Размеры - 6х6 метров;*

*2. Покрытие – нескользящее. Поверхность площадки окрашена неяркими, приглушенными тонами, отличными от цвета покрытия всей конкурсной площадки.*

***Важно: в этой зоне на покрытии не должны проходить никакие технические короба!!! – это нарушение требований Т/Б;***

*3. Ограничительные линии по периметру «Демонстрационной площадки» шириной 5 сантиметров яркой окраски (рекомендуется желтый цвет);*

*4. Деление зоны «Демонстрационной площадки» на две равные части с помощью средней линии. Средняя линия шириной 5 сантиметров той же окраски, что и по периметру (рекомендуется желтый цвет);*

*5. Удаленность зоны «Демонстрационной площадки» не менее чем на 1-2 метра от любых стен, вертикальных стоек, препятствий и сложных/острых поверхностей.*

*В «Рабочей зоне экспертов» необходимо установить столы, стулья и персональные ноутбуки/планшеты с выходом в Интернет в соответствии с количеством экспертов. Эта зона располагается вдоль зоны «Демонстрационной площадки» по ее стороне в 6 м.. Рекомендуется удалять рабочую зону экспертов от демонстрационной площадки на расстояние 1-2 метров. Эксперт должен иметь свободный доступ для наблюдения за выполнением конкурсного задания участником и обзора материалов, демонстрируемых участником на экране.*

*Зона «Комната участников» должно обеспечивать безопасность при подготовке конкурсного задания, работу с незначительными или умеренными физическими, динамическими и статическими, интеллектуальными, сенсорными, эмоциональными нагрузками, исключать возможность ухудшения здоровья или травмирования инвалида. Всего в зоне устанавливается 5 рабочих мест, устанавливается кулер и корзина для мусора.*

*Эта комната имеет размеры: ширина 5,5м x длина 4,5 м, вход шириной 1,5 м. для въезда на коляске и закрываться дверью. Периметр зоны обустраивается непрозрачными высокими панелями. Высота панелей 2-2,5 м*

*При проектировании, реконструкции и эксплуатации специальных рабочих мест для участников следует руководствоваться действующим законодательством Российской Федерации и индивидуальной программой реабилитации и абилитации (далее – ИПРА). В Конкурсном задании раздел «Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом всех основных нозологий», где в таблице представлено описание норм и требований к рабочим местам участников*

с нарушением слуха, зрения, соматическими заболеваниями, с ментальными нарушениями и с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Индивидуально, каждому участнику на его рабочем месте предоставляется возможность пользования расходными материалами в соответствии с инфраструктурным листом и подготовленной «Рабочей папкой участника»\*.

\* (Если конкурсное задание подразумевает разработку методических материалов, с дальнейшим их представлением экспертному сообществу для оценивания, то в зоне рабочих мест участников, для подготовки конкурсного задания на персональном рабочем месте необходимо установить индивидуальное автоматизированное рабочее место (персональный ноутбук с выходом в Интернет, «компьютерную мышь»). Дополнительно в комнате устанавливается МФУ/принтер для печати дидактических материалов).

**«Зона размещения спортивного инвентаря и оборудования»** должна находиться за пределами зоны демонстрационной площадки, но быть доступной для участника при подготовке к демонстрации конкурсного задания. Спортивный инвентарь должен быть рационально размещен для оптимального обзора участником и выложен на стеллажах и/или в спортивных корзинах, дабы исключить его «выкатывание».

**«Зона технического эксперта»** для размещения информационно-коммуникационных средств передачи информации должна давать возможность качественно продемонстрировать необходимые материалы, сопровождающие выполнение конкурсного задания. Должна иметь подключение к Интернету и обеспечена розетками 220 V для электричества.

В **«Комнате экспертов/главного эксперта»** устанавливается индивидуальное автоматизированное рабочее место (персональный ноутбук с выходом в интернет, мышь, МФУ/принтер) для работы главного эксперта. Столы и стулья по количеству экспертов, устанавливается кулер, вешалка для верхней одежды, корзиной для мусора, хранятся расходные материалы в соответствии с инфраструктурным листом,

Эта комната по периметру должна быть отделена непрозрачными панелями высотой 1,5-2,5 м, размеры: (ширина 3,5 м. x 4,5 м. длина), вход шириной 1 м. - закрывается дверью.

**«Спортивные раздевалки для участников»** (мужская и женская) / **«Зона волонтеров-демонстрантов»** внутри устанавливаются шкафы для вещей, вешалки напольные, кулер, санитайзер, корзины для мусора, гимнастические скамейки.

Эта комната по периметру должна иметь непрозрачные панели высотой 2-2,5 метра. Размер входа - шириной 1,5 м. (для проезда на коляске) – обязательно закрываются дверью! В этой зоне участники и волонтеры переодеваются для выхода на конкурсную площадку, а также волонтеры отдыхают и ожидают свою очередь выхода на демонстрационную площадку.

## **6. Требования охраны труда и техники безопасности**

### **6.1. Общие требования:**

6.1.1. К самостоятельному выполнению заданий в компетенции «Адаптивная физическая культура» по стандартам «Абилимпикс» допускаются:

- участники от 14 лет и старше;
- 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.

6.1.2. 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.

6.1.3. 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.

6.1.4. Участник для подготовки конкурсного задания использует канцелярские

принадлежности, инвентарь и оборудование, представленные в пункте «Расходные материалы на 1 участника» в разделе «Инфраструктурного лист».

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

6.1.6. 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 учащих;
- 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.

6.1.7. 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.

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

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

6.1.9. 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.

6.1.10. Участники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом «Абилимпикс». 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.

## **6.2. Действия до начала работ:**

Перед началом выполнения конкурсного задания участники должны выполнить следующее:

6.2.1. 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.

6.2.2. 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.

6.2.3. Провести разминку.

6.2.4. 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:

- маты гимнастические должны быть чистыми и ровными, без дефектов;
- конусы и фишки для футбола устанавливаются на достаточном расстоянии др. от друга на ровно 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»);

6.2.5. 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 прическу, спортивный костюм и спортивную обувь: застегнуть спортивную форму на все пуговицы (завязки и шнурки – завязать и заправить, застегнуть молнию). Не допускаются свисающие концы одежды и капюшоны на одежде. Не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые и бьющиеся предметы, снять бейдж. Длинные волосы должны быть собраны и не мешать выполнению двигательных действий, а также не травмировать других людей. Исключить украшения на теле и длинные ногти на руках.

6.2.6. 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.

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

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

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

### **6.3. Действия во время выполнения работ:**

6.3.1. 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»);

6.3.2. 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.

6.3.3. 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).

6.3.4. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования:

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

#### **6.4. Действия после окончания работ:**

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

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

6.4.3. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

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

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

### **6.5. Действия в случае аварийной ситуации:**

6.5.1. 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.

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

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

6.5.4. 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.

6.5.5. 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, облить 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.

6.5.6. 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.).