

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ, КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
НЕНЕЦКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Ненецкого автономного округа «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж
имени И.П. Выучейского»
(ГБПОУ НАО «НАРЬЯН-МАРСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ
ИМЕНИ И.П.ВЫУЧЕЙСКОГО»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Г.А. Назарова

Г.А. Назарова

(подпись)

01 Сентябрь 2020г.

«НАОСГК»



ПРОГРАММА

повышения квалификации

**Использование новых видов спортивного оборудования в
рамках реализации ФГОС**

Нарьян-Мар
2020

1. Цели реализации программы:

- повышение профессионального уровня преподавателей общего и среднего образования на основе лучших отечественных и международных практик и методик подготовки учащихся с учетом стандартов Ворлдскиллс по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»;
- ознакомление преподавателей общего и среднего образования с новыми тенденциями образования по физической культуре по стандартам Ворлдскиллс Россия

2. Требования к результатам обучения. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы повышения квалификации слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций:

слушатель должен знать:

- историю, современное состояние и перспективы развития движения WSI и Ворлдскиллс Россия («Молодые профессионалы»);
- понятие о компетенциях и стандарт компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» Ворлдскиллс Россия;
- современные профессиональные технологии в предметной (профессиональной сфере) деятельности;
- методику реализации основной образовательной программы (программы профессионального обучения) и отдельных профессиональных модулей с учетом стандарта компетенции «Физическая культура и спорт» Ворлдскиллс Россия;
- практику и методику выполнения заданий по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» Ворлдскиллс Россия (примеры модульных заданий, организацию рабочего места, требования к технике безопасности, критерии и процедуру оценивания результатов);
- требования к материально-техническому обеспечению учебного процесса по основной образовательной программе (программе профессионального обучения) с учетом соответствующего стандарта компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» Ворлдскиллс Россия;

слушатель должен уметь:

- организовать обучение и подготовку учащихся к участию в региональном конкурсе «Ворлдскиллс Россия- Юниоры » по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»;
- провести оценку промежуточных и итоговых результатов обучения учащихся, оценку профессиональной компетентности учащегося в ходе регионального чемпионата Ворлдскиллс Россия – Юниоры по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»;
- организовать разбор результатов, достигнутых учащимися на региональном чемпионате Ворлдскиллс Россия- Юниоры по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» и соответствующую актуализацию программ и методик обучения в целях достижения учащимися высоких профессиональных результатов;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

- использовать различные методы и приемы обучения на учебном занятии;
- владеть информационно-коммуникативными технологиями, необходимыми для проведения учебного занятия.

3. Содержание программы

Учебный план программы повышения квалификации «Использование новых видов спортивного оборудования в рамках реализации ФГОС»

Категория слушателей: преподаватели средних образовательных школ

Срок обучения: 36 академических часов

Форма обучения: очная, без отрыва от работы (итоговая аттестация – в очно-заочной форме).

№	Наименование модуля*	Всего, ак.час.	В том числе	
			лекции	практ. занятия
1.	Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS «Физическая культура, спорт и фитнес» (конкурсное задание, техническое описание, инфраструктурный лист, схема и оборудование рабочих мест, требования к технике безопасности, критерии оценивания, кодекс этики, основные термины)	4	2	2
2.	Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес», в том числе: - интерактивная доска; - умные браслеты; - инбади.	10	2	8
3.	Содержание профессиональных модулей основной профессиональной образовательной программы и методика преподавания профессиональных модулей с учетом стандарта Ворлдскиллс Россия по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»	16	4	12
4.	Организация и проведение модуля по стандартам Ворлдскиллс Россия.	4	2	2
	Итоговая аттестация	2	0	2
	ИТОГО:	36	10	26

Учебно-тематический план
программы повышения квалификации
«Использование новых видов спортивного оборудования в рамках реализации
ФГОС»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего, час.	В том числе	
			лекции	практич. и лаборат. занятия

1	2	3	4	5
1	Раздел1 Новое направление работы Ворлдскиллс Россия	2	2	
1.1	Тема 1.1 История, современное состояние и перспективы развития движения WSI и Ворлдскиллс Россия («Молодые профессионалы»)		1	
1.2	Тема 1.2 Понятие о компетенциях и стандарт соответствующей компетенции Ворлдскиллс Россия		1	
2	Раздел 2 Модуль А. Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися.	24	5	19
2.1	Тема 2.1 Разработка и проведение фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке в соответствии с заданными условиями.	4	1	3
2.2	Тема 2.2 Использование новых систем для диагностики организма человека. Измерение параметров состояния здоровья тестируемых	10	2	8
2.3	Тема 2.3 Использование средств записи и монтажа отснятых видеоматериалов (использование программы WindowsMovieMaker / MAGIX MovieEditPro)	10	2	8
3	Раздел 3 Модуль С. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению	10	3	7
3.1	Тема 3.1 Разработка и проведение экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий.(умные браслеты)	2	1	1
3.2	Тема 3.2 Использование современных технологий в жизни (работа с интерактивной доской и программами SMART Notebook 18), составление презентации с использованием всех функций доски.	6	1	5
3.3.	Тема 3.3 Использование програмmonetouchна весах, браслетах и планшетах. Проведение расчётов и составление программы и презентация своих возможностей.	2		2
		36	10	26

**Учебная программа повышения квалификации
«Использование новых видов спортивного оборудования в рамках реализации
ФГОС»**

**Модуль 1. Ознакомление с WSI и Ворлдскиллс Россия. Стандарт компетенции WSSS
«Физическая культура, спорт и фитнес» (конкурсное задание, техническое описание,**

инфраструктурный лист, схема и оборудование рабочих мест, требования к технике безопасности, критерии оценивания, кодекс этики, основные термины)

Кол-во часов на Модуль 1 – 4 часа

Эксперты и ведущие специалисты, реализующие Модуль 1:

Барахматов Вадим Фёдорович (главный эксперт Ворлдскиллс Россия в НАО по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»), преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»

Овчинникова Надежда Прокопьевна (методист ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»)

Тема 1.1 История, современное состояние и перспективы развития движения WSI и Ворлдскиллс Россия («Молодые профессионалы») (1час)

Определение понятия и цели развития движения WSI. Возможности движения WSI. История Международного движения WSI (появление, развитие, трансформация, современное состояние, тенденции и перспективы развития в России и Мире, отраслевые чемпионаты, Hi-Tech, JuniorSkills, FutureSkills). История возникновения и развития движения Ворлдскиллс в России.

Тема 1.2 Понятие о компетенциях и стандарт соответствующей компетенции Ворлдскиллс Россия (1час)

Основные термины на Чемпионате и WSR. Техническая документация «Ворлдскиллс Россия» по соответствующей компетенции (конкурсное задание, техническое описание, инфраструктурный лист, схема и оборудование рабочих мест, требования к технике безопасности) по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»

Модуль 2. Современные технологии в профессиональной сфере деятельности по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес», в том числе:

- интерактивная доска;
- умные браслеты;
- инбади.

Кол-во часов на Модуль 2 – 10 часов

Эксперты и ведущие специалисты, реализующие Модуль 2:

Барахматов Вадим Фёдорович (главный эксперт Ворлдскиллс Россия в НАО по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»), преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»

Панова Надежда Александровна (преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского).

Жданов Григорий Геннадьевич (преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского)

Тема 2.1. Разработка и проведение фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке в соответствии с заданными условиями. (4 часа)

Изучение программы и функций smart для умения работы со smart доской, Изучение программы и функций Windows Live Movie Maker для Windows , Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися. Тестирования физических кондиций и анализ состава тела, анализ результатов.

Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия
2.1.	Разработка и проведение фрагмента индивидуального тренировочного занятия по общей физической подготовке в соответствии с заданными условиями (3 часа) - Изучение программы smart, изучение основных функций smart и работа на доске (2 часа); - Изучение программы Windows Live Movie Maker, сведение видео материалов, снятие видеоматериалов (1 час);

Модуль 3. Содержание профессиональных модулей основной профессиональной образовательной программы и методика преподавания профессиональных модулей с учетом стандарта Ворлдскиллс Россия по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»

Кол-во часов на Модуль 3 – 16 часов

Эксперты и ведущие специалисты, реализующие Модуль 3:

Барахматов Вадим Фёдорович (главный эксперт Ворлдскиллс Россия в НАО по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»), преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»

Тема 3.1. Разработка и проведение экспресс - консультации по привлечению разных возрастных групп населения к ЗОЖ с использованием современных цифровых технологий.(умные браслеты)(2 часа)

Использование современных технологий в образовании, использование фитнес – браслетов и программы onetach, Расчёты показателей динамики данных по программе onetach

Тема 3.2. Использование современных технологий в жизни (работа с интерактивной доской и программами SMART Notebook 18), составление презентации с использованием всех функций доски.(6 часов)

Использование основных функций smart для составления презентации по ЗОЖ, использование инбади, автоматического ростометра, другого оборудования для составления расчетов и программы тренировки.

Тема 3.3. Использование программ onetouch на весах, браслетах и планшетах. Проведение расчётов и составление программы и презентация своих возможностей. (2 часа).

Умные браслеты, умные весы, инбади, программа в планшете.

Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия
------------	------------------------------------

3.1.,	- Использование компьютерных программ для снятия, воспроизводства, нарезки видеоматериалов,
3.2.,	
3.3	

Итоговая аттестация:

Кол-во часов на итоговую аттестацию –2часа

Эксперты и ведущие специалисты:

***Барахматов Вадим Фёдорович** (главный эксперт Ворлдскиллс Россия в НАО по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»), преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»*

1) **Региональный чемпионат Ворлдскиллс Россия- Юниор по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»** - слушатели выступают в роли студентов экспертов-компатриотов.

Задание 1. Модуль А. Организация индивидуальной тренировочной деятельности с занимающимися.

Задание 2. Модуль С. Привлечение разных возрастных групп населения к здоровьесбережению

4. Материально-технические условия реализации программы

ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ КУРСОВ

№	Наименование позиции	Тех. описание позиции	Ед. измерения	Кол-во
1	Ноутбук	допускается использование моноблоков	шт	5
2	Компьютерная мышь	проводная или беспроводная	шт	5
3	USB-флешка	min объем 4 Gb	шт	5
5	Корзина для бумаги	объем от 9 до 16 л, материал пластик	шт	5
6	Наушники с микрофоном	проводная, 1,2 м, стерео, с оголовьем, mini jack 3,5 мм	шт	5
2	Программное обеспечение Audacity	ПО для обработки и монтажа аудиозаписей	шт	5
2,1	Программное обеспечение SMART Notebook 18	ПО для разработки интерактивных уроков	шт	5
2.2	Программное обеспечение WindowsMovieMaker	ПО для обработки и монтажа видео	шт	5
2.3	Программное обеспечение MAGIX MovieEditPro	ПО для обработки и монтажа видео	шт	5

2.4	Гарнитура для выступления (микрофон)	Головная гарнитура с конденсаторным микрофоном с круговой характеристикой направленности. На передатчике кнопка включения, индикатор включения/батареи и регулятор чувствительности входа. Питание от одной батареи ААА обеспечивает до 14 часов работы. Универсальная беспроводная УВЧ система с фазовой автоподстройкой частоты. Приёмник со светодиодным многосегментным индикатором уровня звука и Регуляторы громкости и squelch XLR и 1/4-дюймовый несимметричные выходы с переключателем микрофонного и линейного уровня. В комплекте с блоком питания и кабелем 1/4-дюйма - 1/4-дюйма.	шт	2
3	Интерактивная система:			
3.1.	Проектор с креплением	короткофокусный	шт	1
3.2.	Интерактивная доска	с лотком или с интерактивным лотком	шт	1
3.3.	Ноутбук к интерактивной доске	допускается использование моноблоков	шт	1
3.4.	Маркеры интерактивной доски	инструмент для письма	шт	1
3.5.	Стерка для интерактивной доски	материал: пластик со специальным покрытием	шт	1
3.6.	Микшер + колонка (2 шт)	USB/аудио интерфейсом, XENYX микр. предусилит. и компресс.,беспровод. опциями,Multi-FX процессор, 16 каналов	шт	1
4	Ноутбук	допускается использование моноблоков	шт	1
5	Компьютерная мышь	проводная	шт	1
6	Спортивный секундомер	материал: пластик, с функцией запоминания результатов	шт	4
7	Конусы	h = 24 см	шт	10
8	Фишки для футбола	материал пластик, d = 19 см, h = 5см	шт	12
9	Флажки	размер от 350 до 500 мм на 200 - 250 мм	шт	14
10	Маты гимнастические	1м * 2м * 0,1м	шт	8
11	Мяч баскетбольный	d = 7", вес - 500 г.	шт	14
12	Мяч волейбольный	размер 5, длина окружности 65-67 см, вес 260-280 г.	шт	7
13	Мяч футзальный	окружность от 57,5 до 59,5 см.	шт	7
14	Манишка синяя	цвет: синий, материала- 100 % полиэстр	шт	3
15	Манишка оранжевая	цвет: оранжевый, материала- 100 % полиэстр	шт	3

16	Обруч пластмассовый	диаметр - 90 см	шт	7
17	Гимнастическая палка	100 см	шт	7
18	Скакалка	до 3 м (275 см)	шт	7
19	Гимнастический коврик	размер: 180 x 60 x 0,6 см.	шт	7
20	Гимнастическая скамейка	4 м	шт	2
21	Гантели	(0,5 кг) литые, неразборные, нескользящее покрытие	шт	14
22	Гантели	(1 кг) литые, неразборные	шт	14
23	Степ-платформа	высота платформы: 10 см, 15 см, примерный размер: 68x28x10 см.	шт	7
24	Гимнастический мяч (фитбол)	до 75 см	шт	7
25	Пипидастры	пластиковая ручка, длинна помпона от 20 см до 50 см	шт	14
26	Ринги (изотонические кольца)	d = 38 см	шт	7
27	Роллы (цилиндры)	размер 14*33	шт	7
28	Малые мячи	d = 10 - 12 см	шт	7
29	Теннисные мячи	6 см	шт	7
30	Ремни для йоги	размеры: 180(175)*3,8 см	шт	7
31	Блоки для йоги	габариты, см (Д*Ш*Т): 22,5 x 15 x 7,8 (23 x 12 x 8)	шт	7
32	Болстеры	размер: длина - 50 см., диаметр - 20 см.	шт	7
33	Медицинский мяч	1 кг	шт	7
34	Медицинский мяч	2 кг	шт	7
35	Полусфера гимнастическая bosu	диаметр от 24 до 63 см, max вес от 100 до 130 кг	шт	7
36	Мнофункциональная рама	Рама представляет собой разборную конструкцию из сварных элементов: 8 вертикальных стоек высотой 2350мм и 2х горизонтальных балок длиной 3830мм с рукоятками для подтягиваний. Так же комплекс включает в себя шведские стенки, турники, рукоход, держатели и т.п. Детали выполнены из сварного стального профиля с сечением 25x50мм, 50x50мм, 80x80 с толщиной стенки 3 мм, деталей лазерной резки из листа толщиной 8мм,10мм, прутков диаметром 25мм и круглой трубы диаметром 34мм с толщиной стенки 3,2мм ГОСТ 13663-86, марка стали Ст3пс. Все открытые концы профиля закрыты специальными полиуретановыми заглушками. Рукоятки оснащены резиновыми нескользящими манжетами. Толщина резиновой накладки	шт	1

		<p>_1-2 мм. В стойках предусмотрены 18 точек фиксации для страховочных держателей и для держателей штанги. Это поможет тренировать «слабые» мышцы делая упражнения с ограниченной амплитудой движений. Болтовое соединение узлов позволяет разбирать тренажер и упрощает процедуру монтажа. Тренажер имеет информационные таблички с показом упражнения, с правилами эксплуатации и правилами безопасности использования на русском языке. Защитное декоративное покрытие рамы нанесено путем пневмоэлектростатического распыления порошковой краской (в соответствии с ГОСТ 9.105-80), образующее антивандальный слой толщиной в диапазоне 10-25 мкм. Конструкция тренажера отвечает требованию устойчивости к опрокидыванию 2,0 даН, что исключает возможность самопроизвольного опрокидывания, падения весовых отягощений и нарушения зафиксированных режимов. Предусмотрено дополнительное крепление конструкции тренажера к полу. Длина 3800мм * Ширина 1380мм * Высота 2450мм</p>		
37	Мишень и крепление мишени	<p>Крепление мишени представляет собой две сварные конструкции, выполнены из стального профиля 50x50мм, деталей лазерной резки из листа 10мм ГОСТ 13663-86, марка стали Ст3пс. Все открытые концы профиля закрыты специальными полиуретановыми заглушками. Мишень диаметром 650мм выполнена из ударопрочного пластика толщиной 10мм, поверхность которого защищена от ударов и царапин. Мишень в сборе с держателями имеет следующие габариты: Длина 1120 мм; Ширина 60 мм; Высота 650 мм.</p>	шт	2
38	Скамья для пресса навесная	<p>Скамья состоит из сварного основания и мягкого элемента (подушки). Основание скамьи представляет собой сварную конструкцию из гнутой профильной трубы прямоугольного сечения 80 мм х 40 мм с толщиной стенки 3 мм, 60x30мм с толщиной стенки 4мм, трубы круглого сечения диаметром 50мм с толщиной стенки 2,5мм, диаметром 60 с толщиной</p>	шт	2

		<p>стенки 4мм деталей лазерной резки из листа толщиной 3мм,5мм, ГОСТ 13663-86, марка стали Ст3пс. Форма изгиба трубы достигается холодным дорновым методомгиба, который обеспечивает отсутствие дефектов деталей в виде «волн» и заломов. Используются оптимальные радиусыгиба 128мм по стороне 80 мм. Все открытые концы профиля закрыты металлическими заглушками толщиной 3мм.</p> <p>Высококачественные мягкие элементы выполнены из изолоната толщиной 30 мм для максимального комфорта с основанием из фанеры толщиной 6 мм и 12 мм покрыты винил и кожа, имеющей две текстуры: пористо-монолитный поливинилхлорид с лицевой стороны и смешанная синтетическая и хлопчатобумажная текстильная трикотажная основа с внутренней стороны. Угол наклона изменяется путем перестановки скамьи по перекладинам шведской стенки. Для предотвращения скольжения зацеп скамьи оснащен резиновой накладкой толщиной 2мм. Защитное декоративное покрытие изделия нанесено путем пневмоэлектростатического распыления порошковой краской (в соответствии с ГОСТ 9.105-80), образующее антивандальный слой толщиной в диапазоне 10-25 мкм. Длина 1200мм; Ширина 505мм; Высота 420мм.</p>		
39	Держатели для штанги	<p>Держатель состоит из сварной металлической конструкции и пластины из специального полимера. Сварная конструкция выполнена из деталей лазерной резки толщиной 4мм и 10мм, прутка диаметром 20мм ГОСТ 13663-86, марка стали Ст3пс. Держатели крепятся в отверстия стоек на высоту, удобную для выполнения различных упражнений. Заменяемые защитные вставки толщиной 30мм препятствуют механическим повреждениям рамы и грифа и обладают повышенными энерго- и шумопоглощающими свойствами.</p>	шт	4
40	Плиометрическая тумба	<p>Размер: 75*60*50 см, материал: дерев/металл/фанера</p>	шт	1
41	TRX-петля	<p>Петли TRX со встроенным анкерным креплением; прочный карабин,</p>	шт	2

		выдерживающий нагрузку до 250 кг. Мягкие рукояти из вспененного уретана. Крепление на дверь, чтобы заниматься дома, в офисе и даже гостинице. Регулировка по длине, чтобы настроить тренажёр TRX под собственный рост. Удлинитель с карабином для крепления тренажёра на турник, дерево или столб. Длина от 60 до 170 см		
42	Бодибар 4 кг	Длина 120 см длина, неразборный; 3,8 см диаметр; материал: сталь, на краях пластиковые наконечники	шт	7
43	Бодибар 6 кг	Длина 120 см длина, неразборный; 3,8 см диаметр; материал: сталь, на краях пластиковые наконечники	шт	7
44	Кольцевой амортизатор	Резиновый амортизатор. Нагрузка 14-45 кг. Длина - 104 см. (полная длина 208 см.); Толщина - 4,5 мм. Ширина - 3 см. Бесшовное соединение. Материал - 100% латекс.	шт	1
45	Кольцевой амортизатор	Резиновый амортизатор. Нагрузка 23-68 кг. Длина - 104 см. (полная длина 208 см.); Толщина - 4,5 мм. Ширина - 6,5 см. Бесшовное соединение. Материал - 100% латекс.	шт	1
46	Кольцевой амортизатор	Резиновый амортизатор. Нагрузка 36-90 кг. Длина - 104 см. (полная длина 208 см.); Толщина - 5 мм. Ширина - 10,1 см. Бесшовное соединение. Материал - 100% латекс.	шт	1
47	Амортизатор с ручками уровень сопротивления слабый	Длина 130 см с мягкими ручками	шт	7
48	Амортизатор с ручками уровень сопротивления средний	Длина 130 см с мягкими ручками	шт	7
49	Канат	Длина 9 м 40 мм; диаметр 4,5 см; противоскользящие ручки	шт	2
50	Гриф	Длина 220 см; материал: металл	шт	2
51	Барьер	Плавная регулировка высоты; высота: 700 мм; длина: 600 мм; ширина: 650 мм	шт	5
52	Эстафетные палочки	палочки эстафетные изготовлены из алюминиевой трубы или пластиковой; размеры: длина - 310 мм, диаметр 300-350 мм	шт	6
53	Координационная лестница	Длинна 6 м. Материал перекладины: ABS пластик; Материал соединяющей ленты: синтетическая ткань	шт	2
54	Умные браслеты	Умные браслеты/Умные браслеты ONETRAK C320 Pulse	шт	18

55	Планшет	платформа: Android, размер экрана: 10.1"-10.8", разрешение экрана: 1920x1200, количество ядер процессора: 8, размер оперативной памяти: 4 ГБ, размер встроенной памяти: 64 ГБ, слот для карты памяти: да, 4G LTE: да, 3G: да, GPS: да, клавиатура: нет, разрешение основной камеры: 8 Мпикс	шт	3
56	Умные весы	электронные напольные Bluetooth – весы; квадратные весы, закаленные стекло 30*30*2,1 см - 1,56 кг; ЖК/LCD (цифровой жидкокристаллический) 7,5*3,8 см, монохромный с подсветкой, контрастная индикация на голом фоне AAA*3шт , 1,5 В; IOS (9.0 и выше), Android (4.3 и выше), BLE 4.0, 5-180 кг; кг (kg)- фунт (ib) - стоун (st) 0,1 кг, пульсометреть	шт	2
57	Портативный анализатор состава тела человека	Анализатор состава тела/Анализатор состава тела InBody 270	шт	1
58	Принтер	Принтер/Принтер Samsung SL-M2020(XEV/FEV)	шт	1
59	Автоматический ростомер	Цифровой ростомер/Цифровой ростомер InBody BSM170	шт	1
60	Кистевой-динамометр	Предназначен для измерения мышечной силы кисти в деканьютонах с фиксацией показаний. Диапазон измерений: 5-50 даН.	шт	3
61	Зеркальный фотоаппарат	Зеркальный фотоаппарат с возможностью видеозаписи в формате Avi, Mp4. С дополнительной возможностью дистанционного управления. Наличие входа для петличного микрофона	шт	2
62	Аккумулятор	Совместимый с фотоаппаратом и емкостью 1000 mah	шт	2
63	Зарядное устройство для аккумулятора фотоаппарата	Совместимый с аккумулятором от фотоаппарата	шт	2
64	Микрофон петличный для фотоаппарата	Совместимый с фотоаппаратом; всенаправленный петличный микрофон для смартфонов, DSLR, диктофонов и т.п. Оснащен Omnipickuppattern для полного охвата в 360 градусов. Длина шнура - 600 мм.	шт	2
65	Штатив	Штатив для фотоаппарата на трехсекционной опоре с тремя ножками, высота при всех выдвинутых секторах ножек – 130 см, с выдвинутой центральной колонной – 170 см; центральная колонна вращается и наклоняется до 180 градусов	шт	2

66	Кард-ридер для флешек	Кард-ридер для флешек формата SDHC с интерфейсом подключения USB 2	шт	2
67	Принтер цветной	принтер цветной МФУ/МФУ HP ColorLaserJetPro M282nw	шт	1
68	Принтер черно-белый	Принтер черно-белый /МФУ HP LaserJetPro RU M428dw	шт	1

Расходный материал:

1.1. Индивидуальный пакет слушателя:

- бумага ксероксная;
- картридж для принтеров (черно-белый и цветной);
- ручка шариковая, папка на кнопке, блокнот для записей, простой карандаш.

1.2. Расходные материалы для обеспечения реализации курсов представлены в Приложении 1 (в соответствии с ИЛ компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»)

5. Учебно-методическое обеспечение программы

1. Электронные ресурсы с официального сайта Ворлдскиллс Россия:

<http://worldskills.ru/o-nas/dvizhenie-worldskills/>- основная информация о WorldSkillsRussia

<http://worldskills.ru/o-nas/dvizhenie-worldskills/istoriya/> - ИсторияWorldSkills Russia

2.Электронные ресурсы, официальный форум Ворлдскиллс Россия
<http://forum.worldskills.ru>

3. Печатный и раздаточный материал по компетенции «Физическая культура спорт и фитнес».

4.Презентационный материал для каждого теоретического занятия в форме слайд презентации и видео материалов.

6. Оценка качества освоения программы

Итоговая аттестация включает в себя:

1) **Региональный чемпионат Ворлдскиллс Россия- Юниор по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»** - слушатели выступают в роли студентов экспертов-компатриотов.

7. Составители программы

***Барахматов Вадим Фёдорович** (главный эксперт Ворлдскиллс Россия в НАО по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес»), преподаватель ГБПОУ НАО «Нарьян-Марский социально-гуманитарный колледж имени И.П.Выучейского»*