

Приложение 4
к основной программе профессионального обучения по профессии
рабочих/должности служащих «Инструктор по спорту»
в рамках проекта «Профессиональное обучение без границ»

Комплект оценочных средств
для проведения итоговой аттестации в форме квалификационного экзамена по
основной программе профессионального обучения по должности служащего
«Инструктор по спорту»
в рамках проекта «Профессиональное обучение без границ»

Москва, 2026

1. Назначение квалификационного экзамена

Квалификационный экзамен (КЭ) предназначен для контроля и оценки результатов освоения основной программы профессионального обучения по профессии рабочего/должности служащего «Инструктор по спорту».

Квалификационный экзамен проводится в форме практической квалификационной работы.

По результатам профессионального обучения и после успешного прохождения процедуры квалификационного экзамена обучающимся по основной программе профессионального обучения выдается документ о квалификации (свидетельство о профессии рабочего, должности служащего), который подтверждает получение квалификации по профессии рабочего, должности служащего и присвоение (при наличии) квалификационного разряда (подтверждается свидетельством о профессии рабочего, должности служащего)

2. Виды деятельности, вынесенные на квалификационный экзамен

№ п/п	Название задания	Наименование вида деятельности (в соответствии с основной программой профессионального обучения)	Проверяемые компетенции (в соответствии с основной программой профессионального обучения)	Умения, знания, навыки, проверяемы в ходе КЭ
1.	Составление комплекса упражнений по избранному виду спорта	Проведение мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися	ПК 2.1. Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке ПК 2.2. Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной дисциплине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях	Умения: -Подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей, занимающихся с учетом вида их деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик. Знания: -Методики проведения занятий, мероприятий по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и

				половозрастных характеристик занимающихся -Физкультурно- оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека -Структура занятия по физической подготовке и элементы физической нагрузки -Правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по физической подготовке <i>Навыки:</i> -подбора программы, плана занятия, мероприятия по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально- демографических и половозрастных характеристик занимающихся
--	--	--	--	---

2.	Проведение комплекса упражнений по избранному виду спорта	Проведение мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися		<i>Умения:</i> -Демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений по программе, плану занятий по физической подготовке <i>Знания:</i> -Методики проведения занятий, мероприятий по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся -Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека -Структура занятия по физической подготовке и элементы физической нагрузки
----	---	--	--	--

				-Правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по физической подготовке <i>Навыки:</i> -проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы -проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана физической подготовки занимающихся к военной службе.
--	--	--	--	---

Экзамен состоит из двух частей – проверка теоретической части и проверка знаний на практике.

3. Специфика заданий квалификационного экзамена

Для проведения квалификационного экзамена используются задания на проверку теоретических знаний и демонстрацию умений и навыков в реальных или моделируемых условиях.

Общее описание и постановка задачи.

№ п/п	Название задания	Время выполнения задания	Критерий	Баллы (max)	
1.	Теоретическая часть. Разработка комплекса упражнений по избранному виду спорта	60 мин	- описаны все демонстрируемые упражнения и игры	0-1	10
			- терминологическая грамотность описания всех представленных упражнений	0-1	
			- упражнения подобраны целесообразно в соответствии с возрастом	0-1	
			- произведен рациональный выбор спортивного инвентаря и оборудования	0-1	
			- содержание учебно-тренировочного занятия и виды упражнений, соответствует специфике спорта	0-1	
			- последовательность выполнения упражнений соответствует методике обучения	0-1	
			- полнота и методическая грамотность записей в разделе «Организационно-методические указания»	0-1	
			- грамотность составления задач учебно-	0-1	

			тренировочного занятия		
			- заполнены все колонки шаблона	0-1	
			- подобрана дозировка представленных упражнений	0-1	
2.	Практическая часть. Проведение комплекса упражнений по избранному виду спорта	10 мин демонстрация и 5 мин подготовка площадки	- проявление личностных качеств: культура речи, эмоциональность, стиль подачи информации	0-1	10
			- качественная демонстрация упражнений	0-1	
			- подготовка и уборка места проведения	0-1	
			- владение содержанием, целесообразность и своевременность методических указаний к выполняемым упражнениям	0-1	
			- рациональность использования площади спортивного зала, размещения выбранного оборудования, инвентаря	0-1	
			- присутствует музыкальное сопровождение	0-1	
			- объяснение правил техники безопасности	0-1	
			- оригинальность используемых упражнений при проведении фрагмента занятия	0-1	
			- соблюдение временного регламента во время выполнения комплекса упражнений	0-1	

			- взаимодействие с волонтерами при проведении занятия	0-1	
Максимальное время выполнения двух частей		75 мин	Максимальное количество баллов за две части		20

Специфика заданий теоретической части квалификационного экзамена

Теоретическая часть квалификационного экзамена состоит из выполнения одного комплексного практико-ориентированного задания с открытым развёрнутым ответом. Предлагается выбрать один вид спорта из перечня, утверждённого квалификационной комиссией (не менее трёх вариантов), и на его основе разработать письменный комплекс упражнений. Максимальное количество баллов за выполнение теоретической части - 10. Время выполнения теоретического этапа – 60 минут. Работа выполняется на стандартном листе бумаги от руки и по окончании времени сдаётся. Проверка правильности происходит при изучении письменного ответа обучающегося.

Варианты заданий теоретической части

Вариант 1.

Теоретическая часть: Составление комплекса упражнений по волейболу

Порядок выполнения работы:

- разработать комплекс упражнений для волейбола в соответствии с заданным шаблоном;

- определить дозировку упражнений;

- подобрать инвентарь для проведения фрагмента занятия по волейболу;

- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;

- по истечению 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.

Практическая часть: Проведение комплекса упражнений по волейболу

Порядок выполнения работы:

- демонстрация комплекса упражнений из волейбола на основе разработанного плана.

Вариант 2.

Теоретическая часть: Составление комплекса упражнений по баскетболу

Порядок выполнения работы:

- разработать комплекс упражнений для баскетбола в соответствии с заданным шаблоном;

- определить дозировку упражнений;

- подобрать инвентарь для проведения фрагмента занятия по баскетболу;

- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;

- по истечению 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.

Практическая часть: Проведение комплекса упражнений по баскетболу

Порядок выполнения работы:

- демонстрация комплекса упражнений из баскетбола на основе разработанного плана.

Вариант 3.

Теоретическая часть: Составление комплекса упражнений по футболу

Порядок выполнения работ:

- разработать комплекс упражнений для футбола в соответствии с заданным шаблоном;

- определить дозировку упражнений;

- подобрать инвентарь для проведения фрагмента занятия по футболу;

- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;

- по истечению 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.

Практическая часть: Проведение комплекса упражнений по футболу

Порядок выполнения работ:

- демонстрация комплекса упражнений из футбола на основе разработанного плана.

Вариант 4.

Теоретическая часть: Составление комплекса упражнений по единоборствам.

Порядок выполнения работ:

- разработать комплекс упражнений для единоборств в соответствии с заданным шаблоном;

- определить дозировку упражнений;

- подобрать инвентарь для проведения фрагмента занятия по единоборствам;

- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;

- по истечению 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.

Практическая часть: Проведение комплекса упражнений по единоборствам.

Порядок выполнения работ:

- демонстрация комплекса упражнений из единоборств на основе разработанного плана.

Вариант 3.

Теоретическая часть: Составление комплекса упражнений по фитнес аэробике.

Порядок выполнения работ:

- разработать комплекс упражнений для фитнес аэробики в соответствии с заданным шаблоном;

- определить дозировку упражнений;

- подобрать инвентарь для проведения фрагмента занятия по фитнес аэробике;

- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;

- по истечению 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.

Практическая часть: Проведение комплекса упражнений по фитнес аэробике

Порядок выполнения работ:

- демонстрация комплекса упражнений из фитнес аэробики на основе разработанного плана.

Специфика заданий практической части квалификационного экзамена

Место выполнения практической части: задание выполняется очно, непосредственно в спортивном зале, задание проводится на 2-х волонтерах.

Практическая часть квалификационного экзамена представляет собой проведение обучающимся комплекса упражнений, разработанного им в ходе теоретического этапа. На подготовку к проведению непосредственно перед выходом на площадку отводится не более 5 минут на её подготовку. На проведение самого комплекса упражнений отводится 10 минут. Максимальное количество баллов за выполнение практической части - 10. Время выполнения этапа – 15 минут.

Условия выполнения заданий

При проведении запрещается:

- *Иметь колющие и режущие предметы;*
- *Иметь украшения на руках, ногах, шее;*
- *Выполнять физические упражнения без команды преподавателя;*
- *Выполнять физические упражнения без разминки.*

Обучающийся обязан:

- *соблюдать требования охраны труда;*
- *выполнять задание строго в соответствии с технологической картой для выполнения задания;*
- *быть в спортивной одежде и обуви;*
- *уведомить преподавателя при плохом самочувствии.*

В случае медицинских показаний состояния, экзаменуемого или технических неисправностей оборудования возможны перерывы с остановкой таймера.

4. Оценка результатов квалификационного экзамена

Оценочная ведомость

№ п/п	Название задания	Критерий	Баллы (max)	
1.	Теоретическая часть. Разработка комплекса упражнений по избранному виду спорта	- описаны все демонстрируемые упражнения и игры	0-1	
		- терминологическая грамотность описания всех представленных упражнений	0-1	
		- упражнения подобраны целесообразно в соответствии с возрастом	0-1	
		- произведен рациональный выбор спортивного инвентаря и оборудования	0-1	
		- содержание учебно-тренировочного занятия и виды упражнений, соответствует специфике спорта	0-1	
		- последовательность выполнения упражнений соответствует методике обучения	0-1	
		- полнота и методическая грамотность записей в разделе «Организационно-методические указания»	0-1	
		- грамотность составления задач учебно-тренировочного занятия	0-1	
		- заполнены все колонки шаблона	0-1	
		- подобрана дозировка представленных упражнений	0-1	
2.	Практическая часть. Проведение комплекса упражнений по избранному виду спорта	- проявление личностных качеств: культура речи, эмоциональность, стиль подачи информации	0-1	
		- качественная демонстрация упражнений	0-1	
		- подготовка и уборка места проведения	0-1	
		- владение содержанием, целесообразность и своевременность методических указаний к выполняемым упражнениям	0-1	

		- рациональность использования площади спортивного зала, размещения выбранного оборудования, инвентаря	0-1	
		- присутствует музыкальное сопровождение	0-1	
		- объяснение правил техники безопасности	0-1	
		- оригинальность используемых упражнений при проведении фрагмента занятия	0-1	
		- соблюдение временного регламента во время выполнения комплекса упражнений	0-1	
		- взаимодействие с волонтерами при проведении занятия	0-1	
Итого количество баллов				

Оценка выполнения этапов квалификационного экзамена определяется: суммированием баллов за выполнение заданий, 0 баллов критерий не выполнен, 1 балл критерий выполнен.

Положительное решение о сдаче экзаменуемым КЭ принимается при достижении всех ниже перечисленных условий:

- получение не менее 4 баллов из 10 возможных при прохождении теоретического этапа;
- получение не менее 4 баллов из 10 возможных при прохождении практического этапа.

Таблица перевода баллов

Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»
Отношение полученного количества баллов к максимально возможному	0 – 7	8-15	16–17	18-20

5. Требования к материально-техническому обеспечению выполнения заданий квалификационного экзамена:

Помещения, в которых будет проводиться квалификационный экзамен должно соответствовать нормам СП 2.4.3648-20, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 и СанПиН 1.2.3685-21, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2.

Помещение, в котором будет проводиться квалификационный экзамен, должно содержать персональное рабочее место члена экспертной группы (по числу членов).

При проведении квалификационного экзамена экзаменуемому должно быть предоставлено одно отдельное рабочее место.

6. Требования к кадровому обеспечению

Для оценки результатов выполнения заданий квалификационного экзамена приглашаются эксперты. Эксперты квалификационного экзамена входят в состав экспертной группы, из числа которой выбирается председатель.

Расчет количества экспертов производится из количества рабочих мест и участников.

Состав экспертной группы при проведении квалификационного экзамена – не менее 3 человек (включая председателя).

При формировании состава экспертной группы учитывается одно из условий: наличие у эксперта профильного профессионального образования, опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере, опыт преподавания по соответствующей профессии рабочего/должности служащего.

7. Требования безопасности

Непосредственно перед экзаменом все участники должны пройти инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности при нахождении в помещении, после чего подписать соответствующий документ об ознакомлении с ними.

Содержание инструкций разрабатывается и утверждается организатором в соответствии с действующими на территории Российской Федерации нормативными актами.

8. Перечень документов, использованных при подготовке комплекта оценочных средств

Профессиональный стандарт и/или ЕТКС №5080, раздел «Физическая культура и спорт».

9. Перечень оборудования

№ п/п	Наименование	Технические характеристики
1.	Фишки для футбола	материал пластик, d = 19 см, h = 5см
2.	Мат гимнастический	1м * 2м * 0,1м
3.	Мяч баскетбольный	d = 7", вес - 500 г
4.	Мяч волейбольный	размер 5, длина окружности 65-67 см, вес 260-280 г
5.	Мяч футзальный	окружность от 57,5 до 59,5 см
6.	Обруч	Диаметр - 90 см
7.	Гимнастическая палка	100 см
8.	Скакалка	до 3 м (275 см)
9.	Гимнастический коврик	размер: 140 x 60 x 0,6 см.
10.	Гимнастическая скамейка	3,5 м
11.	Степ-платформа	высота платформы: 10 см, 15 см, примерный размер: 68x28x10 см

		Максимальный вес пользователя 110 кг
12.	Гимнастический мяч (фитбол)	Диаметр 65-75 см
13.	Теннисный мяч	d = 6 см
14.	Медицинский мяч	1 кг
15.	Полусфера гимнастическая bosu	Диаметр от 24 до 63 см, max вес от 100 до 130 кг
16.	Бодибар 4 кг	Длина 120 см длина, неразборный; 3,8 см диаметр; материал: сталь, на краях пластиковые наконечники
17.	Координационная лестница	Длина 6 м. Материал перекладины: ABS пластик; Материал соединяющей ленты: синтетическая ткань
18.	Барьер	Плавная регулировка высоты; высота: 700 мм; длина: 600 мм; ширина: 650 мм
19.	Передвижная корзина для мячей (на колесах)	Вместимость - 25-30 мячей, минимальные размеры: длина и ширина 67 см, глубина 45 см, высота 103 см / Вместимость - 6 мячей, материал - полиэстер
20.	Аквабэг	Спортивный снаряд с постоянно меняющимся центром тяжести, массой до 25 кг. Предназначен для усложнения и увеличения эффективности выполняемых упражнений, как силовых, так и плиометрических и статических. Состав: ПВХ с нейлоновыми ручьятками.

ОБРАЗЕЦ ЗАДАНИЯ

Задания квалификационного экзамена

по должности служащего

Инструктор по спорту

Описание работы при выполнении заданий квалификационного экзамена.

В предлагаемом Вам задании необходимо выполнить следующие задачи:

- выбрать вид спорта для составления комплекса упражнений;
- разработать комплекс упражнений с учетом специфики вида спорта в соответствии с заданным шаблоном;
- определить дозировку упражнений;
- подобрать инвентарь для проведения комплекса с учетом специфики вида спорта;
- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;
- отрепетировать комплекс упражнений;
- до истечения 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений;
- подобрать музыкальное сопровождение
- продемонстрировать комплекс упражнений с учетом специфики вида спорта.

Задание 1. Разработка комплекса упражнений по избранному виду спорта (футбол, волейбол, баскетбол, фитнес-аэробика, единоборства).

Алгоритм:

- разработать комплекс упражнений с учетом специфики вида спорта в соответствии с заданным шаблоном;
- определить дозировку упражнений;
- подобрать инвентарь и расставить его для проведения комплекса с учетом специфики вида спорта;
- описать организационно-методические указания для каждого упражнения;
- отрепетировать комплекс упражнений;
- подобрать и включить музыкальное сопровождение во фрагмент проведения
- до истечения 60 минут сдать шаблон с комплексом упражнений.
- продемонстрировать комплекс упражнений с учетом специфики вида спорта в течении 10 мин.

Шаблон. Комплекс упражнений по избранному виду спорта

Ф.И.О.:

Вид спорта: _____

Задачи тренировочного занятия:

1) _____

2) _____

3) _____

Инвентарь **и** **оборудование:**

Содержание занятия (упражнение + игра)	Дозировка (кол-во раз, кол-во повторов, мин, сек)	Организационно-методические указания

Задание 2. Проведение комплекса упражнений по избранному виду спорта
- продемонстрировать комплекс упражнений с учетом специфики вида спорта на
основе разработанного плана в течении 10 минут.

Лимит времени на подготовку площадки (места проведения): 5 минут.