

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Экономический факультет



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.ДВ.11.02 ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ЦИКЛИЧЕСКИМ ВИДАМ СПОРТА

Направление подготовки 38.03.02 Менеджмент

Направленность (профиль) Финансовый менеджмент

Квалификация (степень) выпускника Бакалавр

Программа подготовки Прикладной бакалавриат

Форма обучения Очная, заочная

Кафедра Общественных наук

Красноярск 2017

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденного приказом Минобрнауки России от 12.01.2016 № 7.

Рабочую программу составил:

Доцент каф. общественных наук  
(должность, кафедра, ученая степень, ученое звание)

  
(подпись)

Н.М. Подоляк  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры-разработчика

Общественных наук

Протокол № 19 от «18» 05 2017 г.

Заведующий кафедрой Общественных наук

  
(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры

Менеджмента

Протокол от «18» 05 2017 г. № 09

Заведующий кафедрой Менеджмента

  
(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена научно-методическим советом направления (факультета) 38.03.02 Менеджмент

Протокол от «26» 05 2017 г. № 04

Председатель НМС к.э.н. доцент  
(ученая степень, ученое звание)

  
(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)

## Введение

В АНО ВО СИБУП «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности.

Свои образовательные и развивающие функции наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные общедидактические принципы: сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности.

Именно этими принципами пронизано все содержание учебной программы для вузов по учебной дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта», которая тесно связана не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

Все это в целом находит свое отражение в психофизической надежности будущего специалиста, в необходимом уровне и устойчивости его профессиональной работоспособности.

### 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств циклических видов спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- раскрыть роль циклических видов спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- дать обучающимся знание научно-биологических и практических основ циклических видов спорта и здорового образа жизни;
- сформировать мотивационно-ценностное отношение к циклическим видам спорта, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- сформировать систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности в физической культуре.

### 2. Результаты обучения по дисциплине

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ бакалавриата, определенными федеральным государственным образовательным стандартам высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент, в результате освоения дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» у обучающихся должна быть сформирована следующая общекультурная компетенция (ОК-8):

Показатели сформированности компетенций.

Код компетенции	Наименование компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
1	2	3

Общекультурные компетенции		
ОК-7	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p><b>Знать:</b> понимать роль физической культуры и спорта в жизни человека; знать основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p><b>Владеть:</b> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).</p>

### 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» относится к вариативной части (дисциплин по выбору) Блока 1 «Дисциплины (модули)» структуры основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент очной и заочной форм обучения программы бакалавриата. Индекс дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» Б1.В.ДВ.11.02.

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» реализуется на кафедре общественных наук на первом курсе в первом и во втором семестрах, на втором курсе в третьем и четвертом семестрах и на третьем курсе в пятом семестре – очная форма обучения; на втором курсе во четвертом семестре – заочная форма обучения.

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» относится к реализации программы воспитания по направлению физическое направление.

Главной целью элективной дисциплины по циклическим видам спорта в реализации воспитательной программы в институте является формирование у обучающихся понимание социальной роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» в реализации воспитательной программы:

- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к циклическим видам спорта, установки на здоровый стиль жизни;
- развить интерес к физическому самосовершенствованию и самовоспитанию, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются: знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, уметь с помощью системы практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, владение опытом физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» в системе высшего образования неразрывно связана с физической культурой и спортом, философией, социологией, безопасностью жизнедеятельности и др.

### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Элективная дисциплина по циклически видам спорта» составляет 328 академических часов.

4. 1. Объем дисциплины по видам учебной работы (очная и очно-заочная формы обучения).

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 1		Курс 2		Курс 3
		Семестр 1	Семестр 2	Семестр 3	Семестр 4	Семестр 5
1	2	3	4	5	6	7
Общая трудоемкость дисциплины	328	72	72	72	72	40
Контактная работа с преподавателем Всего:						
В том числе аудиторные занятия: занятия лекционного типа/из них в форме практической подготовки						
занятия семинарского типа/из них в форме практической подготовки						
занятия практического типа/из них в форме практической подготовки	328	72	72	72	72	40
Контактная работа при проведении промежуточной аттестации (зачет)						
Самостоятельная работа. Всего:						
другие виды самостоятельной работы						
Вид промежуточного контроля (зачет):			зачет		зачет	зачет

Объем дисциплины по видам учебной работы (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 2
		Семестр 4 (з.е./час.)
Общая трудоемкость дисциплины	328	328
Контактная работа с преподавателем Всего:	8,2	8,2
В том числе аудиторные занятия: занятия лекционного типа/из них в форме практической подготовки	8	8
занятия семинарского типа/из них в форме практической подготовки		
занятия практического типа/из них в форме практической подготовки		
Контактная работа при проведении промежуточной аттестации (зачет)	0,2	0,2
Самостоятельная работа. Всего:	316	316
другие виды самостоятельной работы	316	316
Вид промежуточного контроля (зачет):	3,8	3,8

4.2. Тематический план изучения дисциплины (очная форма обучения):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (краткое описание)	Тема раздела дисциплины (краткое содержание)	Коды компете ний	Всего часов	Контактная работа с преподавателем, час.			Самост оательн ая работа, час.
					лекц ии	прак тиче ские	лабор аторн ые	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Легкая атлетика	1. Занятия, направленные на обеспечение необходимой двигательной активности. 2. Занятия с использованием упражнений по формированию физического качества: быстрота. 3. Занятия с использованием циклических упражнения дозированной нагрузкой по ЧСС для тренировки физического качества: выносливость.	ОК-8	128		128		
2.	Общефизическая подготовка (ОФП). Гимнастика	1.Занятия направленные на обеспечение необходимой двигательной активности. 2. Занятия с использованием комплексов упражнений для тренировки физического качества: сила. 3.Занятия с использованием комплексов упражнений для тренировки. физического качества: гибкость.	ОК-8	148		148		
3	Лыжная подготовка	1. Занятия направленные на обеспечение необходимой двигательной активности. 2. Занятия с использованием упражнений по формированию физического качества: быстрота. 3. Занятия с использованием циклических упражнения дозированной нагрузкой по ЧСС для тренировки физического качества: выносливость.	ОК-8	52		52		
Итого часов:				328		328		

Тематический план изучения дисциплины (заочная форма обучения):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тема раздела дисциплины (краткое содержание)	Коды компете ний	Всего часов	Контактная работа с преподавателем, час.			Самост оательн ая
					лекц	прак	лабор	

	(краткое описание)				ии	тиче ские	аторн ые	работа, час.
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Цель и задачи физического воспитания. Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры. Социальная роль, функции физической культуры и спорта. Физическая культура личности студента. Программно-нормативные основы учебной дисциплины, организация учебной работы. Учебные занятия как обязательная и основная форма физической культуры. Форма итогового контроля Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.	ОК-8	82	2			80
2.	Социально биологические основы физической культуры	Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система. Основные анатомо-морфологические понятия. Опорно-двигательный аппарат. Кровь. Кровеносная система. Дыхательная система. Нервная система. Эндокринная и сенсорная системы. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм.	ОК-8	80	2			78
3	Студенту о беге	Программа тренировки. Техника бега, дыхание. Предупреждение травм. Самоконтроль и гигиена.	ОК-8	76	2			74

4	Основы здорового образа жизни студентов	Здоровье человека как ценность, компоненты здоровья. Факторы, определяющие здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. Физическое самовоспитание и самосовершенствование — необходимое условие здорового образа жизни.	ОК-8	86	2			84
Итого часов:				324	8			316

4.2.1. Лекции (очная форма обучения) учебным планом не предусмотрены.

Тематический план лекций (заочная форма обучения) представлен в таблице:

№ п/п	Раздел дисциплины	Тема лекции (краткое содержание)	Формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции	Формы образовательных технологий, применяемых на занятиях
1	2	3	4	5
	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Цель и задачи физического воспитания. Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры. Социальная роль, функции физической культуры и спорта. Физическая культура личности студента. Программно-нормативные основы учебной дисциплины, организация учебной работы. Учебные занятия как обязательная и основная форма физической культуры. Форма итогового контроля Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.	Формирование конспекта лекций	Лекция
	Социально биологические основы физической культуры	Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система. Основные анатомо-морфологические понятия. Опорно-двигательный аппарат. Кровь. Кровеносная система.	Формирование конспекта лекций	Лекция



		Дыхательная система. Нервная система. Эндокринная и сенсорная системы. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм.		
	Студенту о беге	Программа тренировки. Техника бега, дыхание. Предупреждение травм. Самоконтроль и гигиена.	Формирование конспекта лекций	Лекция
	Основы здорового образа жизни студентов	Здоровье человека как ценность, компоненты здоровья. Факторы, определяющие здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. Физическое самовоспитание и самосовершенствование — необходимое условие здорового образа жизни.	Формирование конспекта лекций	Лекция

4.2. Тематический план практических занятий (очная форма обучения) представлен в таблице:

№ п/п	Раздел дисциплины	Тема практического занятия (краткое содержание)	Формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции	Формы образовательных технологий, применяемых на занятиях
1	2	3	4	5
1.	Легкая атлетика	Освоение и совершенствование бега на короткие дистанции. Освоение и совершенствование техники низкого старта. Освоение и совершенствование техники стартового разгона. Освоение и совершенствование техники бега по дистанции Освоение и совершенствование техники движения рук при беге. Основы техники прыжка в длину.	Инструктаж по технике безопасности. Метод овладения двигательным умением, с применением рассказа, указаний, команд и фронтального метода	Учебно тренировочное занятие с применением групповой технологии
2	Общефизиче	Строевая подготовка.	Метод овладения	Учебно

	ская подготовка (ОФП). Гимнастика	Общеразвивающие упражнения. Формирования физических качеств: силы, гибкости.	двигательным умением, по фронтальной методе с применением указаний и команд	тренировочное занятие с применением групповой технологии
		Освоение и совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.		
		Обучение и совершенствование техники владения гимнастическими предметами.		
		Обучение и совершенствование техники вольных упражнений.		
3	Лыжная подготовка	Выполнений строевых упражнений для лыжников.	Метод овладения двигательным умением, по фронтальной методе с применением указаний и команд	Учебно тренировочное занятие с применением групповой технологии
		Освоение и совершенствование техники выполнения стойки лыжника.		
		Освоение и совершенствование техники выполнения лыжных ходов.		
		Освоение и совершенствование техники выполнения спусков.		
		Освоение и совершенствование техники выполнения подъема.		

Циклическая подготовка. Учебно-тренировочные занятия - 328 час.

#### ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (28 час.)

##### Занятие № 1-2

1. Разминка.
2. Обучение технике низкого старта и стартового ускорения в беге на короткие дистанции.
3. Подвижные игры «Успей пробежать», «Групповые перебежки»

##### Занятие № 3-4

1. Разминка.
2. Совершенствование элементов низкого старта, бега в медленном и быстром темпе
3. Воспитание скоростно-силовых способностей

##### Занятие № 5-6

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование перехода от стартового разгона к бегу по дистанции.

### 3. Развитие силы

#### **Занятие № 7-8**

1. Разминка.
2. Совершенствование стартового разгона
3. Тестирование: прыжок в длину с места.

#### **Занятие № 9-10**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники движения рук в беге
3. Развитие быстроты

#### **Занятие № 11-12**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование бега с разной частотой шага
3. Общая физическая подготовка (далее ОФП)

#### **Занятие № 13-14**

1. Разминка.
2. Совершенствование техники старта и стартового ускорения в беге на 100 м
3. ОФП

#### **Занятие № 15-16**

1. Разминка.
2. Совершенствование бега с низкого старта 20-25 м (40-50 м) с переходом на бег по инерции
3. Развитие гибкости

#### **Занятие № 17-18**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники специальных беговых упражнений
3. Тестирование: бег 100 м.

#### **Занятие № 19-20**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники высокого старта, специальных беговых упражнений
3. «Эстафеты по кругу»

#### **Занятие № 21-22**

1. Разминка.
2. Совершенствование техники старта и стартового разгона.
3. Развитие выносливости.

#### **Занятие № 23-24**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники специально-беговых упражнений. Бег по дистанции (2000 м)
3. ОФП

#### **Занятие № 25-26**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники финиширования.
3. Бег по дистанции (2000 м)

#### **Занятие № 27-28**

1. Разминка.
2. Подвижные игры «Кто быстрее возьмет мяч из круга», «Успей пробежать»
3. Развитие выносливости

### **Занятие № 29-30**

1. Разминка.
2. Совершенствование навыков в технике перехода от стартового разгона к бегу по дистанции.
3. Подвижные игры «Не дай себя обогнать», «Последняя пара – беги»

### **Занятие № 31-32**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники бега по дистанции
3. ОФП

### **Занятие № 33-34**

1. Разминка.
2. Бег по дистанции (800м., 1000м.)
3. Подвижные игры «Бегуны и пятнашки», «Успей пробежать»,

### **Занятие № 35-36**

1. Разминка.
2. Бег по дистанции (1000 м., 2000м.)
3. Развитие гибкости

### **Занятие № 37-38**

1. Разминка.
2. Развитие выносливости
3. Подвижные игры

### **Занятие № 39-40**

1. Разминка.
2. Тестирование: бег 2000 м., 3000м.

### **Занятие № 41-42**

1. Разминка
2. ОФП
3. Подвижные игры «За мной! – Убегай», «Простые пятнашки»

### **Занятие № 43-44**

1. Разминка.
2. Освоение и совершенствование техники специальных прыжковых упражнений
3. ОФП

### **Занятие №45-46**

1. Разминка
2. Освоение и совершенствование техники отталкивания и приземления в прыжке в длину с места
3. Подвижные игры «Ванька-встанька», «Догони»

### **Занятие № 47-48**

1. Разминка
2. Тестирование: прыжок в длину с места
3. Подвижные игры

### **Занятие № 49-50**

1. Разминка
2. Совершенствование техники бега на различных отрезках
3. Развитие ловкости

### **Занятие № 51-52**

1. Разминка
2. Совершенствование техники бега в переменном темпе

### 3. ОФП

#### **Занятие № 53-54**

1. Разминка
2. Совершенствование беговых упражнений
3. Развитие силы

#### **Занятие № 55-56**

1. Разминка
2. Совершенствование техники специальных беговых упражнений
3. Игра в футбол

#### **Занятие № 57-58**

1. Разминка
2. Совершенствование техники специальных прыжковых упражнений
3. ОФП

#### **Занятие № 59-60**

1. Разминка
2. Совершенствование техники специальных прыжковых упражнений
3. Подвижная игра «Кто дальше на одной ноге»

#### **Занятие № 61-62**

- 1 Разминка
2. Совершенствование техники специальных беговых упражнений
3. Подвижные игры «Пятнашки», «Чехарда парами»

#### **Занятие № 63-64**

- 1 Разминка
2. Совершенствование техники специальных беговых упражнений
3. ОФП

### ОФП. ГИМНАСТИКА (148час.)

#### **Занятие № 1-3**

1. Совершенствование техники строевых приемов: команды и распоряжения.
2. Общеразвивающие упражнения, общеразвивающие упражнения в движении.
3. Эстафеты

#### **Занятие № 4-5**

1. Совершенствование техники строевых приемов. Построение и перестроение.
2. Общеразвивающие упражнения в парах.
3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 6-7**

1. Совершенствование техники строевых приемов. Построение и перестроение.
2. Общеразвивающие упражнения в движении, общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические палки)
3. Подвижные игры.

#### **Занятие № 8-9**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические палки).
3. Развитие скоростно-силовых кондиций.

#### **Занятие № 10-11**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч)
3. Развитие скоростно-силовых кондиций

### **Занятие № 12**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч)
3. Развитие быстроты.

### **Занятие № 13-14**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка)
3. Развитие быстроты.

### **Занятие № 15**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка)
3. Развитие гибкости.

### **Занятие № 16-17**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения на сопротивления.
3. Развитие гибкости.

### **Занятие № 18**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения на сопротивления.
3. Развитие силовых кондиций.

### **Занятие № 19-20**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с гимнастической скамейкой.
3. Развитие силовых кондиций.

### **Занятие № 21**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения с гимнастической скамейкой.
3. Развитие гибкости.

### **Занятие № 22-23**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения в парах.
3. Развитие гибкости.

### **Занятие № 24**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения в парах.
3. Развитие быстроты.

### **Занятие № 25-26**

1. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения в движении.
2. Развитие быстроты.
3. Эстафеты.

### **Занятие № 27-28**

1. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения в движении.
2. Развитие силовых качеств.
3. Подвижные игры.

### **Занятие № 29-30**

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Общеразвивающие упражнения в кругу.

3. Обучение техники выполнения стойки на лопатках в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 31-32**

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Общеразвивающие упражнения в кругу.
3. Совершенствование техники выполнения стойки на лопатках в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 33-34**

1. Общеразвивающие упражнения в движении.
2. Общеразвивающие упражнения на гимнастической (шведской) стенке.
3. Совершенствование техники выполнения стойки на лопатках в вольных упражнениях

#### **Занятие № 35**

1. Общеразвивающие упражнения в движении.
2. Общеразвивающие упражнения на гимнастической (шведской) стенке.
3. Обучение техники выполнения равновесия в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 36-37**

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Совершенствование техники выполнения равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 38**

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Совершенствование техники выполнения равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 39-40**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (Гимнастические палки).
2. Обучение техники выполнения положения «лодочки» на животе в вольных упражнениях.
3. Развитие координации.

#### **Занятие № 41**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (Гимнастические палки).
2. Обучение техники выполнения положения «лодочка» на животе в вольных упражнениях.
3. Развитие координации.

#### **Занятие № 42-43**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч).
2. Совершенствование техники выполнения положения «лодочка» на животе в вольных упражнениях.
3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 44**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч).
2. Совершенствование техники выполнения положения «лодочка» на животе в вольных упражнениях.
3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 45-46**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка)
2. Обучение техники выполнения положения «лодочка» на спине в вольных упражнениях.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 47**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка)

2. Совершенствование техники выполнения положения «лодочка» на спине ввольных упражнениях.

3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 48-49**

1. Общеразвивающие упражнения на сопротивления.

2. Совершенствование техники выполнения положения «лодочка» на спине ввольных упражнениях.

3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 50-51**

1. Общеразвивающие упражнения на сопротивления.

2. Совершенствование техники строевых приемов.

3. Развитие скоростно-силовых кондиций.

#### **Занятие № 52-53**

1. Общеразвивающие упражнения в кругу.

2. Совершенствование техники выполнения стойки на лопатках, равновесия ввольных упражнениях.

3. Развитие скоростно-силовых кондиций.

#### **Занятие № 54**

1. Общеразвивающие упражнения в кругу.

2. Совершенствование техники выполнения стойки на лопатках, равновесия ввольных упражнениях.

3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 55-56**

1. Общеразвивающие упражнения в движении.

2. Обучение техники выполнения переката назад в группировке в вольных упражнениях.

3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 57-58**

1. Общеразвивающие упражнения в движении.

2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке ввольных упражнениях.

3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 59-60**

1. Общеразвивающие упражнения в парах.

2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, равновесия в вольных упражнениях.

3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 61**

1. Общеразвивающие упражнения в парах.

2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, равновесия в вольных упражнениях.

3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 62**

1. Общеразвивающие упражнения.

2. Общеразвивающие упражнения на гимнастической (шведской) стенке.

3. Обучение техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 63**

1. Общеразвивающие упражнения.

2. Общеразвивающие упражнения на гимнастической (шведской) стенке.



3. Обучение техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 64**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические палки).
2. Обучение техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.
3. Развитие координационных кондиций.

#### **Занятие № 65**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические палки).
2. Обучение техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.
3. Развитие координационных кондиций.

#### **Занятие № 66**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч).
2. Совершенствование техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.
3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 65**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (обруч).
2. Совершенствование техники выполнения шпагата в вольных упражнениях.
3. Развитие гибкости.

#### **Занятие № 66**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка).
2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, шпагат, равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 67**

1. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка).
2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировки, стойки на лопатках, шпагат, равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие быстроты.

#### **Занятие № 68**

1. Общеразвивающие упражнения на сопротивление.
2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, шпагат, сед углом, равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 69**

1. Общеразвивающие упражнения на сопротивление.
2. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, шпагат, сед углом, сед, наклон вперед, сед ноги врозь, наклон вперед, равновесия в вольных упражнениях.
3. Развитие силовых кондиций.

#### **Занятие № 70**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения в кругу.
3. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках, шпагат, сед углом, сед, наклон вперед, сед ноги врозь, наклон вперед, равновесия в вольных упражнениях

#### **Занятие № 71**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Общеразвивающие упражнения в кругу.
3. Совершенствование техники выполнения переката назад в группировке, стойки на лопатках,

шпагат, сед углом, сед, наклон вперед, сед ноги врозь, наклон вперед, равновесия в вольных упражнениях.

#### **Занятие № 72**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Контрольное выполнение вольных упражнений.

#### **Занятие № 73-74**

1. Совершенствование техники строевых приемов.
2. Контрольное выполнение вольных упражнений.

### **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА.(52 час.)**

#### **Занятие № 1-2**

1. Строевые упражнения на лыжах
2. Совершенствование техники стойки лыжника.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 3-4**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники классических ходов (попеременные ходы).
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 5-6**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники классических ходов (попеременные ходы).
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 7-8**

1. Строевые упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники классических ходов (одновременных ходов)
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 9-10**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники классических ходов (одновременных ходов)
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 11-12**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники подъемов.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 13-14**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники подъемов.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 15-16**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники спусков.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 17-18**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники спусков.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 19-20**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.

2. Совершенствование техники торможения.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 21-22**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники торможения.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 23**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники поворота.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 24**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники поворота.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 25**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники коньковых ходов.
3. Прохождение дистанции.

#### **Занятие № 26**

1. Общеразвивающие упражнения на лыжах.
2. Совершенствование техники коньковых ходов.
3. Прохождение дистанции.

Практические занятия (заочная форма обучения) учебным планом не предусмотрены.

4.2.3. Лабораторные работы по дисциплине не предусмотрены.

4.2.4. Занятия в форме практической подготовки по дисциплине не предусмотрены.

4.2.5. Самостоятельная работа обучающихся очной формы не предусмотрена.

Тематический план самостоятельной работы обучающихся представлен в таблице (заочная форма обучения):

Раздел дисциплины	Вид СРС	Трудоемкость часов
1	2	3
Теоретический раздел		176
Двигательная активность и здоровье. Физические критерии здоровья.	Дать оценку своему здоровью с помощью физических критериев. Определить показатели МПК.	20
Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	Определять работоспособность и влияние на нее различных факторов. Дать психофизиологическую характеристику умственной деятельности. Подобрать физические упражнения в течение учебного дня для поддержания работоспособности.	20

Педагогические основы физического воспитания.	Самостоятельное изучение принципов физического воспитания, основных и вспомогательных средства физической культуры, методов обучения технике двигательного действия, методы тренировки.	20
Влияние оздоровительной физической культуры на организм	Составление план оздоровительной тренировки с учетом интенсивности, величины и типа нагрузки.	22
Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Определение функциональных проб для оценки деятельности дыхательной системы или функционального состояния. Работа над тестами по оценке своих физических качеств.	22
Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	Самостоятельное изучение отличия спорта от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый спорт, спорт высших достижений: понятия, цель, задачи.	20
Основы общей специальной физической подготовки. Спортивная подготовка.	Самостоятельное изучение специальной физической подготовки, структуры отдельного тренировочного занятия, внешние признаки утомления.	20
Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.	Разработка и оформление комплекса производственной гимнастики и профилактики профессиональных заболеваний с учетом своей профессии.	16
Профессиональная – прикладная физическая подготовка.	Самостоятельное изучение понятий: работоспособность, утомление, усталость; простейших методов оценки физической работоспособности и средств физической культуры для их коррекции.	16
Практический раздел		140
Легкоатлетическая подготовка	Самостоятельное освоение и совершенствование техники бега на короткие и длинные дистанции; техник: низкого старта, стартового разгона, бега по дистанции, движения рук при беге.	50
ОФП. Гимнастика.	Самостоятельное формирование физических качеств: силы, гибкости. Освоение и совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений, владения гимнастическими предметами. техники вольных упражнений.	50
Лыжная подготовка	Самостоятельное освоение и совершенствование техники выполнения стойки лыжника, выполнения лыжных ходов, выполнения спусков и подъемов.	40
Итого часов:		316

Самостоятельные занятия студентов выполняются во внеурочное время в домашних условиях. Самостоятельные занятия способствуют воспитанию сознательного отношения студентов к занятиям физической культурой, развитию физических качеств.

Самостоятельная работа студентов организуется с целью развития у них навыков работы с учебной и научной литературой, для систематического изучения курса и для формирования умения самостоятельно приобретать, расширять и углублять знания.

- освоить методико- практический материал;
- закрепить знание теоретического материала, используя необходимый инструментарий практическим путем;

- применить полученные знания и практические навыки для самостоятельного применения и выработки двигательных навыков в избранном виде спорта или физкультурной деятельности.

#### 4.2.6. Тематика рефератов.

Реферативные работы не предусмотрены.

Рефераты пишут студенты по решению кафедры на основании документа (медицинская справка, заключение КЭК (клиника экспертной комиссии) освобождение от физической нагрузки на 6 месяцев или год).

#### 4.2.7. Тематика курсовых работ (проектов).

Курсовые работы по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

#### 4.2.8. Условия реализации учебной дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализации дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий основывается на сочетании контактной работы с преподавателем и самостоятельной работы обучающихся. При использовании дистанционных образовательных технологий обучающийся и преподаватель взаимодействовать в образовательном процессе в следующих формах:

- онлайн – лекционные и практические занятия в объеме часов предусмотренных учебным планом и расписанием проводятся в браузерной видеоконференции Платформа proficonf.com. и ZOOM.

- оффлайн – консультации студентов проводятся в электронной информационно-образовательной среде СИБУП с использованием таких элементов курса как форум или чат, контроль знаний студентов реализуется посредством таких элементов курса как задание, опрос, тест и т.п.

Страницы учебной дисциплины и учебно-методические материалы для обеспечения образовательного процесса доступны: в электронно-библиотечной системе (далее по тексту - ЭБС) института [СИБУП: Электронно-библиотечная система \(sibup.ru\)](http://sibup.ru), в электронной информационно-образовательной среде (далее по тексту – ЭИОС) института [Электронная информационно-образовательная среда \(sibup.ru\)](http://sibup.ru) и на сайте института в разделе «Образование»- [Образование \(sibup.ru\)](http://sibup.ru).

На указанных платформах размещены все разделы дисциплины, лекции, а также виды занятий и формы контрольных мероприятий для обучающихся очной и заочной форм обучения.

### 5. Формы контроля, оценка результатов освоения дисциплины и фонд оценочных средств

При изучении дисциплины обязательным является выполнение следующих организационных требований:

- обязательное посещение всех видов аудиторных занятий;
- активная работа во время занятий;
- регулярная самостоятельная работа обучающегося в соответствии с рабочей программой дисциплины;
- получение дополнительных консультаций по подготовке, оформлению и сдаче отдельных видов заданий, в случае пропусков занятий.

Обучение по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» предусматривает формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

*Текущий контроль успеваемости студентов производится преподавателем в следующих формах:*

- тестирования физической подготовленности;
- контрольные вопросы по теоретическому и методико-практическому разделам.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета.

Перечень компетенций в зависимости от этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы:

Код компетенции/ наименование компетенции	Этап формирования	Наименование дисциплин, практик, ГИА обеспечивающих формирование компетенции
1	2	3
ОК-7 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Начальный	Физическая культура и спорт, Элективная дисциплина по спортивным играм, Элективная дисциплина по циклическим видам спорта, Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, Преддипломная практика, Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты.

Фонд оценочных средств (далее по тексту – ФОС), позволяющих оценить результаты обучения по данной дисциплине, включает в себя (Приложение 4):

- тестирования физической подготовленности;
- контрольные вопросы по теоретическому и методико-практическому разделам;
- подготовка реферата;
- тесты к промежуточному контролю.

Выполнение тестовых заданий, письменных (устных) ответов на контрольные вопросы на положительную оценку является обязательной формой контроля, условием аттестации и зачета.

5.1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций в рамках дисциплины.

5.1.1. Уровни сформированности компетенций представлены в таблице:

№ п\п	Уровни сформиро ванности компетен ций	Оценки сформиро ванности компетенц ий	Общая характеристика сформированнос ти компетенции	Критерии оценивания	Шкала переводов баллов в оценки (количество баллов)
1	2	3	4	5	6
1.	Компетен ция не сформиро вана	Оценка «неудовлет ворительно »	Компетенция недостаточно сформирована. Имеющихся знаний, умений и навыков недостаточно для решения профессиональн ых задач в области профессиональн	Обучающийся не знает основ физической культуры и здорового образа жизни, не понимает роль физической культуры и спорта в жизни человека. Не умеет использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных	Менее 50

			ой деятельности	жизненных и профессиональных целей. Не владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).	
2.	Пороговый (низкий) уровень сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно»/ Зачтено	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям базового уровня. Имеющихся знаний, умений и навыков достаточно для решения профессиональных задач в области профессиональной деятельности	Знает: Обучающийся демонстрирует знания основ физической культуры и здорового образа жизни, понимания роли физической культуры и спорта в жизни человека. Умеет недостаточно использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей. Владеет определенными практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).	От 51 до 70
3.	Базовый (средний) уровень сформированности компетенции	Оценка «хорошо»/ зачтено	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям порогового уровня. Имеющихся знаний, умений	Знает: Обучающийся демонстрирует знания основ физической культуры и здорового образа жизни, понимания роли физической культуры и спорта в жизни человека. Умеет использовать опыт физкультурно-спортивной	От 71 до 84

			и навыков достаточно для решения стандартных профессиональных задач в области профессиональной деятельности	деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей. Владеет практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).	
4	Повышенный (высокий) уровень сформированности компетенции	Оценка «отлично»/зачтено	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям повышенному уровню. Имеющихся знаний, умений и навыков и мотивации в полном объеме достаточно для решения сложных профессиональных задач в области профессиональной деятельности	Знает: Полностью освоено содержание теоретического курса, без пробелов, компетенции полностью сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены. Обучающийся демонстрирует системные знания основ физической культуры и здорового образа жизни, понимает роль физической культуры и спорта в жизни человека. Умеет использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей. Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-	От 85 до 100



				технической подготовке).	
--	--	--	--	--------------------------	--

## **6. Методические материалы по видам занятий для обучающихся по освоению дисциплины**

Методические материалы по освоению дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» направлены на оказание методической помощи обучающимся в выполнении различных видов работ и представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих обучающемуся оптимальным образом организовать аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу.

6.1.1. Методические указания (рекомендации) для самостоятельной работы обучающихся.

Учебно-методические материалы (методические указания для самостоятельной работы обучающихся, методические указания к практическим занятиям, методические указания по выполнению практических заданий для студентов заочной формы обучения и др.) и иные документы, разработанные образовательной организацией для обеспечения образовательного процесса размещены в электронно-библиотечной системе (далее по тексту - ЭБС) института [СИБУП: Электронно-библиотечная система \(sibup.ru\)](http://sibup.ru), в электронной информационно-образовательной среде (далее по тексту – ЭИОС) института [Электронная информационно-образовательная среда \(sibup.ru\)](http://sibup.ru), и на сайте института в разделе «Образование»- [Образование \(sibup.ru\)](http://sibup.ru).

## **7. Обеспечение образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

7.1. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по элективной дисциплине по циклическим видам спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья создаются ФОС, адаптированные с учетом особенностей таких лиц и позволяющие оценить их уровень сформированности компетенций, заявленных в программе.

Форма проведения текущей успеваемости, промежуточной аттестации и для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью библиотекой предоставляется удаленный доступ к ресурсам:

- образовательная платформа Юрайт ([urait.ru](http://urait.ru));
- электронно-библиотечная система znanium.com ([znanium.com](http://znanium.com));
- eLIBRARY.RU – крупнейшая в России электронная библиотека научных публикаций, обладающая богатыми возможностями поиска и получения информации ([НЭБ eLIBRARY.RU](http://eLIBRARY.RU));

- CYBERLENINKA - научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний.

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение Дисциплины**

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины включают в себя:

- перечень основной литературы;
- перечень дополнительной учебной и учебно-методической литературы;
- учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы;
- ресурсы сети интернет;

– информационные справочные системы.

В ходе реализации целей и задач дисциплины обучающиеся могут использовать следующие электронные источники информации: образовательная платформа Юрайт ([urait.ru](http://urait.ru)), электронно-библиотечная система Znanium.com, eLIBRARY.RU – электронная библиотека научных публикаций, CYBERLENINKA – научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), ЭИОС института.

Справка о литературном обеспечении по дисциплине представлена в Приложении 1.

## **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Материально-технические условия полностью соответствуют установленным требованиям ФГОС при реализации рабочей программы. Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения, состав которых определен рабочей программой дисциплины. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к ЭИОС института. Институт обеспечен необходимым комплектом лицензионного: Windows, Microsoft Office, антивирус Dr.Web и свободно распространяемого программного обеспечения: PDF Sumatra PDF, браузер Mozilla Firefox, архиватор 7-zip. Обучающимся обеспечен доступ, в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определен рабочей программой дисциплины и подлежит при необходимости обновлению.

Материально-техническое обеспечение дисциплины представлено в справке о материально-техническом обеспечении и оснащенности образовательного процесса (Приложение 2).

## **10. Приложения к рабочей программы дисциплины**

В приложениях к рабочей программе дисциплины размещаются:

- аннотация рабочей программы дисциплины (Приложение 3);
- учебно-методическое обеспечение по дисциплине (Физическая культура в 2-х кн. курс лекций / Н. А. Щепина, А. С. Третьяков [и др.]. - Красноярск : НОУ ВПО СИБУП, 2012 - Кн.1 : Лекции 1-7. - 238 с. , Физическая культура: в 2-х кн. курс лекций / Н. А. Щепина, А. С. Третьяков [и др.]. - Красноярск : НОУ ВПО СИБУП, 2012 - Кн.2 : Лекции 8-14. - 350 с.).

## **11. Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины**

В рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» основной профессиональной образовательной программы для обучающихся по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент, в установленном порядке внесены изменения и дополнения, осуществляемые в рамках планового ежегодного обновления:

1. Учебные и учебно-методические издания, электронно-образовательные ресурсы, которые отражены в Приложении 1.
2. Информационные справочные системы и профессиональные базы данных отражены в Приложении 1.
3. Материально-техническое обеспечение дисциплины, перечень лицензионного программного обеспечения, которые отражаются в Приложении 2.
4. Фонд оценочных средств (Приложение 4).

## Справка

о литературном обеспечении по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» основной профессиональной образовательной программы высшего образования для обучающихся по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент.

№ п/п	Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/ точек доступа
Перечень основной литературы			
1.	Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 599 с.	ЭБС Юрайт <a href="https://urait.ru/bcode/446683">https://urait.ru/bcode/446683</a> - Режим доступа: по подписке	-
2.	Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 450 с.	ЭБС Юрайт <a href="https://urait.ru/bcode/467588">urait.ru/bcode/467588</a> - Режим доступа: по подписке	-
3.	Каткова, А.М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А.И. Храмцова. - М. : МПГУ, 2018. - 64 с. – <a href="https://new.znanium.com/catalog/product">https://new.znanium.com/catalog/product</a>	ЭБС ZNANIUM.COM <a href="https://new.znanium.com/catalog/product/1020559">https://new.znanium.com/catalog/product/1020559</a> - Режим доступа: по подписке	-
4.	Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента : учебное пособие / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – 2-е изд., перераб. – Москва : Альфа-М : НИЦ ИНФРА-М, 2013.	ЭБС ZNANIUM.COM <a href="https://new.znanium.com/catalog/product/417975">new.znanium.com/catalog/product/417975</a> - Режим доступа: по подписке	-
Перечень дополнительной учебной и учебно-методической литературы			
1.	Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 424 с.	ЭБС Юрайт <a href="https://urait.ru/bcode/449973">https://urait.ru/bcode/449973</a> - Режим доступа: по подписке	-
2.	Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. – Москва : ИНФРА-М, 2020. – 201 с.	ЭБС ZNANIUM.COM <a href="https://new.znanium.com/catalog/product/1087952">https://new.znanium.com/catalog/product/1087952</a> - Режим доступа: по подписке	-
Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы			
1.	Физическая культура в 2-х кн. курс лекций / Н. А. Щепина, А. С. Третьяков [и др.]. - Красноярск : НОУ ВПО СИБУП, 2012 - Кн.1 : Лекции 1-7. - 238 с.	ЭБС АНО ВО СИБУП <a href="https://ibs.sibup.ru/">https://ibs.sibup.ru/</a> -доступ неограниченный	48 Библиотека АНО ВО СИБУП
2.	Физическая культура: в 2-х кн. курс лекций / Н. А. Щепина, А. С. Третьяков [и др.]. -	ЭБС АНО ВО СИБУП <a href="https://ibs.sibup.ru/">https://ibs.sibup.ru/</a>	48 Библиотека



	Красноярск : НОУ ВПО СИБУП, 2012 - Кн.2 : Лекции 8-14. - 350 с.	-доступ неограниченный	АНО ВО СИБУП
Ресурсы сети интернет			
1.	Минобрнауки России : Официальный сайт	Министерство науки и высшего образования РФ (minobrnauki.gov.ru)	-
Информационные справочные системы и профессиональные базы данных			
1.	КонсультантПлюс : справочная правовая система. – Москва : Консультант Плюс, 1992.	доступ из локальной сети института	-
2.	Электронно-библиотечная система Znanium.com	<a href="https://znanium.com/">https://znanium.com/</a>	-
3.	Образовательная платформа Юрайт	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>	-
4.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	<a href="https://www.elibrary.ru/defaultx.asp">https://www.elibrary.ru/d efaultx.asp</a>	-
5.	CYBERLENINKA	<a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>	-
6.	Электронная информационно-образовательная среда	<a href="http://do.sibup.ru/login/in&lt;br/&gt;dex.php">http://do.sibup.ru/login/in dex.php</a>	-

Заведующий кафедрой

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий библиотекой

  
(подпись)

  
(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

Л.П. Силина  
(инициалы, фамилия)

Справка

о материально-техническом обеспечении и оснащенности образовательного процесса по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» основной профессиональной образовательной программы для обучающихся по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент.

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы/наименование специализированной лаборатории	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом(в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
1	2	3	4
1.	Элективные дисциплины по циклическим видам спорта	<p>Спортзал  Мяч баскетбольный- 2шт., мяч волейбольный-2шт., мяч футбольный-2шт., мяч для метания-16шт., палка гимнастическая деревянная-6шт., медболЗС-147-К64-2шт., каремат-1-шт., жгут спортивный резиновый-4шт., комплект для игры в дартс-3шт.,  Свисток спортивный-3шт., рулетка измерительная-1шт., комплект для игры в бадминтон-2шт., конус спортивный-5шт., секундомер РС3830А-2шт., скакалка-20шт., лестница координационная-1шт., набор воланчиков-3шт., беговая дорожка- 1шт.,шведская стенка с оборудованием-1шт., многофункциональный тренажер-1шт., скамья для растяжки-3шт., гриф для штанги-2шт., гантели-4шт., гири-4шт.,велотренажер-1шт., теннисный стол-2шт.,набор для игры в шахматы-3шт.</p> <p>Сведения о помещениях самостоятельной работы студентов</p>	Красноярский край, г. Красноярск, ул. Парковая, 8, пом.7.

		<p>110 Библиотека. Читальный зал          Стол компьютерный - 11шт., стул -11шт., компьютер системный блок -11шт., монитор - 11шт., принтер -1шт. стеложки с учебной литературой – 26шт., газетница - 1шт.</p> <p>Учебное место для инвалидов: стол -1шт., стул -1шт., настольная лупа -1шт., 1 – клавиатура с системой «Брайля» -1шт., колонки D i ALOQW -203 -2 шт.</p> <p>Электронные учебники, словари, энциклопедии, тренинговые и другие программы на DVD - дисках; электронные библиотеки ЭБС Znanium и Юрайт; электронный каталог.</p> <p>Программное обеспечение, Windows 10 Pro 64bit Russian DSP OEI DVD (бессрочно) (OEM версия распространяется вместе с комплектующими).</p> <p>Пакет офисных программ Microsoft Office 2007 Professional (Лицензия Microsoft № 42834298 от 05.10.2007 г. (бессрочно))</p> <p>Система автоматизации библиотек ИРБИС64 (Договор № 49 от 28.12.2019 г.) (подписка обновляется ежегодно) (подписка обновлена 28.02.2023г.)</p> <p>Антивирус Dr. Web (Сублицензионный договор № 528 от 07.03.2019 г., приложение к договору от 28.04.2020 г. (срок действия ключа до 10.04.2022 г.)) (ключ обновляется ежегодно)</p>	
--	--	--	--

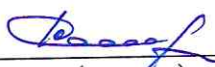
Заключение о соответствии объекта защиты обязательным требованиям пожарной безопасности от 14 мая 2013 г. № 1104-2236, выданное главным управлением МЧС России по Красноярскому краю, управлением надзорной деятельности от 14 мая 2013 г., бессрочное.

Заведующий кафедрой

  
(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

СОГЛАСОВАНО:  
Проректор по АХЧ и ОВ

  
(подпись)

Г. Ф. Субботина  
(инициалы, фамилия)

Начальник ИТО

  
(подпись)

Т.А. Попов  
(инициалы, фамилия)

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**«Элективная дисциплина по циклическим видам спорта»**

по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент, дисциплина реализуется на кафедре Общественных наук.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет:

очная форма обучения: общее количество зачетных единиц/часов - 328 часов, на контактную работу предусмотрено – 328 часа;

заочная форма обучения: общее количество зачетных единиц/часов – 328 часов, на контактную работу предусмотрено – 8,2 часа, на самостоятельную работу - 316 часов, форма контроля - 3,8 часа).

Место дисциплины в ОПОП

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» относится к вариативной части (дисциплин по выбору) Блока 1 «Дисциплины (модули)» структуры ОПОП.

Индекс дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» Б1.В.ДВ.01.02.

Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств циклических видов спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- раскрыть роль циклических видов спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

- дать обучающимся знание научно-биологических и практических основ циклических видов спорта и здорового образа жизни;

- сформировать мотивационно-ценностное отношение к циклическим видам спорта, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

- сформировать систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности в физической культуре.

Общая характеристика дисциплины (основные разделы дисциплины):

1) Легкая атлетика;

2) Общефизическая подготовка (ОФП). Гимнастика;

3) Лыжная подготовка.

Дисциплина «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» нацелена на формирование следующих общекультурных компетенций:

ОК-7 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: (практические занятия, самостоятельная работа студента, консультации).

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости в форме тестирования и промежуточный контроль в форме зачета.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 328 часов.



Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Экономический факультет

ТВЕРЖДАЮ  
Председатель научно-методического  
совета факультета/направления  
Протокол № 38.03 2017 г.  
Т.В. Дубровская  
(подпись) И.О. Фамилия



### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной  
аттестации обучающихся по дисциплине

### Б1.В.ДВ.11.02 ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ЦИКЛИЧЕСКИМ ВИДАМ СПОРТА

Направление подготовки 38.03.02 Менеджмент  
Направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент  
Квалификация выпускника Бакалавр  
Программа подготовки Прикладной бакалавриат  
Форма обучения Очная, заочная  
Кафедра Общественных наук

Разработчик(и) Н.М. Подоляк доцент  
(И.О. Фамилия, ученая степень, ученое звание, должность) \_\_\_\_\_ (подпись)

Рассмотрено на заседании кафедры Общественных наук  
Протокол № 03 от 18.05 2017 г.  
Зав. кафедрой Козловская В.А.  
(Ф.И.О.) \_\_\_\_\_ (подпись)



## **1. Описание назначения и состава ФОС по дисциплине**

### **1.1. Цели и задачи формирования ФОС по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта»:**

Целью создания ФОС является установление соответствия уровня подготовки выпускников в период обучения по дисциплине путем оценивая уровня сформированности компетенций на соответствие требованиям ФГОС по реализуемым направлениям подготовки.

Задачами ФОС являются:

1. Контроль и управление процессом приобретения выпускниками на разных этапах обучения необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных ФГОС по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент.

2. Управление процессом требований к оцениванию качества освоения образовательной программы.

3. Совершенствование самоконтроля и самоподготовки обучающихся.

4. Оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплины с определением результатов как положительных, так и отрицательных и планированием необходимых предупреждающих и (или) корректирующих мероприятий.

5. Систематическая оценка совокупности запланированных результатов обучения по дисциплине обеспечивающей формирование у выпускника всех компетенций, установленных образовательной программой.

6. Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс института.

1.2. ФОС по дисциплине разработан на основании следующих нормативных документов:

– федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент (уровень бакалавриата);

– образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент;

– положения «О порядке разработки и формирования фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и государственной итоговой (итоговой) аттестации образовательных программ высшего образования – программ бакалавриата в АНО ВО СИБУП»;

– положения «О проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата в АНО ВО СИБУП».

## **2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины**

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

ОК-7 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2.2. Результаты обучения (в форме компетенций) на данном этапе их формирования.

Код и наименование компетенции	Показатели, содержащие критерии и шкалы оценивания	Оценочные средства
1	2	3
ОК-7 - способностью использовать	Обучающийся демонстрирует знания основ физической культуры и здорового образа жизни; понимает роль физической	Тесты для текущего контроля физической подготовленности студентов,

методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	культуры и спорта в жизни человека. Умеет использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей. Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).	контрольные вопросы к теоретическому и методико-практическому разделам, тесты к промежуточному контролю.
---	---	--

### 3. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

3.1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости включает в себя оценочные средства:

- тесты для текущего контроля физической подготовленности студентов;
- контрольные вопросы к теоретическому и методико-практическому разделам;
- примерная тематика рефератов;
- тесты к промежуточному контролю.

3.2. Оценочные средства.

3.2.1. Оценочное средство (тестирование физической подготовленности).

3.2.2. Критерии оценивания тестирования физической подготовленности.

Оценка тестов общей физической, спортивно-технической и профессионально-прикладной подготовки	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
1	2	3	3
Средняя оценка теста в баллах	2,0	3,0	3,5

### Тесты для текущего контроля физической подготовленности студентов

#### Женщины

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Прыжки в длину с места (см)	190	180	168	160	150
Прыжки в длину (см)	365	350	325	300	280
Подтягивание в висе, лежа (перекладина на высоте 90 см)	20	16	10	6	4
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой)	12	10	8	6	4

#### Мужчины

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Прыжки в длину с места (см)	250	240	230	223	215

Прыжки в длину (см)	480	460	435	410	390
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)		12	9	7	5
Силовой переворот в упор на перекладине (кол-во раз)	8	5	3	2	1
В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)	10	7	5	3	2

Оценочное средство контрольные вопросы к теоретическому и методико-практическому разделам).

Критерии оценивания контрольных вопросов к теоретическому и методико-практическому разделам.

Критерии оценивания	Количество баллов
1	2
Задание выполнено правильно, обучающийся способен обосновать выбранный вариант и пояснить ход выполнения задания. Правильная формулировка понятий и категорий. Самостоятельность ответа, умение использовать классификацию, анализировать и делать собственные выводы по рассматриваемому вопросу.	5 (отлично, зачтено) От 85 до 100 баллов
Ответ представлен в соответствии с поставленным вопросом с незначительными замечаниями. Обучающийся знает материал работы, умеет анализировать полученные результаты и делать выводы, владеет навыками самостоятельного выполнения задания. Ответ сформулирован самостоятельно. Содержание ответа правильное, в структуре и стиле ответа нет грубых ошибок.	4 (хорошо, зачтено) От 71 до 85 баллов
Содержание ответа имеет значительные замечания, устраненные во время контактной работы с преподавателем. Обучающийся на удовлетворительном уровне знает представленный материал, умеет анализировать полученные результаты и делать выводы. В оформлении, структуре и стиле ответа есть недостатки; работа выполнена самостоятельно.	3 (удовлетворительно, зачтено) От 51 до 70 баллов
Часть ответа или весь ответ выполнен с нарушением логики изложения, носит несамостоятельный характер. Содержание ответа не соответствует поставленному вопросу. Обучающийся не знает материал, не умеет анализировать полученные результаты и делать выводы.	2 (неудовлетворительно, не зачтено) Менее 50 баллов
Итоговый балл	100

Примерная шкала оценивания при наличии использования модульно-рейтинговой системы

Оценка	Общее количество набранных баллов
2 (неудовлетворительно), не зачтено	Менее 50
3 (удовлетворительно), зачтено	51–70
4 (хорошо), зачтено	71–85
5 (отлично), зачтено	85–100

**Контрольные вопросы к теоретическому и методико-практическому разделам**

1. Дать психофизиологическую характеристику умственной деятельности.
2. Физические упражнения используемые в течение учебного дня для поддержания работоспособности.
3. Работоспособность: понятие, факторы, периоды.
4. Врачебный контроль как обязательная процедура для занимающихся физическими упражнениями.
5. Бег как самое эффективное средство восстановления и повышения работоспособности.
6. Методические принципы физического воспитания, сущность и значение/
7. Принципы сознательности и активности, наглядности в процессе физического воспитания/
8. Принципы доступности и индивидуализации, систематичности и динамичности.
9. Средства физической культуры
- 10.Общепедагогические методы физического воспитания.
- 11.Самоконтроль — необходимая форма
- 12.Методы обучения технике двигательного действия.
- 13.Этапы обучения двигательного действия.
- 14.Методы развития физических качеств: равномерный, повторный, интервальный.
- 15.Метод круговой тренировки, игровой и соревновательный методы.
- 16.Сила как физическое качество, общая характеристика силовых упражнений.
- 17.Методы развития силы.
- 18.Выносливость — виды выносливости, особенности развития выносливости.
- 19.Развитие физических качеств: быстроты, гибкости, ловкости.
- 20.Врачебный контроль как обязательная процедура для занимающихся физическими упражнениями.
- 21.Самоконтроль — необходимая форма контроля человека за физическим состоянием.
- 22.Методика самоконтроля физического развития.
- 23.Самостоятельное измерение артериального давления и частоты сердечных сокращений.
- 24.Проведение функциональных проб для оценки деятельности сердечно-сосудистой системы.
- 25.Проведение функциональных проб для оценки деятельности дыхательной системы.
- 26.Самоконтроль уровня развития физических качеств - выносливости.
- 27.Ведение дневника самоконтроля.
- 28.Понятие «спорт». Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
- 29.Массовый спорт: понятие, цель, задачи.
- 30.Спорт высших достижений: понятие, цель, задачи.
- 31.Студенческий спорт, его организационные особенности.
- 32.Понятия общей и специальной физической подготовки.
- 33.Структура отдельного тренировочного занятия.
- 34.Роль разминки в тренировочном процессе.
- 35.Понятие «физическая нагрузка», эффект ее воздействия на организм.
- 36.Внешние признаки утомления.
- 37.Интенсивность физических нагрузок.
- 38.Роль физической культуры в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.
- 39.Производственная физическая культура, ее цели и задачи.
- 40.Методические основы производственной физической культуры.
- 41.Производственная физическая культура в рабочее время.
- 42.Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
- 43.Понятие ППФП, её цель, задачи.
- 44.Прикладные знания, умения и навыки.
- 45.Прикладные психические качества.
- 46.Прикладные специальные качества.

47. Факторы, определяющие содержание ППФП: формы труда, условия труда.
48. Факторы, определяющие содержание ППФП: характер труда, режим труда и отдыха.
49. Дополнительные факторы, определяющие содержание ППФП.
50. Средства ППФП.

Подробное описание контрольных вопросов приводятся в учебно-практическом пособии и методических указаниях, которые размещены: в электронно-библиотечной системе (далее по тексту - ЭБС) института [СИБУП: Электронно-библиотечная система \(sibup.ru\)](http://sibup.ru), в электронной информационно-образовательной среде (далее по тексту – ЭИОС) института [Электронная информационно-образовательная среда \(sibup.ru\)](http://sibup.ru), и на сайте института в разделе «Образование»- [Образование \(sibup.ru\)](http://sibup.ru)

Оценочное средство (практические задания (рефераты)),  
Критерии оценивания практического задания (рефераты).

Критерии оценивания	Количество баллов
1	2
Учебный материал освоен обучающимся в полном объеме, легко ориентируется в материале, полно и аргументировано отвечает на дополнительные вопросы, излагает материал логически последовательно, делает самостоятельные выводы, умозаключения, демонстрирует кругозор, использует материал из дополнительных источников, интернет- ресурсы. Сообщение носит исследовательский характер. Речь характеризуется эмоциональной выразительностью, четкой дикцией, стилистической и орфоэпической грамотностью. Использует наглядный материал (презентация).	5 (отлично, зачтено) От 85 до 100 баллов
Учебный материал освоен обучающимся в полном объеме, легко ориентируется в материале, полно и аргументировано отвечает на дополнительные вопросы, но студент может испытывать некоторые затруднения в ответах на дополнительные вопросы, допускать некоторые погрешности в речи. Отсутствует исследовательский компонент в сообщении.	4 (хорошо, зачтено) От 71 до 85 баллов
Обучающийся испытывал трудности в подборе материала, его структурировании. Пользовался, в основном, учебной литературой, не использовал дополнительные источники информации. Не может ответить на дополнительные вопросы по теме сообщения. Материал излагает не последовательно, не устанавливает логические связи, затрудняется в формулировке выводов. Допускает стилистические и орфоэпические ошибки.	3 (удовлетворительно, зачтено) От 51 до 70 баллов
Часть доклада (с презентацией) выполнена из фрагментов работ других авторов и носит несамостоятельный характер. Содержание не соответствует заданной теме. Оформление не соответствует требованиям. Отсутствуют собственные обобщения, заключения и выводы. Не может ответить на дополнительные вопросы по теме сообщения.	2 (неудовлетворительно, не зачтено) Менее 50 баллов
Итого	100

#### Примерная тематика рефератов

1. Физическая культура, спорт, ценности физической культуры, физическое совершенство, физическое воспитание.
2. Физическое развитие, психофизическая и функциональная подготовка.

3. Физическая культура и спорт как действенное средство сохранения и укрепления здоровья.
4. Роль физической культуры и спорта в подготовке человека к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.
5. Двигательная активность, профессиональная направленность физического воспитания, роль физической культуры в развитии общества.
6. Социальные функции физической культуры и спорта.
7. Современное состояние физической культуры и спорта.
8. Основные положения организации физического воспитания.
9. Характеристика ценностных ориентаций человека на физическую культуру и спорт.
10. Роль жизненно необходимых умений и навыков в психофизической подготовке человека.
11. Функциональные системы организма, его анатомические, морфологические, физиологические и биологические функции.
12. Природные и социально-экономические факторы. Их воздействие на организм жизнедеятельность.
13. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
14. Гипокинезия и гиподинамия их неблагоприятное влияние на организм.
15. Средства физической культуры в совершенствовании организма, обеспечение его устойчивости к физической и умственной деятельности.
16. Физические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
17. Обмен веществ и энергии, кровь и кровообращение, сердце и сердечно-сосудистая система.
18. Опорно-двигательный аппарат, органы пищеварения и выделения, железы внутренней секреции, нервная система.
19. Особенности функционирования центральной нервной системы. Образование двигательного навыка. Рефлекторная природа двигательной деятельности.
20. Двигательная функция и повышения уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды (нарушение биоритма, эмоциональное напряжение, стресс и т.д.)
21. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности. Понятие «здоровье» его содержание критерии.
22. Влияние условий окружающей среды на здоровье. Наследственность и меры здравоохранения, их влияние на здоровье.
23. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни; режим труда, отдыха, питания, двигательная активность, закаливание, профилактика вредных привычек, душевное равновесие.
24. Требования санитарии и гигиены, учет экологии окружающей среды, культура межличностного общения, сексуального поведения, психофизическая саморегуляция.
25. Жизненные, психологические, функциональные и поведенческие критерии использования здорового образа жизни.
26. Самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
27. Здоровье в иерархии потребностей культурного человека. Влияние культурного развития личности на отношения к самому себе.
28. Ценностные ориентации человека на здоровый образ жизни. Отражения здорового образа жизни в формах жизнедеятельности человека.
29. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития человека. Способы регуляции образа жизни.
30. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.

- 31.Формирование мотивов и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями. Форма и содержание самостоятельных занятий.
- 32.Возрастные особенности содержания занятий. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
- 33.Граница интенсивности физической нагрузки. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.
34. Пульсовые режимы рациональной и тренировочной нагрузки, ЧСС и ПАНО у лиц разного возраста.
- 35.Предварительный, текущий и итоговой учет тренировочной нагрузки, корректировка тренировочных планов.
- 36.Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной деятельности.
- 37.Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность. Учет индивидуальных особенностей организма.
- 38.Гигиена самостоятельных занятий (питание, питьевой режим, уход за кожей).
- 39.Гигиенические требования при проведении занятий (место занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма).
40. Участие в спортивных соревнованиях в процессе самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью занятий.
- 41.Объективные и субъективные факторы обучения и реакции на них организма человека. Изменения состояния человека под влиянием различных режимов и условий труда.
- 42.Степень влияния факторов физиологического, физического и психического характера на работоспособность.
- 43.Изменение физического, психического состояния в стрессовый период. Средство физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния в период стресса.
- 44.Объективные и субъективные признаки усталости, утомления и переутомления их причины и профилактика.
- 45.Общие закономерности изменения работоспособности в течение рабочей недели, годового рабочего цикла.
- 46.Существование типичных изменений умственной работоспособности и их объяснение.
- 47.Особенности рационального использования физической культуры в режиме труда и отдыха человека.
- 48.Занятия физическими упражнениями с оздоровительно – рекреативной направленностью.
- 49.Показатели эффективности проведения тренировочных занятий по физической культуре для повышения работоспособности в режиме трудовой недели.
- 50.Оптимизация сопряженной трудовой деятельности и спортивного совершенствования.
- 51.Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом.
- 52.Педагогический контроль, его виды и содержание.
- 53.Понятия спорт его принципиальное отличие от видов физкультурной деятельности. Массовый спорт.
- 54.Спорт высших достижений. Особенности организации тренировочных занятий для профессионалов и любителей.
- 55.Спортивные соревнования как метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и средство контроля их эффективности.
- 56.Виды спорта комплексного разностороннего воздействия на организм занимающегося. Нетрадиционные виды спорта и систем физкультурной деятельности.
- 57.Выбор вида спорта и систем физкультурной деятельности с целью: укрепления здоровья, коррекции отдельных недостатков физического развития и телосложения, а также повышение функциональных возможностей организма.
- 58.Система ведомственных спортивных соревнований – Вашей сферы деятельности.

- 59.Оздоровительные системы и комплексы физических упражнений по выбору .
- 60.Краткая психофизическая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физкультурной деятельности.
- 61.Мотивационные варианты и обоснование индивидуального выбора человеком конкретных видов спорта для самостоятельных тренировочных занятий.
- 62.Выбор видов спорта и систем физкультурной деятельности с целью психофизической подготовки к профессиональной деятельности и овладения жизненно необходимыми умениями и навыками, для достижения наивысших результатов в избранном виде спорта.
- 63.Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
- 64.Основные методы и критерии оценки самоконтроля.
- 65.Коррекция содержания и методика занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.
- 66.Объективные и субъективные показатели контроля. Дневник самоконтроля.
- 67.Виды диагностики, их цели задачи. Диспансеризация.
- 68.Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональные пробы, упражнений - тестов для оценки функционального состояния и физического развития организма.
- 69.Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональные пробы, упражнений - тестов для оценки телосложения и физической подготовленности.
- 70.Методические принципы физического воспитания. (Сознательность и активность, наглядность, доступность, систематичность, динамичность).
- 71.Методы физического воспитания (регламентированного упражнения, игровой, соревновательный).
- 72.Основы обучения движениям. Этапы обучения движениям.
- 73.Воспитание физических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость).
- 74.Общая физическая подготовка, цели и задачи. Профессионально прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
- 75.Спортивная подготовка, цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена (техническая, тактическая, физическая, психологическая).
76. Зоны интенсивности нагрузки по ЧСС и их характеристики.
77. Возможность и управление коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности, средствами физической культуры и спорта.
- 78.Формы занятий физическими упражнениями (урочные, неурочные).
- 79.Построение и структура учебно-тренировочного занятия
- 80.Особенности утомления и динамики работоспособности в течение рабочего дня, недели. Влияние географо-климатических и региональных условий на жизнедеятельность работников.
- 81.Методика подбора средств ППФП. Организация, форма и средства ППФП.
- 82.Содержание ППФП специалистов относящихся к различным группам ИТР жизненно необходимые и прикладные навыки и умения. Прикладные виды спорта.
- 83.Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.
- 84.Физическая культура и спорт в свободное время специалиста: утренняя гигиеническая гимнастика, утренние специально направленные занятия физическими упражнениями, попутная тренировка.
- 85.Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК в рабочее и свободное время.
- 86.Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма, средствами физической культуры
- 87.Роль специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе.
- 88.Использование дополнительных средств повышения общей и профессиональной работоспособности в процессе занятий физическими упражнениями.



### Требования к оформлению рефератов

Титульный лист имеет следующее содержание: название учреждения, тема реферата, сведения об авторе (Ф.И.О., курс, факультет, специальность, номер зачетной книжки, дата и место написания) см. приложение 1.

На второй странице приводится содержание (план реферата). После названия каждого раздела справа указывается номер страницы.

Содержание.....  
Введение.....3  
Глава 1 (название).....5  
И т.д. (включая список литературы)

Нумерация начинается со 2 страницы (титульный лист не нумеруется). Порядковый номер страниц ставится сверху, справа или по центру.

Внутренние текстовые номерные ссылки должны соответствовать порядковым номерам источников литературы в приложенном списке и приводиться сразу после заимствованной цитаты или фамилии автора, мысль которого изложена.

Таблицы диаграммы, графики должны иметь название и порядковые номера. В тексте можно не приводить полное название таблиц и других приложений, а указать в скобках их номер. Например (из табл. № 2 видно...)

Объем реферата от 10 до 25 листов, основное условие для зачета это раскрытая выбранная Вами тема и навезена используемого материала, высоко ценится Ваше мнение и умозаключения.

#### 4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

4.1. Фонд оценочных для промежуточной аттестации средств включает в себя оценочные средства: тесты к промежуточному контролю (зачету).

4.2. Оценочные средства.

4.2.1. Оценочное средство (тесты для промежуточного контроля).

4.2.2. Критерии оценивания ответов на тесты к промежуточному контролю.

Критерии оценивания	Количество баллов
1	2
Тестовых заданий выполнено правильно 85-100%	5 (отлично, зачтено)
Тестовых заданий выполнено правильно 71-84%	4 (хорошо, зачтено)
Тестовых заданий выполнено правильно 60-70%	3 (удовлетворительно, зачтено)
Тестовых заданий выполнено менее 60%	2 (неудовлетворительно, не зачтено)

#### 1. Тесты для промежуточного контроля определения физической подготовленности студентов

Характеристика направленности тестов	Оценка в баллах									
	Женщины					Мужчины				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Тест на скоростно-силовую подготовленность Бег 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18.7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.6
Поднимание (сед) и	60	50	40	30	20					

опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены/ руки за головой (кол-во раз)										
Тест на силовую подготовленность-подтягивание на перекладине (кол-во раз)						15	12	9	7	5
Тест на общую выносливость-бег 2000 м (мин., сек.)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15					
Тест на общую выносливость-бег 3000 м (мин. , сек.)						12.00	12.35	13.10	13.50	14.0

## 2. Тест для промежуточного контроля определения физической подготовленности студентов (теоретический раздел)

### 1. ПРИНЦИП РАСПРЕДЕЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ:

- а) гибкость
- б) состояние здоровья
- в) жизненный индекс
- г) весо-ростовой индекс

### 2. СООТВЕТСТВИЕ ОСНОВНЫХ ВЕЩЕСТВ КОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА ИХ ДОЛИ В ПРОЦЕНТАХ

- ☐ вода а) 12 %
- ☐ органические вещества б) 22 %
- ☐ неорганические вещества в) 50 %

### 6. ВЕЩЕСТВА, КОТОРЫЕ КРОВЬ ТРАНСПОРТИРУЕТ ВНУТРИ ОРГАНИЗМА:

- а) кислород
- б) углекислый газ
- в) железы
- г) продукты обмена
- д) эпителий
- е) питательные

### 3. ЖИЗНЕННЫЙ ИНДЕКС — ЭТО ...

- а) сила воли к жизни
- б) уровень доходов на одного члена семьи в месяц в рублях
- в) отношение жизненной емкости легких к массе тела в мл/кг

### 4. ЧАСТОТА СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ В СОСТОЯНИИ ПОКОЯ У ЗДОРОВЫХ НЕТРЕНИРОВАННЫХ ЛЮДЕЙ НАХОДИТСЯ В ПРЕДЕЛАХ:

от \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_ уд/мин

### 5. РЕКОМЕНДУЕМОЕ ВРЕМЯ ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ ДО НАЧАЛА ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ:

- а) 30–60 мин
- б) 1–1,5 часа

- в) 1,5–2,5 часа
- г) 2,5–3,5 часа

6. ВИД ТРУДА УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА:

- а) психо-эмоциональный
- б) физический
- в) научно-методический
- г) умственный

7. ОСНОВНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ:

- а) физические упражнения
- б) оздоровительные силы природы
- в) гигиенические факторы
- г) соревновательные упражнения

8. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ:

- ☐ разучивание в целом
- ☐ показ
- ☐ разучивание по частям
- ☐ рассказ
- ☐ совершенствование

9. ФИЗИЧЕСКОЕ КАЧЕСТВО, ОКАЗЫВАЮЩЕЕ НАИБОЛЬШЕЕ ВЛИЯНИЕ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА — \_\_\_\_\_

10. НАИЛУЧШАЯ ФОРМА ПРОФИЛАКТИКИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- а) физическая работа по дому и на даче
- б) профессиональная физическая активность на производстве
- в) специальная двигательная активность, направленная на повышение аэробной и общей выносливости

11. ПОРОГ АНАЭРОБНОГО ОБМЕНА (ПАНО) У ТРЕНИРОВАННЫХ ЛЮДЕЙ

- а) выше, чем у нетренированных
- б) ниже, чем у нетренированных
- в) не зависит от тренированности

12. ГЛАВНАЯ ПРИЧИНА ВЫБОРА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ФИЗИЧЕСКОГО САМОВОСПИТАНИЯ:

- а) занятость на работе, учебе
- б) стоимость спортивного инвентаря
- в) мотивация
- д) расстояние до спортзала

13. САМЫЙ РАСПРОСТРАНЕННЫЙ ТЕСТ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ОБЩЕЙ ВЫНОСЛИВОСТИ:

- а) бег 100 м
- б) 20 приседаний за 30 сек
- в) 12-минутный беговой тест К. Купера
- г) прыжок в длину с места

14. КОЛИЧЕСТВО ТРЕНИРОВОК В НЕДЕЛЮ, НЕОБХОДИМОЕ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ СВОЕГО ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ НА ДОСТИГНУТОМ УРОВНЕ

- а) 2;

- б) 3;  
в) 4–5.

15. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ В РАМИНКЕ ДЛЯ МЫШЦ:

- ☐ ног  
☐ рук  
☐ шеи  
☐ туловища

16. СВЯЗЬ ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ:

- а) прямо пропорциональная  
б) обратно пропорциональная  
в) нет связи

17. ФОРМУЛА МАКСИМАЛЬНОЙ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ ДЛЯ ДАННОГО ЧЕЛОВЕКА:

$ЧСС_{\max} =$  \_\_\_\_\_

18. ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ:

- а) увеличение выпускаемой продукции  
б) снижение себестоимости изделий  
в) повышение эффективности труда  
г) повышение трудовой дисциплины

19. ЛУЧШИЙ ВИД ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ БОЛЬШИХ НЕРВНО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ И УМСТВЕННЫХ НАПРЯЖЕНИЯХ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- а) игровой  
б) циклический  
в) единоборства  
г) экспериментальный

20. ПОКАЗАТЕЛЬ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЗОНЫ ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК

Формируемые компетенции	Уровни сформированности компетенций		
	Пороговый (низкий) уровень сформированности компетенций (оценка «удовлетворительно»/ 3 балла)	Базовый (средний) уровень сформированности компетенций (оценка «хорошо»/ 4 балла)	Повышенный (высокий) уровень сформированности компетенции (оценка «отлично»/ 5 баллов)
1	2	3	4
ОК-7 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения	Обучающийся демонстрирует неглубокие знания основ физической культуры и здорового образа жизни; понимает роль физической культуры и спорта в жизни человека.	Обучающийся демонстрирует знания основ физической культуры и здорового образа жизни; понимает роль физической культуры и спорта в жизни человека.	Обучающийся демонстрирует системные знания основ физической культуры и здорового образа жизни; понимает роль физической культуры и

<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>Умеет недостаточно использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p>Владеет определенной системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).</p>	<p>Умеет использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p>Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).</p>	<p>спорта в жизни человека.</p> <p>Умеет использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p>Владеет и применяет систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке).</p>
--	---	---	--

### 5. Порядок обновления фонда оценочных средств


Фонды оценочных средств ежегодно актуализируются. Изменения и дополнения в фондах оценочных средств отражаются в сведениях об изменениях (дополнениях) в рабочей программе дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта».

**СВЕДЕНИЯ ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ И ДОПОЛНЕНИЯХ  
В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

В рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент вносятся следующие изменения:

1. Обновлен список литературы учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Дополнено материально-техническое обеспечение дисциплины.
4. Обновлен фонд оценочных средств дисциплины.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры общественных наук  
Протокол от «18» 05 2018 г. № 09

Заведующий кафедрой общественных наук  В.А. Козловская  
(подпись) (инициалы, фамилия)


Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры  
Менеджмента

Протокол от «18» 05 2018 г. № 09

Заведующий кафедрой Менеджмента  Т.В. Дубровская  
(подпись) (инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена научно-методическим советом  
направления 38.03.02 Менеджмент

Протокол от «16» 06 2018 г. № 04

Председатель НМС к.э.н., доцент  Т.В. Дубровская  
(ученая степень, ученое звание) (подпись) (инициалы, фамилия)

## СВЕДЕНИЯ ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ И ДОПОЛНЕНИЯХ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент вносятся следующие изменения:

1. Обновлен список литературы учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Дополнено материально-техническое обеспечение дисциплины.
4. Обновлен фонд оценочных средств дисциплины.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры общественных наук  
Протокол от «18» 05 2019 г. № 08

Заведующий кафедрой общественных наук

(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры  
Менеджмента

Протокол от «21» 05 2019 г. № 09

Заведующий кафедрой Менеджмента

(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена научно-методическим советом направления 38.03.02  
Менеджмент

Протокол от «15» 06 2019 г. № 04

Председатель НМС к.э.н., доцент  
(ученая степень, ученое звание)

(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)



### СВЕДЕНИЯ ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ И ДОПОЛНЕНИЯХ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент вносятся следующие изменения:

1. Обновлен список литературы учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Дополнено материально-техническое обеспечение дисциплины.
4. Обновлен фонд оценочных средств дисциплины.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры общественных наук  
Протокол от «18» 05 2020 г. № 09

Заведующий кафедрой общественных наук

  
(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры  
Менеджмента

Протокол от «18» 05 2020 г. № 09

И.О. заведующего кафедрой Менеджмента

  
(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена научно-методическим советом  
направления 38.03.02 Менеджмент

Протокол от «15» 06 2020 г. № 04

Председатель НМС к.э.н., доцент  
(ученая степень, ученое звание)

  
(подпись)

Т.В. Дубровская  
(инициалы, фамилия)



## СВЕДЕНИЯ ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ И ДОПОЛНЕНИЯХ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) образовательной программы Финансовый менеджмент вносятся следующие изменения:

1. Обновлен список литературы учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.

2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

3. Дополнено материально-техническое обеспечение дисциплины.

4. Обновлен фонд оценочных средств дисциплины.

В связи с изменением структуры рабочей программы, добавлены цели и задачи дисциплины в реализации программы воспитания в институте.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры общественных наук  
Протокол от «18» 05 2021 г. № 08

Заведующий кафедрой общественных наук

  
(подпись)

В.А. Козловская  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры Менеджмента  
Протокол от «03» 09 2021 г. № 01

Заведующий кафедрой Менеджмента

  
(подпись)

И.З. Погорелов  
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена научно-методическим советом  
направления 38.03.02 Менеджмент

Протокол от «08» 09 2021 г. № 01

Председатель НМС к.э.н., доцент  
(ученая степень, ученое звание)

  
(подпись)

И.З. Погорелов  
(инициалы, фамилия)

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент направленность (профиль) образовательной программы «Финансовый менеджмент», очной и заочной форм обучения экономического факультета Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии».

Представленная на экспертизу рабочая программа дисциплины разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, образование уровень бакалавриата, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.01.2016 г. № 7, которая представляет собой регламентирующий документ, входящий в состав образовательной программы, определяющий содержание и объем дисциплины, формируемые компетенции, перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, фондом оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся. Включая в себя перечень учебно-методического обеспечения и описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

В ходе рассмотрения представленных документов на основании результатов проведенной экспертизы сделаны следующие выводы:

В рабочей программе определены цели и задачи изучаемой дисциплины, общая характеристика дисциплины, ее место в плане учебного процесса, а также результаты освоения дисциплины. Тематическое планирование соответствует содержанию программы. В тематическом плане указано количество учебных часов, которые отведены на изучение материала: лекции, практические занятия и самостоятельную работу, описаны компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

Структура программы логична, соответствует наличию обязательных компонентов и раскрывает методику работы над содержанием изучаемого материала. Результаты обучения, представленные в программе в категориях знать, уметь, владеть соответствуют специфике и содержанию дисциплины и демонстрируют возможность получения заявленных результатов. Представленная программа предполагает использование современных образовательных технологий при реализации различных видов учебной работы. Формы образовательных технологий соответствуют специфике дисциплины и позволяют обеспечивать требуемое качество обучения на всех его этапах.

Фонды оценочных средств, соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам. Форма промежуточной аттестации знаний бакалавра, предусмотренная программой, осуществляется в форме зачета.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины представлено основной, дополнительной литературой, интернет-ресурсами и соответствует требованиям ФГОС ВО.

Материально-техническое обеспечение соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 38.03.02 Менеджмент и специфике дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» и обеспечивает использование современных образовательных, в том числе инновационных методов обучения.

Таким образом, представленная к рецензированию рабочая программа учебной дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта», составленная доцентом Подоляк Н.М., соответствует учебному плану и требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент и может быть использована в образовательном процессе.

Рецензент:

Канд. пед. наук, доцент

кафедры ФВС СибГУ им. М.Ф. Решетнева

А.С. Третьяков

Подпись

*А.С. Третьяков*

удостоверение

Ученый секретарь

СибГУ им. М.Ф. Решетнева

г. Красноярск





## РЕЦЕНЗИЯ

на фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта» по направлению подготовки 38.03.01 Экономика направленность (профиль) образовательной программы «Финансовый менеджмент», очной и заочной форм обучения экономического факультета Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии».

Фонд оценочных средств представляет собой совокупность разработанных кафедрой Общественных наук материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами ФОС являются контроль и управление процессом, приобретения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций, заявленных в образовательной программе по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта», соответствуют специфике дисциплины, формируемым компетенциям и требованиям к выпускникам. Форма промежуточной аттестации знаний бакалавра, предусмотренная программой, осуществляется в форме зачета.

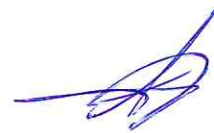
Показатели и критерии оценивания компетенций, а также шкалы оценивания обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения, уровней сформированности компетенций.

Контрольные задания, тесты и иные материалы оценки результатов освоения ОПОП ВО разработаны на основе принципов оценивания: валидности, определённости, однозначности, надёжности; соответствуют требованиям к составу и взаимосвязи оценочных средств, полноте по количественному составу оценочных средств и позволяют объективно оценить результаты обучения, уровни сформированности компетенций.

Таким образом, представленный к рецензированию фонд оценочных средств дисциплины «Элективная дисциплина по циклическим видам спорта», составленный доцентом Подоляк Н.М., соответствует предъявляемым требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 Экономика и может быть использован для контроля и оценки результатов подготовки обучающихся.

Рецензент:

канд. пед. наук,  
доценткафедры ФВС СибГУ им. М.Ф. Решетнева



А.С. Третьяков

Подпись  удостоверяю  
Ученый секретарь  
СибГУ им. М.Ф. Решетнева  
г. Красноярск

