Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

Нижегородский институт управления – филиал РАНХиГС
(наименование института (факультета))
Кафедра физического воспитания
(наименование кафедры)

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Лебедева Екатерина Александровна
Подписано цифровой подписью: Лебедева Екатерина Александровна
Дата: 2025.05.05 16:28:29 +03'00'

ПРОГРАММА МАГИСТРАТУРЫ

«Менеджмент в спортивной индустрии»
(наименование образовательной программы)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,

Б1.В.ДВ.01.01 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)

38.04.02 Менеджмент
(код и наименование направления подготовки)
заочная
(форма обучения)

Год набора – 2025

Нижний Новгород, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы....4

2. Объем и место дисциплины в структуре оп во....4

3. Содержание и структура дисциплины....5

4. Материалы текущего контроля успеваемостиобучающихся....6

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине....11

6. Методические материалы по освоению дисциплины....18

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет....20

7.1. Основная литература....20

7.2. Дополнительная литература....20

7 .3. Нормативные правовые документы....21

7.4. Интернет-ресурсы....21

7.5. Иные источники....22

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы....22

Авторы-составители:

Заведующий кафедрой физического воспитания, канд.пед.наук, доцент *(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)*	В.А. Оринчук *(Ф.И.О.)*
Заведующий кафедрой физического воспитания, канд.пед.наук, доцент *(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)*	В.А. Оринчук *(Ф.И.О.)*

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.01.01 Теория и методика оздоровительной физической культуры одобрена на заседании кафедры физического воспитания.

Протокол от 11 февраля 2024 г. № 8

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

1.1. Дисциплина Б1.В.ДВ.01.01 Теория и методика оздоровительной физической культуры обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Таблица 1

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
ПКс-2	Способен управлять физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работой спортивной организации	ПКс-2.1	Способен планировать содержание, сроки реализации физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работы спортивной организации

1.2. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Таблица 2

ОТФ/ТФ/ профессиональные действия	Код компонента компетенции	Планируемые результаты обучения
Организация и развитие коммерческих, некоммерческих клубов, организаций, обществ и объединений/В *ТФ/ профессиональные действия* Управление планированием деятельности клуба, или организации, или общества, или объединения /В/01.6	ПКс-2.1	на уровне знаний: - Законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - Нормативные документы, устанавливающие требования к организации спортивной подготовки в физкультурно-спортивных организациях соответствующего вида технологий; на уровне умений: - Разрабатывать календарные планы, в том числе с использованием методов сетевого планирования на уровне навыков: - Организация работ по определению комплекса мероприятий, реализация которых позволит обеспечить достижение целевых значений показателей

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.01 «Теория и методика оздоровительной физической культуры» входит в раздел дисциплин по выбору в части, формируемой участниками образовательных отношений и в соответствии с учебным планом осваивается на 1 курсе. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) в зачетных единицах – 2 (72 академических часа /54 астрономических часа).

Освоение дисциплины опирается на объем теоретических знаний в области физической культуры, спорта, общей педагогики и психологии.

Дисциплина реализуется в 1 семестре

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся; форма (ы) промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом:

Вид учебных занятий и самостоятельная работа		Всего
Заочная форма обучения		
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:		*10*
лекционного типа (Л)		*4*
практического (семинарского) типа (ПЗ)		*6*
Самостоятельная работа обучающихся (СР)		*58*
Промежуточная аттестация	форма	*Зачет*
	час.	*4*
	Общая трудоемкость (час. / з.е.)	*72/2*

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ЭО, ДОТ*	ЛР/ ЭО, ДОТ*	ПЗ/ ЭО, ДОТ*	КСР		
Заочная форма обучения								
Тема 1	Общие основы оздоровительной физической культуры	13	1		2		10	Дискуссия, заслушивание докладов, решение практических заданий
Тема 2	Структура и содержание тренировочных программ аэробной направленности.	18	1		1		16	Дискуссия, заслушивание докладов, решение практических заданий
Тема 3	Структура и содержание тренировочных программ, направленных на развитие гибкости и силовых способностей	18	1		1		16	Дискуссия, заслушивание докладов, решение практических заданий
Тема 4	Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.	19	1		2		16	Дискуссия, заслушивание докладов, решение практических заданий
Промежуточная аттестация		4						Зачет
Всего (в з.е./акад.часах/астр.часах):		**2/72/ 54**	**4/3**		**6/4,5**		**58/43,5**	**4/3**

Примечание: – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом;*

3.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Общие основы оздоровительной физической культуры

Общее представление об оздоровительной физической культуре. Роль и место оздоровительной физической культуры в системе физической культуры и физкультурного образования. Фитнес как современная форма оздоровительной физической культуры.

Цели и задачи оздоровительной физической культуры. Принципы построения тренировки в оздоровительной физической культуре. Методика построения тренировочных программ и их характеристика в оздоровительной физической культуре. Контроль и регулирование физической нагрузки в оздоровительной физической культуре.

Тема 2. Структура и содержание тренировочных программ аэробной направленности.

Тренировочные программы, основанные на использовании видов двигательной активности аэробной направленности. Общие понятия об аэробике. Методика организации занятий по аэробике. Характеристика видов аэробики: классическая (базовая) аэробика, танцевальная аэробика, степ-аэробика, спинбайк-аэробика, аэробика со скакалкой (скиппинг), аквааэробика.

Тема 3. Структура и содержание тренировочных программ, направленных на развитие гибкости и силовых способностей

Общее понятие о тренировочных программах, направленных на развитие гибкости. Характеристика видов оздоровительной физической культуры направленных на развитие гибкости: пилатес, калланетика, фитбол-аэробика.

Общее понятие о тренировочных программах силовой направленности. Характеристика силовых видов аэробики: суперстронг, ПАМП-аэробика, тераробика, слайд-аэробика.

Понятие о тренировочных программах с использованием восточной оздоровительной гимнастики и боевых искусств. Характеристика восточных оздоровительных систем физических упражнений: ци-гун, ушу, йога.

Тема 4. Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Разновидности физкультурно-оздоровительных мероприятий и их характеристика.

Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий. Судейская документация для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий. Программа физкультурно-оздоровительных мероприятий. Дозирование физической нагрузки и соблюдение мер безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. Входе реализации дисциплины Б1.В.ДВ.01.01 «Теория и методика оздоровительной физической культуры» используются следующие ***методы текущего контроля успеваемости*** обучающихся:

Таблица 4

Тема и/или раздел	Методы текущего контроля успеваемости
Общие основы оздоровительной физической культуры	Опрос/обсуждение, дискуссия/ доклад, решение практических заданий
Структура и содержание тренировочных программ аэробной направленности.	Опрос/обсуждение, дискуссия/ доклад, решение практических заданий
Структура и содержание тренировочных программ, направленных на развитие гибкости и силовых способностей	Опрос/обсуждение, дискуссия/ доклад, решение практических заданий
Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.	Опрос/обсуждение, дискуссия/ доклад, решение практических заданий

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 1.

Вопросы для обсуждения:

1. Представьте структуру физической культуры.

2. Каково место оздоровительной физической культуры в структуре физической культуры.

3. Общая характеристика оздоровительной физической культуры как дисциплины в физкультурном образовании.

5. Факторы риска для здоровья. Низкий уровень двигательной активности как фактор риска для здоровья.

6. Норма двигательной активности.

7. Дайте общую характеристику основных функциональных изменений, происходящих в организме при выполнении физических упражнений.

8. Оздоровительные возможности физических упражнений.

9. Возможности в профилактике и оздоровительном действии при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, обмена веществ и других нарушениях организма.

10. Основные цели и задачи оздоровительной физической культуры.

11. Общая характеристика принципов построения тренировки в оздоровительной физической культуре.

12. Общие понятия тренировочной программы по оздоровительной физической культуре.

13. Классификация тренировочных программ по оздоровительной физической культуре.

14. Структура занятий оздоровительной физической культурой.

15. Основные факторы, способствующие эффективной реализации тренировочных программ по оздоровительной физической культуре в современных условиях.

16. Основной критерий оценки правильности построения занятий и их эффективности в оздоровительной физической культуре.

17. Понятие самоконтроля в оздоровительной физической культуре.

18. Критерии оценки интенсивности занятий в оздоровительной физической культуре.

Темы дискуссий/докладов по теме:

1. Место оздоровительной физической культуры в структуре физической культуры.

2. Двигательная активность как компонент здорового образа жизни.

3. Фитнес как одна из популярнейших форм оздоровительной физической культуры.

4. Нагрузка и отдых в процессе оздоровительной тренировки.

5. Принципы оздоровительной физической культуры.

6. Построение тренировочной программы по оздоровительной физической культуре.

7. Врачебно-педагогический контроль в оздоровительной физической культуре.

8. Самоконтроль в оздоровительной физической культуре.

9. Характеристика личности тренера по оздоровительной физической культуре.

Задания.

Задание 1. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей среднего возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей среднего возраста.

Задание 2. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей молодого возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей молодого возраста.

Задание 3. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей пожилого возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей пожилого возраста.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 2.

Вопросы семинарского занятия:

1. Общая характеристика тренировочных программ аэробной направленности (аэробики).

2. Тренировочная программа по оздоровительной ходьбе в оздоровительной физической культуре.

3. Особенности тренировочной программы по бегу в оздоровительной физической культуре.

4. Тренировочная программа по езде на велосипеде в оздоровительной физической культуре.

5. Содержание тренировочной программы по плаванию в оздоровительной физической культуре.

6. Общие понятия об аэробике как системе оздоровительной физической культуры.

9. Классификация и структура аэробики в оздоровительной физической культуре.

10. Методические подходы к организации занятий аэробикой.

11. Общие понятия о классической (базовой) аэробике.

12. Классификация элементов классической аэробики на основе двигательных характеристик.

13. Общая характеристика техники движений в классической аэробике.

14. Общие понятия о танцевальном направлении аэробики.

Темы дискуссий/докладов по теме:

1. Ходьба и бег как средство оздоровительной тренировки.

2. Езда на велосипеде в оздоровительной физической культуре.

3. Содержание занятий по плаванию в оздоровительной физической культуре.

4. Аэробика как системе оздоровительной физической культуры.

5. Джаз-аэробика как средство оздоровительной физической культуры.

6. Степ-аэробика в системе оздоровительной тренировки.

7. Аквааэробика как средство оздоровительной физической культуры.

Задания:

Задание 1. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительной ходьбой для лиц пожилого возраста.

- Дайте характеристику ходьбе как виду оздоровительной физической культуры.

- Опишите технику оздоровительной ходьбы и требования к организации занятий оздоровительной ходьбой.

- Составьте программу занятия оздоровительной ходьбой для лиц пожилого возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 2. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительным бегом для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику бегу как виду оздоровительной физической культуры.

- Опишите технику оздоровительного бега и требования к организации занятий бегом.

- Составьте программу занятия оздоровительным бегом для лиц среднего возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 3. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительным плаванием для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику плаванию как виду оздоровительной физической культуры.

- Опишите технику оздоровительного плавания и требования к организации занятий плаванием.

- Составьте программу занятия оздоровительным плаванием для лиц среднего возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 3.

Вопросы семинарского занятия:

1. Основные виды упражнений на растягивание.
2. Определенные правила занятий стретчингом.
3. Тесты для определения гибкости и подвижности суставов в оздоровительной физической культуре.
4. Общая характеристика системы пилатес.
5. Общая характеристика калланетики.
6. В чем заключается специфика фитбол-аэробики.
7. Общая характеристика тренировочных программ силой направленности.
8. Основные формы силовой тренировки в оздоровительной физической культуре.
9. Типичные методы силовой тренировки в оздоровительной физической культуре.
10. Общая характеристика силовых видов аэробики.
11. Обеспечение техники безопасности во время занятия по силовым видам аэробики.
12. Общая характеристика восточной оздоровительной гимнастики.
13. Стили восточных единоборств, которые появились на базе школы ушу.
14. Общая характеристика восточной гимнастики ци-гун.
15. Основные системы оздоровительных упражнений дыхательной гимнастики ци-гун.
16. Общая характеристика йоги как системы оздоровительных занятий.
17. Основные элементы йоги.

Темы дискуссий/докладов по теме:

1. Стретчинг в системе занятий оздоровительной физической культурой.
2. Характеристика системы пилатес.
3. Калланетика как система оздоровительной тренировки.
4. Фитбол-аэробика как средство оздоровительной физической культуры.
5. Оздоровительное действие восточных боевых искусств.
6. Характеристика восточной гимнастики ци-гун.
7. Общая характеристика йоги как системы оздоровительных занятий.
8. Оздоровительное действие упражнений ушу.
9. Основные формы силовой тренировки в оздоровительной физической культуре.
10. Методы силовой тренировки в оздоровительной физической культуре.

Задание.

Задание 1. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.

- Опишите особенности развития силовых способностей в оздоровительной физической культуре.

- Подберите комплекс физических упражнений для развития силовых способностей у лиц зрелого возраста.

- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 2. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития выносливости в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития выносливости у лиц пожилого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 3. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития гибкости в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития гибкости у лиц пожилого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 4.

Вопросы семинарского занятия:

1. Мероприятия по подготовке физкультурно-оздоровительных мероприятий.
2. Судейская документация для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.
3. Обеспечения судейства физкультурно-оздоровительных мероприятий.
4. Принципы построения программ физкультурно-оздоровительных мероприятий.
5. Дозирование физической нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.
6. Содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей и подростков.
7. Содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий для молодежи.
8. Содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий для лиц зрелого возраста.
9. Содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий для лиц пожилого возраста.
10. Содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий для занимающихся с ОВЗ.
11. Соблюдение мер безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Темы дискуссий/докладов по теме:

1. Организационно-методическое обеспечение проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.
2. Построение программ физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом возраста и физической подготовленности занимающихся.

Задания.

Задание 1. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие задачи позволяет решать проведение спортивно-массового мероприятия в оздоровительной физической культуре.

- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для лиц пожилого возраста.

- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для лиц пожилого возраста.

Задание 2. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие функции позволяет решать проведение спортивно-массового мероприятия в оздоровительной физической культуре.

- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для лиц зрелого возраста.

- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для лиц зрелого возраста.

Задание 3. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие формы проведения спортивно-массового мероприятия используются в оздоровительной физической культуре.

- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для участников с разным уровнем физической подготовленности.

- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для участников с разным уровнем физической подготовленности.

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

***5.1. Зачет проводится с применением следующих методов (средств*):** проведение устного зачета, включающего теоретическую часть и практико-ориентированное задание, требующее демонстрации уровня владения умениями/навыками.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Таблица 5

Код компонента освоения компетенции	**Компонент освоения компетенции**	**Код промежуточного индикатора освоения компетенции**	**Промежуточный индикатор освоения компетенции**	**Критерий оценивания**
ПКс-2.1	Способен планировать содержание, сроки реализации физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работы спортивной организации	ИПКс-2.1	Владеет навыками планирования, организационно-методического обеспечения и управления физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работой спортивной организации	Демонстрирует навыки планирования, организационно-методического обеспечения и управления физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работой спортивной организации по привлечению различных групп населения к занятиям физической культурой и

				спортом.

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Примерный перечень теоретических вопросов к зачету

1. Общее представление об оздоровительной физической культуре.
2. Роль и место оздоровительной физической культуры в системе физической культуры.
3. Фитнес как современная форма оздоровительной физической культуры.
4. Предстартовый период тренировочной деятельности в фитнесе.
5. Основной период тренировочной деятельности в фитнесе.
6. Восстановительный период тренировочной деятельности в фитнесе.
7. Функциональные эффекты тренировки.
8. Характеристика тренировочных эффектов.
9. Физиологические закономерности занятий оздоровительной физической культурой.
10. Цели и задачи оздоровительной физической культуры.
11. Принципы построения тренировки в оздоровительной физической культуре.
12. Методика построения тренировочных программ в оздоровительной физической культуре.
13. Характеристика тренировочных программ в оздоровительной физической культуре.
14. Контроль и регулирование физической нагрузки в оздоровительной физической культуре.
15. Развитие силовых способностей в оздоровительной физической культуре.
16. Развитие выносливости в оздоровительной физической культуре.
17. Развитие гибкости в оздоровительной физической культуре.
18. Развитие координационных способностей в оздоровительной физической культуре.
19. Развитие скоростных способностей в оздоровительной физической культуре.
20. Психология здоровья в системе оздоровительной физической культуры.
21. Методы управления психологическими состояниями в оздоровительной физической культуре.
22. Личность тренера по оздоровительной физической культуре, требования к его профессиональным способностям.
23. Общие понятия об аэробике.
24. Методика организации занятий по аэробике.
25. Характеристика различных видов аэробики.
26. Степ-аэробика в системе оздоровительной тренировки.
27. Аквааэробика как средство оздоровительной физической культуры.
28. Стретчинг в системе занятий оздоровительной физической культурой.
29. Характеристика системы пилатес.
30. Калланетика как система оздоровительной тренировки.
31. Фитбол-аэробика как средство оздоровительной физической культуры.
32. Оздоровительное действие восточных боевых искусств.
33. Характеристика восточной гимнастики ци-гун.
34. Общая характеристика йоги как системы оздоровительных занятий.
35. Оздоровительное действие упражнений ушу.
36. Тренировочные программы силовой направленности в оздоровительной физической культуре.
37. Характеристика силовых видов аэробики.

38. Технология построения программ физкультурно-оздоровительных мероприятий.

39. Дозирование физической нагрузки при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

40. Соблюдение мер безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Практико-ориентированные (практические) задания к зачету

ПКс-2.1 Способен планировать содержание, сроки реализации физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной и воспитательной работы спортивной организации.

Задание 1. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей среднего возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей среднего возраста.

Задание 2. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей молодого возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей молодого возраста.

Задание 3. Фитнес на сегодня является одной из массовых форм оздоровительной физической культуры.

- Дайте характеристику фитнесу как форме оздоровительной физической культуры.
- Перечислите основные принципы занятий фитнесом для людей пожилого возраста.
- Подберите программу занятий фитнесом для людей пожилого возраста.

Задание 4. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие задачи позволяет решать проведение спортивно-массового мероприятия в оздоровительной физической культуре.
- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для лиц пожилого возраста.
- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для лиц пожилого возраста.

Задание 5. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие функции позволяет решать проведение спортивно-массового мероприятия в оздоровительной физической культуре.
- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для лиц зрелого возраста.
- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для лиц зрелого возраста.

Задание 6. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие формы проведения спортивно-массового мероприятия используются в оздоровительной физической культуре.
- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для участников с разным уровнем физической подготовленности.
- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для участников с разным уровнем физической подготовленности.

Задание 7. В процессе занятий оздоровительной физической культурой используются различные формы занятий. Проведение физкультурно-спортивных мероприятий позволяет разнообразить и активизировать физкультурно-оздоровительную работу.

- Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении спортивно-массового мероприятия в оздоровительной физической культуре.
- Подберите виды физкультурно-спортивной деятельности для включения в программу физкультурно-спортивного праздника для разновозрастных участников.
- Составьте программу физкультурно-спортивного праздника для разновозрастных участников.

Задание 8. При выполнении пульсометрии во время проведения подготовительной части занятия по оздоровительной физической культуре у занимающегося среднего возраста ЧСС находился на уровне 180-190 уд/мин.

- Опишите использование метода пульсометрии во время занятий оздоровительной физической культурой.
- Как можно оценить ЧСС 180-190 уд/мин во время подготовительной части занятия.
- Какие действия необходимо предпринять тренеру в работе с данным занимающимся.

Задание 9. При проведении пульсометрии во время основной части занятия по оздоровительной физической культуре после выполнения физического упражнения у занимающегося ЧСС находился на уровне 100-110 уд/мин.

- Опишите использование метода пульсометрии во время занятий оздоровительной физической культурой.
- Как можно оценить ЧСС 100-110 уд/мин во время основной части занятия.
- Какие действия необходимо предпринять тренеру в работе с данным занимающимся.

Задание 10. При проведении пульсометрии перед заключительной частью занятия по оздоровительной физической культуре у занимающегося ЧСС находился на уровне 170-180 уд/мин.

- Опишите использование метода пульсометрии во время занятий оздоровительной физической культурой.
- Как можно оценить ЧСС 170-180 уд/мин во время заключительной части занятия.
- Какие действия необходимо предпринять тренеру в работе с данным занимающимся.

Задание 11. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительной ходьбой для лиц пожилого возраста.

- Дайте характеристику ходьбе как виду оздоровительной физической культуры.
- Опишите технику оздоровительной ходьбы и требования к организации занятий оздоровительной ходьбой.
- Составьте программу занятия оздоровительной ходьбой для лиц пожилого возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 12. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительным бегом для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику бегу как виду оздоровительной физической культуры.
- Опишите технику оздоровительного бега и требования к организации занятий бегом.
- Составьте программу занятия оздоровительным бегом для лиц среднего возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 13. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий оздоровительным плаванием для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику плаванию как виду оздоровительной физической культуры.
- Опишите технику оздоровительного плавания и требования к организации занятий плаванием.
- Составьте программу занятия оздоровительным плаванием для лиц среднего возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 14. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий степ-аэробикой для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику степ-аэробике как виду оздоровительной физической культуры.
- Опишите технику выполнений упражнений и требования к организации занятий степ-аэробикой.
- Составьте программу занятия степ-аэробикой для лиц среднего возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 15. Занятия оздоровительной физической культурой направлены на сохранение и укрепление здоровья занимающихся. Сегодня существует много направлений оздоровительной физической культуры, как традиционных, так и нетрадиционных. Опишите процесс занятий фитбол-аэробикой для лиц среднего возраста.

- Дайте характеристику фитбол-аэробике как виду оздоровительной физической культуры.
- Опишите технику выполнений упражнений и требования к организации занятий фитбол-аэробикой.

- Составьте программу занятия фитбол-аэробикой для лиц пожилого возраста с указанием дозировки физической нагрузки.

Задание 16. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития двигательно-координационных способностей в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития двигательно-координационных способностей у лиц пожилого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 17. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития силовых способностей в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития силовых способностей у лиц зрелого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 18. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития выносливости в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития выносливости у лиц пожилого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 19. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития гибкости в оздоровительной физической культуре.
- Подберите комплекс физических упражнений для развития гибкости у лиц пожилого возраста.
- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Задание 20. Важным направлением при организации занятий по оздоровительной физической культуре является подбор средств для развития или поддержания на должном уровне физических качеств занимающихся.

- Назовите основные физические качества человека.
- Опишите особенности развития скоростных способностей в оздоровительной физической культуре.

- Подберите комплекс физических упражнений для развития скоростных способностей у лиц зрелого возраста.

- Составьте конспект занятия, с использованием подобранных физических упражнений, и укажите их дозировку.

Шкала оценивания

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета без применения балльно-рейтинговой системы оценивания - посредством аттестационных испытаний в форме традиционного зачета.

Результаты зачета оцениваются по бинарной системе оценивания («зачтено», «не зачтено»), или традиционной балльной системе оценивания.

Наряду с оцениванием учебных достижений обучающихся по принятой образовательной организации системе оценок и использованием ее при оформлении официальных дипломов Академии о высшем образовании, вводят повышенный («Excellent» и «Good») и базовый («Verygood» и «Satisfactory») уровень оценок «отлично» и «хорошо» для использования при оформлении ЕПД, согласно Положению об оформлении и выдаче ЕПД.

Таблица 6

Соответствие академической оценке

Академическая оценка		Оценка по шкале ESTS	
зачтено	отлично	Passed	A (Excellent)
			B (Very Good)
	хорошо		C (Good)
			D (Satisfactory)
	удовлетворительно		E (Sufficient)
не зачтено	неудовлетворительно	-	-

Критерии оценивания в ходе промежуточной аттестации

Оценка «**зачтено**» выставляется обучающемуся:

– если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает его на зачете, умеет увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами заданий, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое решение; в ходе обучения демонстрирует полное понимание и использует полученные знания и умения;

– твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач; в ходе обучения демонстрирует понимание и использует полученные знания и умения;

– знает материал, излагает его, но допускает несущественные неточности в ответе на вопрос, в применении теоретических положений при решении практических вопросов и задач; в ходе обучения проявляет понимание и использует полученные знания и умения в выстраивании и реализации своего развития;

Оценка «**не зачтено**» выставляется обучающемуся:

– суммарный рейтинговый балл аттестации освоения учебного курса: суммы баллов, полученных в рамках накопительно-семестровой промежуточной аттестации и суммы баллов, полученных за аттестационное испытание в рамках завершающей промежуточной аттестации, менее минимальной семестровой суммы баллов; обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы и задания.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

Обучение по дисциплине Б1.В.ДВ.01.01 «Теория и методика оздоровительной физической культуры» предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекции, практические) и самостоятельной работы студентов.

Практические занятия дисциплины предполагают их проведение в различных формах с целью выявления полученных знаний, умений, навыков и компетенций.

Подготовка к лекции студентами заключается в следующем:

- повторить материал предыдущей лекции, прочитав его повторно;
- ознакомиться с темой предстоящей лекции (в рабочей программе учебной дисциплины);
- ознакомиться с учебными материалами по данной теме в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины или с электронными материалами, предложенными лектором;
- записать возможные вопросы, которые можно будет задать лектору.

Подготовка к практическим (семинарским) занятиям:

- внимательно прочитать материал лекций, относящихся к данному занятию, ознакомиться с учебными материалами, включая электронные в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины;
- подготовить развернутые ответы на вопросы, предложенные в рабочей программе дисциплины, для обсуждения;
- выполнить задания, если они предусмотрены в письменной форме;
- понять, что для вас осталось неясными и постараться получить на них ответ заранее;
- готовиться к практическим (семинарским) занятиям можно как индивидуально, так и в составе малой группы;
- рабочую программу учебной дисциплины необходимо использовать в качестве основного ориентира в организации обучения;
- электронная версия рабочей программы по дисциплине размещена на сайте Нижегородского института управления, к которой предоставлен авторизованный доступ.

Подготовка к зачету. К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса необходимо ознакомиться со следующей учебно-методической документацией:

- программой дисциплины;
- перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть;
- тематическими планами лекций, семинарских занятий;
- учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами;
- перечнем и тематикой письменных работ, а также методическими рекомендациями по их выполнению;
- перечнем вопросов.

Систематическое выполнение всех видов заданий на лекциях, практических занятиях, а также самостоятельная работа позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для прохождения промежуточной аттестации**.**

Эффективность лекционных, семинарских и практических занятий по дисциплине во многом зависит от качества самостоятельной работы студентов, от их самоподготовки.

Часть времени, отведенного на самостоятельную работу должна использоваться на подготовку к аудиторным занятиям, другая часть на выполнение домашней работы, осмысление и оформление результатов практических занятий.

При подготовке к занятиям студенту полезно:

– изучить теоретический материал по данной теме (конспект занятия);
– ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем;
– выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию;
– составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;
– заниматься самостоятельным поиском дополнительной литературы по изучаемой теме.

В рамках данной дисциплины самостоятельная работа обучающихся включает самостоятельную работу с литературой.

Самостоятельная работа с исследовательской и учебной литературой, изданной на бумажных носителях, сохраняется как важное звено самостоятельной работы в целом, но информационные технологии позволяют использовать как основу для самостоятельной работы не только печатную продукцию учебного или исследовательского характера, но и электронные издания, ресурсы сети Интернет – электронные базы данных, каталоги и фонды библиотек, архивов и т. д.

Самостоятельная работа по лекционному курсу дисциплины в основном выполняется в виде проработки учебного материала лекционных занятий из-за сложности материала, прочитанного ведущим преподавателем.

Самостоятельная работа по подготовке к семинару в основном выполняется в виде самостоятельного изучения учебного материала.

Для подготовки к семинарским занятиям, обучающимся предоставляется возможность самостоятельно заниматься на компьютерах оснащенных электронными учебниками и подключенных к интернету в библиотеке института.

Вопросы и задания для самостоятельной подготовки к лекционным и практическим занятиям

Тема 1. Общие основы оздоровительной физической культуры

Изучите основные понятия: об оздоровительной физической культуре, цель и задачи оздоровительной физической культуры. Принципы построения тренировки в оздоровительной физической культуре.

Изучите роль и место оздоровительной физической культуры в системе физической культуры и физкультурного образования. Фитнес как современная форма оздоровительной физической культуры. Методику построения тренировочных программ и их характеристика в оздоровительной физической культуре. Средства контроля и регулирования физической нагрузки в оздоровительной физической культуре.

Тема 2. Структура и содержание тренировочных программ аэробной направленности.

Изучите основные понятия: аэробика, аэробная тренировка, современные виды аэробной тренировки.

Изучите содержание тренировочных программ с использованием видов двигательной активности аэробной направленности (ходьба, бае, плавание, езда на велосипеде и др.)); методику организации занятий по аэробике, характеристику видов аэробики: классическая (базовая) аэробика, танцевальная аэробика, степ-аэробика, спинбайк-аэробика, аэробика со скакалкой (скиппинг), аквааэробика.

Тема 3. Структура и содержание тренировочных программ, направленных на развитие гибкости и силовых способностей

Изучите общие понятие о тренировочных программах, направленных на развитие физических качеств занимающихся (гибкости, силовых способностей, быстроты

движений), программах, с использованием восточной оздоровительной гимнастики и боевых искусств.

Изучите виды оздоровительной физической культуры направленных на развитие гибкост (пилатес, калланетика, фитбол-аэробика), силовые виды аэробики (суперстронг, ПАМП-аэробика, тераробика, слайд-аэробика); восточные оздоровительные системы физических упражнений (ци-гун, ушу, йога).

Тема 4. Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Изучите разновидности физкультурно-оздоровительных мероприятий и их характеристику.

Изучите документы по подготовке и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий (судейская документация для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, программа физкультурно-оздоровительных мероприятий). Вопросы соблюдения мер безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

7.1. Основная литература

1. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш ; под редакцией Н. В. Третьякова. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 280 c. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/55566.html

2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 279 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17033-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539177

3. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543808

7.2. Дополнительная литература

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/bcode/492906.

2. Гонтарь, О. П. Профессиональная этика : учебное пособие / О. П. Гонтарь, С. П. Романова. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 152 с. -Текст : электронный. // Znanium: электронно-библиотечная система. - URL: https://znanium-com.ezproxy.ranepa.ru:2443/catalog/product/1818791

3. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 384 c. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/55569.html

4. Егорова, С. А. Велнес-технологии в оздоровительной физической культуре : практикум / С. А. Егорова, Т. В. Бакшева. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 107 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/69377.html

5. Зайцева, Г. А. Физическая культура. Оптимальная двигательная активность : учебно-методическое пособие / Г. А. Зайцева. — Москва : Издательский Дом МИСиС, 2017. — 56 с. — Текст : электронный. // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/78532.html

6. Кузнецова, И. А. Гигиеническая оценка питания при занятиях физической культурой и спортом : практикум / И. А. Кузнецова, В. В. Кальсина. — 2-е изд. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 108 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/109712.html

7. Мякотных, В. В. Теория и методика оздоровительной тренировки : учебное пособие / В. В. Мякотных. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/106593.html

8. Чайковская, О. Е. Оздоровительная физическая культура с людьми пожилого возраста : методическое пособие / О. Е. Чайковская. — Москва : Научный консультант, 2019. — 92 с. — ISBN 978-5-907084-95-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www-iprbookshop-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/104963.html

7.3. Нормативные правовые документы

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (последняя редакция).
3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ (последняя редакция).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.04.2021 №245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры».
5. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12.08.2020 №952 (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 21.08.2020, регистрационный номер № 59391).
6. Образовательный стандарт Академии по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент, утвержденный Приказом Российской академии народного хозяйства и государственной службы Российской Федерации при Президенте Российской Федерации от 29 марта 2021 года №01-3036.

7.4. Интернет-ресурсы

1. elibrary.ru - научная электронная библиотека
2. minsport.gov.ru - официальный сайт Министерства спорта РФ
3. фцомофв.рф - официальный сайт ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания».
4. olympic.ru - официальный сайт Олимпийского комитета России
5. schoolpress.ru - официальный сайт журнала «Физическая культура в школе»

6. teoriya.ru - официальный сайт журнала «Теория и практика физической культуры»

7.5. Иные источники

1. Электронные информационно-образовательные ресурсы Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС - http://sdo.niu.ranepa.ru/.
2. Портал электронной библиотеки [Электронный ресурс] – URL: http://www.ihtik.lib.ru/
3. Электронная библиотека студента «КнигаФонд» [Электронный ресурс] – режим доступа: http://www.knigafund.ru/

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

8.1. **Материально-техническая база**

Перечень материально-технического обеспечения:

1. Учебные аудитории, оборудованные для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, коллоквиумов, мероприятий текущего контроля и промежуточной аттестации, в том числе мультимедийным оборудованием для демонстрации электронных презентаций и аудио- и видеоматериалов;
2. Компьютерные классы для выполнения групповых тестовых и иных заданий, а также для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой и обеспечением доступа к сети «Интернет» и доступа в электронную информационно- образовательную среду организации;
3. Специализированные аудитории и лаборатории;
4. Библиотека с обеспечением печатными изданиями или электронно-библиотечная система обеспечивающая доступ к электронным изданиям (электронная библиотека);
5. Читальный зал;
6. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV и др.

8.2. Информационные технологии, программное обеспечение:

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется информационные технологии и программное обеспечение:

1. Современная операционная система.
2. Kaspersky Endpoint Security (или аналог).
3. Средство просмотра файлов формата pdf.
4. Современные офисные средства (текстовые и табличные редакторы, средстваработы с презентационными материалами и т.д.).
5. Архиватор 7-Zip.
6. Система дистанционного обучения.
7. Автоматизированная библиотечная система.

8.3. Информационные справочные системы:

1. https://www.urait.ru –Электронно-библиотечная система [ЭБС] Юрайт;
2. https://www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система [ЭБС] «IPRSMART» (ранее – IPRBooks)
3. https://e.lanbook.com - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Лань».
4. https://znanium.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Znanium.com».

5. https://www.book.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Book.ru».
6. https://ibooks.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «ibooks.ru».
7. https://ranepalib.miflib.ru - Электронная библиотека издательства «МИФ».
8. https://eivis.ru – Ивис (East View). Полные тексты российских научных и практических журналов, а также газет центральной прессы России. Доступ с ip-адресов локальной сети Института.
9. https://grebennikon.ru - Полные тексты 38 научно-практических журналов по маркетингу, менеджменту, финансам и управлению персоналом ИД «Гребенников». Доступ с ip-адресов локальной сети Института.
10. http://www.consultant.ru/ - Справочно-правовая система «Консультант».
11. http://www.garant.ru/ Справочно-правовая система «Гарант».