

**Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС**  
Кафедра менеджмента

**ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА**

*«Управление изменениями»*

в рамках широкого бакалавриата «Управленческое консультирование»

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ  
ПО ВЫБОРУ**

**Б1.В.01**

краткое наименование дисциплины – ЭКФКС

по направлению подготовки/ специальности: 38.03.02, Менеджмент

форма(формы) обучения: очная

Год набора 2023

Новосибирск, 2022 г.

**Планируемые результаты освоения дисциплины:**

Дисциплина Б1.В.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту по выбору обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
УК ОС-7.	Способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК ОС-7.1	Способен вовлекаться в организованные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия
		УК ОС – 7.2	Способен вовлекаться в самостоятельные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия
		УК ОС-7.3	Способен разработать и реализовать программу физического саморазвития
		УК ОС-7.4	Способен определять уровень и формы физической нагрузки адекватно ситуации
		УК ОС-7.5	Способен самостоятельно выбирать вид физкультурно-спортивной деятельности, исходя из личных и профессиональных целей
		УК ОС-7.6	Способен развивать уровень своей физической подготовленности

**Объем дисциплины:**

Общий объем дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту по выбору» составляет 328 часов.

Количество академических часов, выделенных:

- на контактную работу обучающихся с преподавателем 328 часов

**Структура дисциплины:**

№ п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости <sup>1</sup> , промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
<b>Практический раздел</b>								
1.	Техническая подготовка	<b>58</b>	-	-	58	-	-	Т, Р, О, У, СН
2.	Плавательная подготовка *Силовая подготовка	<b>82</b>	-	-	82	-	-	Т, Р, О, У, СН
3.	Интегральная подготовка	<b>24</b>	-	-	24	-	-	Т, Р, О, У, СН
4.	Соревновательная подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	<b>12</b>	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
5.	Функциональная тренировка	<b>12</b>	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	<b>48</b>	-	-	48	-	-	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	<b>46</b>	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	<b>46</b>	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация								<b>зачет</b>
<b>Итого</b>		<b>328</b>	-	-	328	-	-	

**Форма промежуточной аттестации:** зачет

#### **Основная литература:**

1 Зайцева, И. П. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов III курса специальной медицинской группы «Б»: учебное пособие для бакалавров / И. П. Зайцева. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2022. — 267 с. — ISBN 978-5-4497-1463-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116762.html> (дата обращения: 31.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

2. Мудриевская, Е. В. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности : учебное пособие / Е. В. Мудриевская. — Саратов : Вузовское образование, 2021. — 53 с. — ISBN 978-5-4487-0782-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL:

<sup>1</sup> Примечание: 4 – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т), контрольная работа (КР), коллоквиум (К), эссе (Э), реферат (Р), диспут (Д), упражнения (У), сдача нормативов (СН) и др.

<https://www.iprbookshop.ru/107084.html> (дата обращения: 31.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А. Э. Буров, И. А. Лакейкина, М. Х. Бегметова, С. В. Небратенко. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 261 с. — ISBN 978-5-4487-0807-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116615.html> (дата обращения: 31.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

4. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебник / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. - Электрон. дан. - Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. - Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/52588.html>, требуется авторизация (дата обращения : 09.08.2016). – Загл. с экрана. – То же [Электронный ресурс]. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

5. Физическая культура студентов специального учебного отделения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Н. Гелецкая [и др.]. – Электрон. дан. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014, 219 с. – Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>, требуется авторизация – Загл. с экрана.

6. Физическая культура и спорт : учебник для обучающихся бакалавриата и специалитета по всем УГСН, реализуемым НИУ МГСУ / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ-МГСУ, ЭБС АСВ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2861-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110339.html> (дата обращения: 31.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей