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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

К.М.01.03 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора - 2023

Калининград, 2023 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 5

3. Содержание и структура дисциплины 6

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся 10

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине 11

6. Методические материалы по освоению дисциплины 14

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет". 21

7.1. Основная литература……21

7.2. Дополнительная литература……22

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация……22

7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы …….....22

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 23

Автор(ы)-составитель(и) РПД:

кандидат психологических наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	Е. Г. Сайганова
доцент, заместитель заведующего кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС	В.Н. Фетисов
старший преподаватель, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	А.А. Бударников

Кураторы программы дисциплины:

кандидат исторических наук, доцент, начальник отдела основных и дополнительных образовательных программ Учебно-методического управления РАНХиГС	И. Ю. Гагарина
доктор культурологии, профессор, заместитель начальника отдела основных и дополнительных образовательных программ Учебно-методического управления РАНХиГС	И. И. Лисович

Редактор программы дисциплины:

старший специалист кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	А. А. Оболенская

Заведующий кафедрой
физического воспитания и здоровья РАНХиГС,
кандидат педагогических наук — А.М. Шувалов

РПД ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:
АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА (ЭЛЕКТИВНЫЙ МОДУЛЬ)
одобрена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС

Протокол № 1-23 от «26» января 2023 г.
(год набора 2023)

Автор-составитель:
Доцент кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.п.н Г.Л. Морозов

Заведующий кафедрой гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.филос.н., доцент В.Ф. Соколова

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

1.1. Дисциплина «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» обеспечивает овладение универсальной компетенцией **УК ОС-7**:
способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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		

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

ОТФ/ТФ ***(при наличии профстандарта)/*** **трудовые или профессиональные действия**	**Код компонента компетенции**	**Результаты обучения**
		На уровне знаний: Кругозор личности в сфере физической культуры и спорта. Знания можно разделить на теоретические, методические и практические. Знания необходимы для самопознания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
		На уровне умений: Творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
		На уровне навыков: Система практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, а также овладение

		обучающимися навыков по составлению, выполнению комплекса упражнений гимнастики и контролированию своего физического состояния.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» происходит на 1, 2 и 3 курсе РАНХиГС (1-6 семестры) в соответствии с учебным планом.

Общий объем дисциплины «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» составляет 328 (триста двадцать восемь) академических часов, в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий - практические занятия (далее – ПЗ) (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).

Место дисциплины в структуре образовательной программы:
Дисциплина «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» на 1 курсе изучается одновременно с дисциплиной «Физическая культура и спорт. (Обязательная часть)», которая также служит дальнейшим основанием для ее изучения на 2-3 курсах.

Дисциплина «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективной модуль)» является вариативной составляющей образовательной программы, значимость дисциплины обусловлена гармонизацией духовных и физических сил, формированием общечеловеческих ценностей, системой знаний, интересов, мотивов и убеждений, организующих и направляющих волевые усилия личности обучающегося, нацеленностью на здоровый образ жизни, физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья – основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины, осваиваемой в форме контактной работы

Для очной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости [1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Упражнения с собственным весом	**58**	-	-	58	-	-	Т, Р, О, У, СН
2.	Гимнастические упражнения	**82**	-	-	82	-	-	Т, Р, О, У, СН
3.	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	**24**	-	-	24	-	-	Т, Р, О, У, СН
4.	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
5.	Силовые эстафеты *Силовые сеты	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	-	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**-**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости [1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Упражнения с собственным весом	**58**	-	-	58	-	0	Т, Р, О, У, СН
2.	Гимнастические упражнения	**82**	-	-	82	-	0	Т, Р, О, У, СН
3.	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	**24**	-	-	24	-	0	Т, Р, О, У, СН
4.	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
5.	Силовые эстафеты *Силовые сеты	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	0	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**0**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

3.2. Содержание дисциплины

Тема: **Упражнения с собственным весом**

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для ног. Упражнения для всех частей тела. Разноименные движения на координацию. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения на растягивание и расслабление. Упражнения с сопротивлением партнера.

Тема: **Гимнастические упражнения**

Упражнения на брусьях, перекладине, гимнастической стенке. Упражнения с гантелями и гирями. Упражнения рук и плечевого пояса. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для ног. Упражнения для всех частей тела. Техника гиревого спорта (рывок, толчок).

Тема: **Специальная физическая подготовка**

Упражнения, направленные на набор мышечной массы, на развитие силы, на развитие максимальной силы

Лежа, опираясь бедрами, наклоны туловища вперед; лежа жим ногами; сидя разгибание ног на тренажере; лежа сгибание ног на тренажере; приседания со штангой «в ножницах»; в висе подъем ног макс.; отжимания в упоре лежа; лежа на горизонтальной скамье жим штанги; отжимания в упоре на брусьях; стоя в наклоне разведение рук с гантелями в стороны; стоя разгибание рук с рукоятью блочного тренажера; лежа подъем туловища макс.; стоя тяга штанги к подбородку; стоя в наклоне тяга штанги к груди; стоя сгибание рук со штангой; сидя разгибание руки с гантелью из- за головы.; лежа на горизонтальной скамье разведение рук с гантелями; подтягивания на перекладине максимально возможное количество повторений; приседания со штангой на плечах; приседания на тренажере «Гак»; лежа разгибание рук за голову (французский жим); подтягивания широким хватом максимально возможное количество повторений; тяга становая; сидя сгибание рук со штангой в запястьях.

Тема: **Общая физическая подготовка**

Кроссовая подготовка. Спортивные игры. Упражнения на развитие сопряженных силовых способностей: силовой выносливости; скоростной силы. Использование средств гиревого спорта (рывок гири, толчок гири, жонглирование гирей). Развитие силовой выносливости. Упражнения с массой собственного тела, в самосопротивлении и с сопротивлением партнера. Освоение базовых упражнений атлета. Начальные «гантельные» комплексы (для укрепления основных мышечных групп и прорабатывание отстающих).

Тема: **Упражнения на тренажерах**

Принципы работы на блочных тренажерах. Упражнения на тренажере «Кроссовер». Упражнения на тренажере «Тяга верхняя». Упражнения на тренажере «Тяга снизу». Упражнения на тренажере «Бабочка». Упражнения на тренажере «Жим ногами». Упражнения на тренажере «Сгибание ног». Упражнения на тренажере «Разгибание ног». Упражнения на многофункциональном тренажере**.**

Тема: **Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)***

Принципы работы с использованием упругих предметов заключается, в том что, всё упражнение выполняется в напряженном состоянии мышц сгибателей так и разгибателей, эмитируя упражнения как на блочных тренажерах. Упражнения «Кроссовер». Упражнения «Тяга верхняя». Упражнения «Тяга снизу». Упражнения «Бабочка». Упражнения «Жим ногами». Упражнения «Сгибание ног». Упражнения «Разгибание ног». Многочисленные упражнения на мышцы пресса, плеч и рук.

Тема: **Упражнения со штангой**

Упражнения для мышц груди. Упражнения для мышц спины. Упражнения для дельтовидных мышц. Упражнения для мышц рук (бицепс, трицепс, предплечье). Упражнение для мышц бедра (передняя и задняя поверхность). Упражнения для мышц голени.

Приседание со штангой

Действия спортсмена до съема штанги со стоек. Съем штанги со стоек. Положение спины и расстановка ног. Действия атлета при уходе в подсед, способствующие системы в подседе. Зависимость высоты фиксации штанги от подвижности в голеностопных, коленных и тазобедренных суставах. Вставание из подседа. Биомеханические условия сохранения равновесия и вставание в разных способах подседа. Фиксация.

Жим лёжа

Действия спортсмена до съѐма штанги со стоек. Расстановка ног. Ширина хвата. Положение туловища на скамье. Опускание и остановка штанги на груди. Жим от груди. Фиксация.

Становая тяга

Стартовое положение. Расстановка ног. Способы захвата и оптимальная ширина хвата. Положение ног, головы, туловища, рук на старте, величины углов в коленных, голеностопных и тазобедренных суставах. Съем штанги с помоста. Работа мышц разгибателей ног и туловища. Фиксация штанги в верхней точке подъема.

Тема: **Упражнения с отягощениями***

Упражнения для мышц груди. Упражнения для мышц спины. Упражнения для дельтовидных мышц. Упражнения для мышц рук (бицепс, трицепс, предплечье). Упражнения для мышц бедра (передняя и задняя поверхность). Упражнения для мышц голени.

Приседание с использованием эспандеров разной жесткости

Действия спортсмена до расположения эспандера на шее-вниз-под пятки, в положении присев. Выпрямление, спина прямая и расстановка ног. Плавные действия при опускании вниз в сед. Вставание из седа. Биомеханические условия сохранения равновесия и вставание в разных способах седа. Фиксация, стоя, спина прямая.

Жим лёжа

Действия спортсмена с расположения эспандера на спине по лопаткам в кисти между большим и указательным пальцах. Расстановка ног. Ширина хвата. Положение туловища на скамье. Опускание и краткая остановка на груди. Жим от груди. Фиксация.

Становая тяга

Стартовое положение. Расстановка ног. Способы захвата и оптимальная ширина хвата. Положение ног, эспандер располагается под ногами посередине стопы, шея прямая, смотреть вперед слегка вверх, туловище прямое, руки на старте между коленями, величины углов в коленных, голеностопных и тазобедренных суставах. Старт из положения полусед, плавно вверх в натяжении. Работа мышц разгибателей ног и туловища. Фиксация в верхней точке подъема.

Тема: **Прикладно-ориентированная подготовка**

Прикладно-ориентированные упражнения из различных видов легкой атлетики: метание в цель и на дальность, разновидности бега; из гимнастики с элементами акробатики: перекаты, кувырки, лазание, перелазание, прыжки, преодоление препятствий; из спортивных игр: ориентирование в пространстве, различные перемещения.

Тема: **Силовые эстафеты**

Эстафеты с переносом отягощений (блины, боксерские мешки).

Тема: **Силовые сеты***

С отягощениями на количество повторений с расчленением упражнения (гантели, диски, боксерские мешки, пластиковые бутылки с сыпучим наполнителями и т.д.)

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» используются следующие **методы текущего контроля** успеваемости обучающихся**:**

	Тема и/или раздел	**Методы текущего контроля успеваемости**
1.	Практический раздел (учебно-тренировочные занятия)	Тестируются нормативы текущего контроля успеваемости
2.	Практический раздел (самостоятельные учебно-тренировочные занятия в системе дистанционного обучения (СДО))	«Дневник самоконтроля занимающегося» с предоставлением отчета курирующему занятия в СДО преподавателю (для заочной формы обучения)

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Примерный перечень тем рефератов

1. История возникновения и развития атлетической гимнастики, её цели и задачи как физкультурно-оздоровительной системы.
2. Анализ современного состояния развития атлетической гимнастики (по материалам спортивных соревнований различного уровня).
3. Основные понятия и разновидности атлетической гимнастики.
4. Морфо-функциональные изменения, происходящие при занятиях атлетической гимнастикой.
5. Характеристика спортивно-прикладных видов гимнастических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта.
6. Оздоровительная направленность атлетической гимнастики.
7. Правила техники безопасности во время занятий атлетической гимнастикой, предупреждение травматизма на занятиях по атлетической гимнастике.
8. Атлетическая гимнастика как форма и средство силовой подготовки, влияние занятий силовыми видами на повышение уровня физической подготовленности.
9. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся атлетической гимнастикой.
10. Анализ правил соревнований, классификационных программ по различным видам атлетической гимнастики (исторический обзор).

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Зачет выставляется по накопительной системе (схеме) и проводится с применением **следующих методов (средств):** оценка за работу на занятиях и оценка по результатам контрольного тестирования физической подготовленности в течение семестра.

При изучении дисциплины, обучающиеся в течение семестра посещают учебные занятия, занятия в спортивных группах, участвуют в различных соревнованиях, изучают видеоматериалы. Зачет по накопительной системе (схеме) выставляется на основе результатов текущего контроля успеваемости в семестре.

Успешность работы обучающегося в учебном семестре по дисциплине оценивается по 100-балльной шкале.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Ключевой/промежуточный индикатор оценивания	Критерий оценивания
	На основе самодиагностики физического состояния отбираются и реализуются методы поддерживания физического здоровья	Формирование уровня функциональных и двигательных способностей, соответствующий возрасту уровень технической, скоростно-силовой, силовой подготовленности, общей выносливости.

5.3. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы I курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Прыжки в длину с места (см)	180	170	160	150	130 и более
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	17	13	10	8	6 и менее
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	12	10	8	6	5 и менее
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	14	11	8	6	5 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Прыжки в длину с места (см)	230	220	210	170	140 и менее
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	12	10	8	8	6 и менее
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	35	30	25	20	15 и менее

4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	11	8	6	4	3 и менее

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы II курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Прыжки в длину с места (см)	190	175	165	150	130 и менее
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	20	15	10	8	6 и менее
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	14	12	10	8	6 и менее
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	16	11	8	6	5 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Прыжки в длину с места (см)	240	235	215	190	170 и менее
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	13	10	9	8	6 и менее
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	40	35	30	25	20 и менее
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	13	7	6	4	3 и менее

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы III курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Прыжки в длину с места (см)	195	185	175	165	150 и менее
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	23	18	13	10	8 и менее
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	17	15	13	10	8 и менее
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	18	15	12	8	6 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Прыжки в длину с места (см)	245	235	225	190	170 и менее
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	15	13	11	9	8 и менее

3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	45	35	30	25	20 и менее
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	15	10	8	4	3 и менее

Шкала оценивания

Шкала оценивания по дисциплине	
Баллы	**Оценка**
0-50	«не зачтено»
51-100	«зачтено»

Порядок формирования балльной оценки

Тип работы	**Максимальное количество баллов**
Посещение практических занятий (2 балла за занятие) 1 курс 2, 3 курсы	 36 64
Сдача практических контрольных тестов по видам спорта/специализациям 1 курс 2,3 курсы	 64 36
Итого	**100**
Дополнительные баллы	*30*

Посещение практических занятий - 2 балла за занятие.

Сдача контрольных нормативов - до 64 баллов - на 1 курсе, до 36 баллов – на 2,3 курсах.

Обучающиеся, освобожденные от занятий по физической культуре и спорту по состоянию здоровья выполняют теоретические задания: составление комплексов упражнений, написание рефератов, написание статей - до 100 баллов.

Дополнительные баллы (до 30 баллов):

1 (один) академический час участия в соревнованиях/спортивных мероприятиях факультета, Академии, межвузовских соревнованиях, международных соревнованиях приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия.

1 (один) академический час участия в судействе соревнований/волонтерской деятельности приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия (для обучающихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья).

Сумма баллов, набранная обучающимся по результатам каждой аттестации, включая дополнительные баллы, заносится преподавателем, проводящим аттестацию в

соответствующую форму единой ведомости, которая используется в течение всего семестра и хранится в деканате соответствующего факультета (института), а в зачетную книжку проставляется «зачёт».
Обучающийся должен быть ознакомлен с текущей успеваемостью, набранной им суммой баллов во время занятий или консультаций не менее трех (четырех) раз за семестр, на занятиях, следующих за контрольными занятиями и на предпоследнем занятии перед сессией (зачетной неделей).

Промежуточная аттестация (зачёт по накопительной системе (схеме)) – выставляется на основе суммы баллов по результатам всех запланированных контрольных мероприятий и посещаемости учебных занятий на протяжении семестра. При оценивании уровня освоения дисциплины, оценке подлежат конкретные знания, умения и навыки обучающегося.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

В процессе учебно-тренировочной деятельности осуществляется дифференцированный подход к обучающимся, учитывается ряд индивидуальных особенностей. Овладение достаточно большим объемом навыков и умений даст возможность обучающимся грамотно и осмысленно заниматься физическими упражнениями. Учитывая фундаментальную роль дисциплины в подготовке специалистов, особое внимание в процессе реализации дисциплины необходимо акцентировать на работе обучающихся, а также на максимально возможное разнообразие форм ее организации, способствующих повышению эффективности освоения дисциплины.
Описание полного объема практических умений и навыков, примерные комплексы общеразвивающих упражнений, перечень вопросов и заданий для самостоятельной подготовки, методика тестирования физической подготовленности, примерный перечень домашних заданий, примерный перечень занятий для самостоятельной работы, примерные планы еженедельных самостоятельных занятий содержатся в «Методических указаниях по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС», разработанных кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС.
https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749

Распределение учебных часов и форм контроля дисциплины по семестрам (328 ак.ч.)

Для очной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	36	36	64	64	64	64	**328**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Для очно-заочной, заочной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	6	6	4	4	4	4	**28**
Самостоятельная работа	30	30	60	60	60	60	**300**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Распределение учебных часов по темам и видам занятий

Для очной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Упражнения с собственным весом	8	8	-
	Гимнастические упражнения	8	8	-
	Специальная физическая подготовка	10	10	-
	Общая физическая подготовка	10	10	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 2	Упражнения с собственным весом	10	10	-
	Гимнастические упражнения	10	10	-
	Специальная физическая подготовка	8	8	-
	Общая физическая подготовка	8	8	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 3	Упражнения с собственным весом	10	10	-
	Гимнастические упражнения	16	16	-
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	-
	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
Семестр 4	Упражнения с собственным весом	10	10	-
	Гимнастические упражнения	16	16	-
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	-
	Силовые эстафеты *Силовые сеты	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**

	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
Семестр 5	Упражнения с собственным весом	10	10	-
	Гимнастические упражнения	16	16	-
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	-
	Силовые эстафеты *Силовые сеты	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 6	Упражнения с собственным весом	10	10	-
	Гимнастические упражнения	16	16	-
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	-
	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
	Итого:	**328**	**328**	**-**
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Упражнения с собственным весом	8	8	0
	Гимнастические упражнения	8	8	0
	Специальная физическая подготовка	10	10	0
	Общая физическая подготовка	10	10	0
	Всего:	**36**	**36**	0
Семестр 2	Упражнения с собственным весом	10	10	0
	Гимнастические упражнения	10	10	0
	Специальная физическая подготовка	8	8	0
	Общая физическая подготовка	8	8	0
	Всего:	**36**	**36**	0
Семестр 3	Упражнения с собственным весом	10	10	0
	Гимнастические упражнения	16	16	0
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	0
	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	0
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	0
Семестр 4	Упражнения с собственным весом	10	10	0
	Гимнастические упражнения	16	16	0
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	0
	Силовые эстафеты *Силовые сеты	6	6	0

	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	0
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	0
Семестр 5	Упражнения с собственным весом	10	10	0
	Гимнастические упражнения	16	16	0
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	0
	Силовые эстафеты *Силовые сеты	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	0
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	0

Семестр 6	Упражнения с собственным весом	10	10	0
	Гимнастические упражнения	16	16	0
	Упражнения на тренажерах *Упражнения с упругими предметами (жгуты, эспандеры)	6	6	0
	Упражнения со штангой *Упражнения с отягощениями	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	0
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	0
	Итого:	**328**	**328**	0
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Методические указания по выполнению индивидуальных письменных работ

Реферат – это письменная аналитическая работа по одному из актуальных вопросов теории или практики какой-либо предметной дисциплине.

Реферат в переводе с латинского языка означает «пусть он доложит». Поэтому, по сути, это обобщенная запись идей (концепций, точек зрения) на основе самостоятельного анализа различных или рекомендованных источников и предложение авторских (оригинальных) выводов.

Чтобы изложить собственное мнение по определенной проблеме, требуется, *во-первых,* хорошо знать материал, а *во-вторых,* быть готовым умело передать его содержание в письменной форме, сделать логичные выводы.

Реферат может быть подготовлен по заданной теме на основе одного или двух источников. В других случаях требуется работа с большим количеством книг, статей, справочной литературы. В реферате должны присутствовать характерные поисковые признаки;

раскрытие содержания основных концепций, цитирование мнений некоторых специалистов по данной проблеме, текстовые дополнения в постраничных сносках или оформление специального словаря в приложении и т.п. При этом важно использовать личные картотеки выписок, справок, документов. При написании текста реферата документированные фрагменты сопровождаются логическими авторскими связками.

Обучающемуся предоставляется право самостоятельно выбрать тему реферата из списка. При определении темы учитывается ее актуальность, научная разработанность, наличие базы источников, а также опыт практической деятельности, начальные знания обучающегося, его личный интерес к выбору проблемы. После выбора темы составляется список изданной по теме (проблеме) литературы, необходимых справочных источников. Обязательно следует уточнить перечень нормативно-правовых актов органов государственной власти и управления, других документов для анализа.

План реферата имеет внутреннее единство, строгую логику изложения, смысловую завершенность раскрываемой проблемы (темы). Реферат состоит из краткого введения, одного или двух параграфов основной части, заключения и списка использованных источников. Во *введении* (1-1,5 страницы) раскрывается актуальность темы (проблемы), сопоставляются основные точки зрения, показываются цель и задачи производимого в реферате анализа. В *основной* части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований.

Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора. В *заключении* (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с целью и задачами реферата делаются выводы или даются практические рекомендации по разрешению исследуемой проблемы в рамках государства, региона или сферы управления.

Объем реферата, как правило, не должен превышать 10 страниц машинописного (компьютерного) текста при требуемом интервале. После титульного листа печатается план реферата. Каждый раздел реферата начинается с названия. Оформляется справочно-библиографическое описание литературы и других источников.

Реферат оформляется на стандартных листах бумаги А 4 (210×297 мм) с одной стороны. Текст работы отпечатывается через полтора интервала. Постраничные сноски оформляются через один интервал. Поля: левое – 35 мм, правое – до 15 мм, верхнее и нижнее – не менее 20 мм. Формат: набор Word 8.0, Word 10.0, шрифт: Times New Roman, 12-й или 14-й кегль (для сносок 10-й кегль).
Рефераты могут быть сданы обучающимися и проверены преподавателем, как в системе дистанционного обучения (СДО), так и на бумажном носителе.

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

7.1. Основная литература

1. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. - Москва: Спорт, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-907225-41-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1153739
2. Гимнастика. Методика преподавания : учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общ. ред. В.М. Миронова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 335 с.: ил. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-578-6. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1381285
3. Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: Учебник / Виноградов Г.П. - Москва: Спорт, 2017. - 408 с.ISBN 978-5-906839-30-5. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/913318
4. Вышедко, А. М. Современные аспекты атлетической гимнастики: монография / А.М. Вышедко, Л.Т. Сабинин, А.В. Морозов; под ред.Е.Н. Даниловой. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2018. - 212 с. - ISBN 978-5-7638-3859-6. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1031851
5. Бударников А.А. Методические основы пауэрлифтинга в вузе: Учебное пособие/ А.А. Бударников./ М.: Изд-во ФГБОУ ВПО РУДН, 2012. - 156с. http://www.iprbookshop.ru/11406
6. Бударников А.А., Козлов А.В. Пауэрлифтинг – вариативный компонент физической культуры в вузе: Учебное пособие/ А.А. Бударников., А.В.Козлов/ М.: Изд-во ФГБОУ ВПО РУДН, 2013. - 248с. https://search.rsl.ru/ru/record/01006690483
7. Бударников А.А, Козлов А.В, Каганер Т.А. Силовые виды спорта: спортивная тренировка девушек – студенток: Учебное пособие/ А.А. Бударников, А.В.Козлов, Т.А. Каганер/ М.: Изд-во ФГБОУ ВПО РУДН, 2013. - 248с. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29019318
8. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022; Омск: Изд-во ОмГТУ. - 110 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11767-7 (Издательство Юрайт). - ISBN 978 5 8149 25 47 3 (Изд-во ОмГТУ). - URL: https://urait.ru/bcode/495814
9. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. - Москва: ИНФРА-М, 2021. - 201 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1361807
10. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 146 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11118-7. - URL: https://urait.ru/bcode/495446
11. Физическая культура. Лекции: учеб. пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - ISBN 978-5-238-02982-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1027339
12. Гришина, Ю. И. Физическая культура студента: учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. - 283 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-31286-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1081521

13. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов, составляющих здоровый образ жизни студентов / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - Москва: Научный консультант, 2017. - ISBN 978-5-9909615-6-2. https://znanium.com/catalog/product/1023871

7.2. Дополнительная литература

1. Методические указания по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС / под ред. Сайгановой Е. Г. – М.: Изд-во РАНХиГС, 2019. https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749
2. Сайганова Е.Г. Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ Под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762
3. Сайганова Е.Г. Физическая культура и подготовка к государственной гражданской службе: монография / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов – М.: Изд-во РАГС, 2011. 169 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351765
4. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 228 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351764
5. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 270 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351763

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Указ Президента Российской Федерации от 24.03. 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.06.2017 г. № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы»

7.4. Интернет-ресурсы (базы данных, мультимедиа ресурсы, сайты, порталы и иные ресурсы)

1. Электронный каталог библиотеки РАНХиГС http://ranepa.ru
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. Научная электронная библиотека https://elibrary.ru/

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

Спортивная база кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС *

№	Наименование спортсооружений	Кол-во	Площадь одного сооружения	Учебный корпус	Виды спорта
1	Универсальный спортивный зал с раздевалками и душевыми	1	24х14 336м2	1	Баскетбол Волейбол Теннис настольный Теннис Бадминтон.
2	Тренажерный зал с раздевалками и душевыми	1	14х7 98м2	1	Атлетическая гимнастика Общая физическая подготовка Фитнес Бодиформинг.
3	Открытая универсальная спортивная площадка	1	40х20 800м2	На территории ЗФ РАНХиГС	Футбол Волейбол Баскетбол Теннис.

Программное обеспечение дисциплины

Для программного обеспечения дисциплины необходим Microsoft Office – офисный пакет приложений, созданных корпорацией Microsoft для операционных систем Microsoft Windows, система дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС: https://lms.ranepa.ru.

Название приложения	Характеристика
Word	Текстовый процессор, позволяет подготавливать документы различной сложности.
Excel	Табличный процессор, поддерживает все необходимые функции для создания электронных таблиц любой сложности
PowerPoint	Программа подготовки презентаций

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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

К.М.01.03 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: БАСКЕТБОЛ

бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора – 2023

Калининград, 2023

СОДЕРЖАНИЕ:

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

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО 5

3. Содержание и структура дисциплины....6

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся. 14

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине....14

6. Методические материалы по освоению дисциплины. 18

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"....25

7.1. Основная литература....25

7.2. Дополнительная литература....25

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация....26

7.4. Интернет-ресурсы (базы данных, мультимедиа ресурсы, сайты, порталы и иные ресурсы 26

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы....27

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы....6
2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО 7
3. Содержание и структура дисциплины....8
Для очно-заочной, заочной формы обучения 9
3.2. Содержание дисциплины 10
Тема: **Техническая подготовка** 10
Тема: **Тактическая подготовка** 11
Тема: **Силовая подготовка*** 11
Тема: **Специальная физическая подготовка** 12
Тема: **Общефизическая подготовка** 14
Тема: **Интегральная подготовка**....15
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся 16
4.1. В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» используются следующие **методы текущего контроля** успеваемости обучающихся**:** 16
4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся 16
5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине....16

5.3. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации 17
Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы I курса 17
Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы II курса 18
Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы III курса 18
Шкала оценивания 19
Порядок формирования балльной оценки 19
Тип работы 19
Максимальное количество баллов 19
Посещение практических занятий 19
(2 балла за занятие) 19
1 курс 19
2, 3 курсы 19
36 19
64 19
Сдача практических контрольных тестов 19
по видам спорта/специализациям 19
1 курс 19
2,3 курсы 19
64 19
36 19
Итого 19
100 19
Дополнительные баллы 19
30 19
6. Методические материалы по освоению дисциплины 20
Описание полного объема практических умений и навыков, примерные комплексы общеразвивающих упражнений, перечень вопросов и заданий для самостоятельной подготовки, методика тестирования физической подготовленности, примерный перечень домашних заданий, примерный перечень занятий для самостоятельной работы, примерные планы еженедельных самостоятельных занятий содержатся в «Методических указаниях по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС», разработанных кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС. 20
https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749 20
Распределение учебных часов и форм контроля дисциплины по семестрам (328 ак.ч.) 21
Для очной формы обучения 21
Для очно-заочной, заочной формы обучения 21
7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" 27
7.1. Основная литература 27
2. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: Учебное методическое пособие / сост. Д.П. Айдеми, - 2-е изд., стер.- Москва: Флинта, 2018.-39 с. - ISBN . - https://znanium.com/catalog/product/962569 27
7.2. Дополнительная литература 27
7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация 28
8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 29
Спортивная база кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин ЗФ РАНХиГС * 29
№ 29
Наименование спортсооружений 29

Кол-во.....29
Площадь одного сооружения.....29
Учебный корпус.....29
Виды спорта.....29
1.....29
Универсальный спортивный зал с раздевалками и душевыми.....29
1.....29
24х14.....29
336м2.....29
1.....29
Баскетбол.....29
Волейбол.....29
Теннис настольный Теннис.....29
Бадминтон......29
2.....29
Тренажерный зал с раздевалками и душевыми.....29
1.....29
14х7.....29
98м2.....29
1.....29
Атлетическая гимнастика.....29
Общая физическая подготовка.....29
Фитнес Бодиформинг......29
3.....29
Открытая универсальная спортивная площадка.....29
1.....29
40х20.....29
800м2.....29
На территории ЗФ РАНХиГС.....29
Футбол.....29
Волейбол.....29
Баскетбол.....29
Теннис......29
Программное обеспечение дисциплины.....29

Автор(ы)-составитель(и) РПД:

кандидат психологических наук,
доцент кафедры физического воспитания и здоровья
РАНХиГС Е. Г. Сайганова

доцент, заместитель заведующего
кафедрой физического воспитания и здоровья
РАНХиГС В.Н. Фетисов

старший преподаватель
кафедры физического воспитания и здоровья
РАНХиГС О.В. Евдокимов

Кураторы программы дисциплины:

кандидат исторических наук, доцент, начальник отдела
основных и дополнительных образовательных
программ Учебно-методического управления
РАНХиГС И. Ю. Гагарина

доктор культурологии, профессор, заместитель
начальника отдела основных и дополнительных
образовательных программ Учебно-методического
управления РАНХиГС И. И. Лисович

Редактор программы дисциплины:

старший специалист кафедры физического воспитания
и здоровья РАНХиГС А. А. Оболенская

Заведующий кафедрой
физического воспитания и здоровья РАНХиГС,
кандидат педагогических наук А.М. Шувалов

РПД ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: БАСКЕТБОЛ (ЭЛЕКТИВНЫЙ МОДУЛЬ)
одобрена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС

Протокол № 1-23 от «26» января 2023 г.
(год набора 2023)

Автор-составитель:
Доцент кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.п.н Г.Л. Морозов

Заведующий кафедрой гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.филос.н., доцент В.Ф. Соколова

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

1.1. Дисциплина «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» обеспечивает овладение универсальной компетенцией **УК ОС-7**:
способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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		

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

ОТФ/ТФ *(при наличии профстандарта)/* трудовые или профессиональные действия	Код компонента компетенции	Результаты обучения
		На уровне знаний: Кругозор личности в сфере физической культуры и спорта. Знания можно разделить на теоретические, методические и практические. Знания необходимы для самопознания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
		На уровне умений: Творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
		На уровне навыков: Система практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, а также овладение обучающимися навыков по

		составлению, выполнению комплекса упражнений гимнастики и контролированию своего физического состояния.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» происходит на 1, 2 и 3 курсе РАНХиГС (1-6 семестры) в соответствии с учебным планом.

Общий объем дисциплины «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» составляет 328 (триста двадцать восемь) академических часов, в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий - практические занятия (далее – ПЗ) (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).

Место дисциплины в структуре образовательной программы:
Дисциплина «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» на 1 курсе изучается одновременно с дисциплиной «Физическая культура и спорт. (Обязательная часть)», которая также служит дальнейшим основанием для ее изучения на 2-3 курсах.

Дисциплина «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективной модуль)» является вариативной составляющей образовательной программы, значимость дисциплины обусловлена гармонизацией духовных и физических сил, формированием общечеловеческих ценностей, системой знаний, интересов, мотивов и убеждений, организующих и направляющих волевые усилия личности обучающегося, нацеленностью на здоровый образ жизни, физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья – основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины, осваиваемой в форме контактной работы

Для очной формы обучения

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

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости[1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Техническая подготовка	**58**	-	-	58	-	0	Т, Р, О, У, СН
2.	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	**82**	-	-	82	-	0	Т, Р, О, У, СН
3.	Интегральная подготовка	**24**	-	-	24	-	0	Т, Р, О, У, СН
4.	Игровая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
5.	Функциональная тренировка	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	0	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**0**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

3.2. Содержание дисциплины

Тема: **Техническая подготовка**

Техника нападения

Передвижения и стойки: передвижения с максимальной скоростью, ускорения, остановки; сочетание передвижений с остановками, прыжками, поворотами; сочетание передвижений, остановок, прыжков с техническими приёмами нападения.

Владение мячом: ловля мяча (на максимальной скорости передвижения при сопротивлении противника, на максимальной высоте прыжка при сопротивлении противника с целью последующей атаки корзины); (после резкого входа в 3-секундную зону; в наивысшей точке прыжка с целью последующей атаки корзины; приём голевых передач, скрытых передач, мяча в движении на максимальной скорости, сброшенного мяча в условиях, моделирующих различные игровые ситуации повышенной сложности; сочетание различных способов ловли мяча с техническими приёмами нападения в разных игровых ситуациях повышенной сложности; передача мяча (длинная передача мяча двумя и одной рукой сверху, передача мяча игроку, убегающему «в отрыв»; длинная передача в сторону боковой линии, передача мяча нападающему, входящему в 3-секундную зону в различных игровых ситуациях, передача мяча после ловли в прыжке, первая передача «в отрыв» после подбора мяча при активном сопротивлении противника; передача мяча с разворотом на 180°; передача мяча центровому игроку с целью атаки корзины, скрытые передачи из различных исходных положений; передача мяча с финтами, сбрасывание мяча при проходах на кольцо); броски мяча (в прыжке с ближних, средних дистанций, а также при активном сопротивлении противника, добивание мяча, бросок мяча в прыжке с разворотом на 180°; бросок мяча двумя, одной руками сверху вниз, на месте и в движении; штрафной бросок; добивание мяча после отскока от щита или кольца двумя и одной рукой в одно касание; многократное добивание мяча при активном противодействии; бросок мяча с места с дальних дистанций при активном сопротивлении противника; бросок мяча после резкого входа под кольцо в игровых ситуациях повышенной сложности).

Ведение мяча: проход под кольцо из исходного положения лицом и спиной к защитнику; проход вдоль лицевой линии с последующим сбрасыванием мяча партнёру, входящему в 3-секундную зону; ведение мяча со сменой режима и характера передвижения; дриблинг; проходы из положений спиной, боком к щиту при активном сопротивлении противника; ведение мяча на максимальной скорости со сменой высоты отскока в игровых ситуациях при активном сопротивлении противника; обводка на скорости с различными способами маневрирования в ситуациях высокой игровой сложности; проход под кольцо с правой и левой стороны с последующей атакой корзины при активном сопротивлении противника.

Техника защиты

Передвижения: сочетание передвижений, стоек с техническими приёмами защиты в различных частях площадки; сочетание остановок и прыжков с техническими приёмами защиты; передвижения и стойки при подстраховке центрового игрока; передвижения и стойки при противодействии игрокам различного амплуа при их месторасположении в различных частях площадки.

Овладение мячом: отбивание и перехват голевых передач; противодействие дриблингу; отбивание и перехват мяча при передачах центровому игроку; противодействие броску сверху вниз; перехват и отбивание мяча при сбрасывании; сочетание подбора мяча у своего кольца с последующей передачей в отрыв; противодействие игрокам, находящимся в различных зонах площадки; противодействие при смене позиций центрового игрока.

Тема: **Тактическая подготовка**

Тактика нападения

Индивидуальные действия: выбор места для применения технических приёмов и их сочетаний в индивидуальных действиях с учётом выполняемых функций и применяющихся систем игры; против конкретного противника с учётом его индивидуальных особенностей.

Групповые действия: выбор момента и способа взаимодействия с партнёрами в зависимости от выполняемых функций, применяющихся систем игры и конкретных тактических задач, групповые взаимодействия в соответствии с планом игры.

Командные действия: нападение против зонного прессинга; применение комбинаций в ходе игры; сочетание систем игры в нападении в ходе встречи; выполнение намеченного плана командных действий в ходе игры; умение изменять тактические действия команды в ходе встречи в зависимости от различных факторов (результат, неожиданное действие противника, индивидуальные особенности отдельных игроков и т.п.).

Тактика защиты

Индивидуальные действия: выбор места и способа противодействия партнёру, в зависимости от его игровых функций и месторасположения; выбор места способа овладения мячом, противодействия и их сочетаний в комплексных индивидуальных действиях с учётом игровых функций и применяющихся систем игры; против конкретного противника с учётом его индивидуальных особенностей.

Групповые действия: выбор места, момента и способа взаимодействия с партнёрами при зонном прессинге; групповые взаимодействия с учётом конкретного противника.

Командные действия: зонный прессинг; организация защитных действий против применения комбинаций в процессе игры; сочетание систем игры в ходе встречи; смена форм защиты в зависимости от конкретной ситуации.

Тема: **Силовая подготовка***

Под силой понимается способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий.

Режим работы мышц называют преодолевающим, если при преодолении какого-либо сопротивления они сокращаются и укорачиваются.

Режим уступающий, мышцы противодействуют какому-либо сопротивлению, растягиваются и удлиняются. Эти режимы динамические. Также существуют режимы статические или изометрические, где мышцы не сокращаются и не растягиваются.

При двигательной деятельности человека сила характеризуется степенью напряжений развиваемого мышцами.

Структурные особенности мышц (поперечно - полосатых) направление мышечных волокон физиологический поперечник и толщина одного волокна.

При прочих равных условиях мышцы с большим поперечным сечением могут развивать и большую величину напряжения. Перистое расположение волокон в мышце по сравнению с параллельным при том же ее объеме значительно увеличивают физиологический поперечник, повышая тем самым силу мышц. Важное значение при развитии силы оказывает также повышение в мышцах химических потенциалов. Силовые нагрузки приводят к увеличению потенциальных возможностей анаэробного энергетического обеспечения, содействует ускорению важных ферментных процессов. Белок миозин количество, которого возрастает при развитии силы, является не только сократительным белком мышцы, но и ферментом, расщепляющим АТФ.

Физиологические механизмы, способствующие развития качества силы путем улучшения координации двигательных и вегетативных функций многочисленны.

К важнейшим из них принадлежат: увеличение степени мобилизации в мышцах антагонистах двигательных функциональных единиц. Торможение деятельности мышц антагонистов. Поступление в мышцы импульсов через симпатическую нервную систему.

Величина мышечного напряжения зависит от количества сокращенных волокон в единицу времени.
Существенное значение имеют условно и, безусловно, рефлекторные влияния центральной нервной системы трофического характера, сказываемые на мышцу через симпатическую нервную систему. Последние могут усиливать деятельность, как сердечной, так и поперечно полосатых мышц.
Гормоны в частности адреналин, выделяемый при возбуждении симпатической нервной системы, так же способствует повышению работоспособности и проявлению качества силы.
Приведенные данные свидетельствуют о том, что при развитии силы в организме может принимать участие целый ряд различных физиологических механизмов регуляции. К этому следует добавить, что существенное значение при мышечных напряжениях имеют и не мышечные факторы, в частности регуляция нервных функций кровоснабжения, дыхания и выделительных процессов.

Тема: **Специальная физическая подготовка**

Развитие специальной быстроты

По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках (5,10,15 и т.д.) до 30м, с постоянным изменением длины отрезков из исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии; сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером. Бег с остановками и с резким изменением направления. «Челночный бег» на 5,8 и 10 м (с общим пробеганием за одну попытку 25-35 м). «Челночный бег», отрезки пробегаются лицом, спиной вперед, правым, левым боком, приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (весом от 3 до 6 кг) Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала. Бег в колонну по одному – по постоянно меняющемуся зрительному сигналу выполняется определенное задание: ускорение, остановка, изменение направления и способа передвижения, поворот на 360о – прыжком вверх, имитация передачи и т.д. То же, но занимающиеся передвигаются в парах, тройках от лицевой до лицевой линий.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств

Одиночные и серийные прыжки, толчком двумя и одной ногой (правой, левой), с доставанием одной и двумя руками подвешенных предметов (сетки, щита, кольца). Выпрыгивания из исходного положения стоя толчковой ногой на опоре 50-60 см как без, так и с различными отягощениями (10-20 кг). Подпрыгивание на месте в яме с песком как на одной, так и на двух ногах, по 5-8 отталкиваний в серии. Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух и одной ноге (правой, левой) под гору и с горы, отталкивание максимально быстрое. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Разнообразные прыжки со скакалкой. Прыжки с места вперед-вверх, назад-вверх, вправо-вверх, влево-вверх, отталкиваясь одной и двумя ногами, то же, но с преодолением препятствия.

Упражнения для развития специальной выносливости

Беговые, прыжковые, скоростно-силовые и специальные циклические упражнения, использованные в режиме высокой интенсивности. Многократно повторяемые и специально организованные упражнения в технике и тактике игры (особенно в прессинге и стремительном нападении), игровые упражнения 2х2, 3х3, двусторонняя тренировочная игра, продленная на 5-10 минут. Для воспитания специальной выносливости в состоянии эмоционального напряжения и утомления используются упражнения высокой интенсивности.

Упражнения для развития специфической координации

Ловля и передача баскетбольного мяча во время ходьбы, бега, прыжков через гимнастическую скамейку, перепрыгивания через препятствия, во время прыжков через

крутящуюся скакалку, после поворотов, ускорения кувырков. Упражнения с передачей волейбольного мяча (мячей) в стену: ловля мяча после поворота, после преодоления препятствия, после дополнительной ловли и передачи, после смены мест с партнером, стоящим справа или слева, после прыжка через мяч с поворотом на 180^{o} (360^{o}). Ловля мячей, летящих из различных направлений, с последующим броском в движущуюся цель. Упражнения с выполнением кувырков, ловля и передача мяча выполняются до кувырка, после рывка и сразу после кувырка. То же, но с последовательным выполнением нескольких кувырков подряд, чередующихся с передачами мяча на уровне груди при беге. То же, но после ловли следует бросок в кольцо: а) в движении с двух шагов; б) в прыжке; в) с добиванием. Действия с мячом в фазе полета после отталкивания от гимнастического мостика или акробатического трамплина (ловля и передача, передача после перевода за спиной или под ногой, с выполнением разворота с последующей ловлей). то же, но с постоянной ловлей мяча от партнеров, стоящих в различных местах. Передачи мяча на быстроту, точность и правильность по отношению к выполнению задания (передать мяч тому или другому партнеру в зависимости от того, кто передал мяч или в каком порядке стоят партнеры и т.п.), при этом постоянно менять выбор действия на фоне вестибулярных раздражений: после рывка (лицом, спиной вперед), после кувырка, после прыжка в развороте, на 360^{o}. Комбинированные упражнения с прыжками, рывками, кувырками, перепрыгиванием, напрыгиванием, спрыгиванием в сочетании с приемами с баскетбольным мячом и с мячами-разновесами (передача, бросок в кольцо, метание в неподвижную и движущуюся цель, а также манипуляции с мячом в фазе полета). Основным здесь является умение координировать движения, сохранять темп при различных сочетаниях, точно выполнять все приемы в максимально быстром темпе, а также точно и правильно выполнять конечное действие при неоднородном выборе решения.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча

Сгибание и разгибание кисти в лучезапястном суставе, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев в положении руки вперед, в стороны, вверх, вместе и в сочетании с различными перемещениями. Из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание в лучезапястных суставах (ладони располагаются на стене пальцами вверх, в стороны, вниз, пальцы вместе или расставлены, расстояние между стеной и игроком постепенно увеличивается). То же, но опираясь о стену пальцами. Отталкивание ладонями и пальцами от стены двумя руками одновременно и попеременно правой и левой рукой. В упоре лежа отталкивание от пола ладонями (пальцами) двумя руками одновременно и попеременно правой и левой рукой, отталкивание от пола с последующими хлопками руками перед собой. В упоре лежа передвижение на руках вправо (влево) по кругу, носки ног на месте. То же, но передвижение вправо и влево, одновременно выполняя «приставные шаги» руками и ногами. Из упора лежа передвижения по кругу, отталкиваясь ладонями (пальцами), при этом носки ног на месте. Из упора лежа передвижение вправо, влево, одновременно отталкиваясь ладонями (пальцами) и ступнями. Ходьба на руках в положении упора лежа на руках, ноги поддерживает партнер. Передвижение то же, но путем отталкивания ладонями (пальцами). Упражнения для кистей с гантелями, кистевым эспандером. Упражнения с резиновыми амортизаторами. Стоя лицом к гимнастической стенке (амортизаторы укреплены на уровне плеча), руки за головой, движение руками вверх-вперед. То же одной рукой (правой, левой). То же, но амортизаторы укреплены за нижнюю рейку, а занимающийся стоит у самой стены. Стоя спиной к стене (амортизатор укреплен на уровне плеч) – движение правой (левой) рукой как при броске одной рукой от плеча. Передачи набивного мяча в положении лежа на животе, на спине, сидя, стоя на коленях, многократные броски набивного мяча двумя руками от груди вперед, вперед-вверх, прямо-вверх, с правой руки на левую, над правым (левым) плечом (особое внимание обращать на заключительное движение кистями и пальцами). Передача и ловля мяча

правой и левой рукой из различных исходных положений. передачи и броски набивного мяча двумя руками от груди, правой и левой рукой на точность, дальность (соревнование). Поочередная ловля и передача набивных мячей различного диаметра и веса, которые со всех сторон набрасывают занимающемуся партнеры. Многократные броски резиновых мячей различного диаметра и веса в кольцо – на быстроту и точность (соревнования).

Тема: **Общефизическая подготовка**

Строевая подготовка

Действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю. Походный и строевой шаг. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса

Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую над головой, перед собой, за спиной, броски и ловля; в парах, держась за мяч – упражнения в сопротивлении. Упражнения с гимнастическими палками, гантелями. То же во время ходьбы и бега.

Упражнения для мышц шеи и туловища.

Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы, туловища). Поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз. Упражнения с набивными мячами – лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.

Упражнения для мышц ног и таза.

Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами – приседания, выпады, прыжки, подскоки. Приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания. Упражнения со скакалкой. Прыжки в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед и назад), из положения сидя, из упора присев и из основной стойки. Перекаты в стороны из положения лежа и упора стоя на коленях. Перекаты вперед и назад прогнувшись, лежа на бедрах, с опорой и без опоры руками. Перекат в стороны согнувшись с поворотом на 180о из седа ноги врозь, с захватом за ноги. Из положения стоя на коленях перекат вперед прогнувшись. Перекаты назад в группировке и согнувшись и стойку на лопатках. Стойка на лопатках с согнутыми и прямыми ногами. Кувырок вперед из упора присев и из основной стойки, кувырок вперед с трех шагов и небольшого разбега. Кувырок вперед из стойки ноги врозь в сед с прямыми ногами. Длинный кувырок вперед (мальчики). Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Соединение нескольких кувырков вперед и назад. Кувырок назад прогнувшись через плечо. Подготовительные упражнения для моста у гимнастической стенки. Мост с помощью партнера и самостоятельно. Соединение указанных выше акробатических упражнений в несложные комбинации.

Легкоатлетические упражнения

Бег. Бег с ускорением до 40м (I курс) и до 50-60м (II курс). Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 2 – 3 х 20 – 30м (I курс), 2 – 3 х 30 – 40м (II курс), 3 – 4 х 50 – 60м (III курс). Бег 60м с низкого старта (I курс), 100м (II курс). Бег с препятствиями от 60 до 100м (количество препятствий от 4 до 10, в качестве препятствий используются набивные мячи, скамейки, условные окопы). Бег в чередовании с ходьбой до 400м (I курс). Бег медленный до 3 мин. (юн. II курс), до 2 мин. (дев. II курс). Бег равномерный до 500м (III курс), кроссовый бег для девушек до 3 км.

Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метания. Метание малого мяча с места в стену или щит на дальность.

Тема: **Интегральная подготовка**

Чередование упражнений подготовительных, подводящих по технике. Упражнение для развития физических качеств в рамках структуры технических приемов. Переключение при выполнении тактических действий в нападении и защите.

Тема: **Функциональная тренировка**

Выполнять общеразвивающие упражнения для мышц верхних конечностей: поднимание и опускание рук – вперёд, вверх, в стороны, круговые движения в различных плоскостях, сгибание и разгибание из различных исходных положений; для туловища – повороты, наклоны из различных исходных положений; для мышц нижних конечностей – сгибание и разгибание ног в коленных и голеностопных суставах, маховые движения, круговые движения в голеностопных и тазобедренном суставах. Выполнение упражнения из лёгкой атлетики для воспитания выносливости и развития координации – ходьба с изменением скорости и длинны шага; различные виды ходьбы (на носках; высоким, перекатом с пятки на носок; пружинистым шагом; с подскоками, с имитацией перешагивания через барьеры), чередование ходьбы и бега. Бег с изменением скорости и направления движения по сигналу преподавателя, спиной вперёд, приставными шагами, челночный бег.

Тема: **Прикладно-ориентированная подготовка**

Прикладно-ориентированные упражнения из различных видов легкой атлетики: метание в цель и на дальность, разновидности бега; из гимнастики с элементами акробатики: перекаты, кувырки, лазание, перелазание, прыжки, преодоление препятствий; из спортивных игр: ориентирование в пространстве, различные перемещения.

Тема: **Игровая подготовка**

Подбор соревновательных упражнений, самостоятельные регулярные тренировки; участие в соревнованиях.

Тема: **Упражнения со специальным оборудованием***

Упражнения для мышц груди. Упражнения для мышц спины. Упражнения для дельтовидных мышц. Упражнения для мышц рук (бицепс, трицепс, предплечье). Упражнение для мышц бедра (передняя и задняя поверхность). Упражнения для мышц голени. Использование резиновых петель, гантелей, гирь, дисков в построении тренировочного процесса. Тренировка представляет собой систематический процесс подготовки к специфическим видам нагрузки.

Развивающие и профилактические упражнения с использованием специальных средств/оборудования (резиновые жгуты, петли; медболы; утяжелители; гимнастические палки и т.д.) для развития основных мышечных групп (упражнения для мышц спины; упражнения для мышц груди; упражнения для мышц живота; упражнения для мышц рук; упражнения для мышц бёдер и голени), увеличения подвижности суставов, а также для профилактики травм в наиболее подверженных риску топологических областях (коленные суставы, плечевые суставы, поясничный отдел позвоночника).

***** *Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт: Баскетбол (Элективный модуль)» используются следующие **методы текущего контроля** успеваемости обучающихся**:**

	Тема и/или раздел	**Методы текущего контроля успеваемости**
1.	Практический раздел (учебно-тренировочные занятия)	Тестируются нормативы текущего контроля успеваемости
2.	Практический раздел (самостоятельные учебно-тренировочные занятия в системе дистанционного обучения (СДО))	«Дневник самоконтроля занимающегося» с предоставлением отчета курирующему занятия в СДО преподавателю (для заочной формы обучения)

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Примерный перечень тем рефератов

1. Баскетбол в российской системе физического воспитания, его наиболее характерные особенности.
2. История возникновения баскетбола и развитие игры в России и в мире.
3. История участия российских баскетболистов в Чемпионатах Европы, Чемпионатах Мира (женщины, мужчины).
4. Особенности проявления физических качеств в баскетболе.
5. Классификация и характеристика индивидуальных тактических действий игрока с мячом и без мяча.
6. Классификация бросков мяча в баскетболе, тенденции развития техники бросков.
7. Определение понятия «техника игры». Значение техники и технической подготовки в общей системе подготовки баскетболистов.
8. Анализ индивидуальных тактических действий баскетболистов в защите и нападении. Позиционное нападение в баскетболе. Характеристика и варианты.
9. Финты в баскетболе. Классификация, описание техники, методика обучения.
10. Ретроспективный анализ правил соревнований по баскетболу.

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Зачет выставляется по накопительной системе (схеме) и проводится с применением **следующих методов (средств):** оценка за работу на занятиях и оценка по результатам контрольного тестирования физической подготовленности в течение семестра.

При изучении дисциплины, обучающиеся в течение семестра посещают учебные занятия, занятия в спортивных группах, участвуют в различных соревнованиях, изучают

видеоматериалы. Зачет по накопительной системе (схеме) выставляется на основе результатов текущего контроля успеваемости в семестре.

Успешность работы обучающегося в учебном семестре по дисциплине оценивается по 100-балльной шкале.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Ключевой/промежуточный индикатор оценивания	Критерий оценивания
	На основе самодиагностики физического состояния отбираются и реализуются методы поддерживания физического здоровья	Формирование уровня функциональных и двигательных способностей, соответствующий возрасту уровень технической, скоростно-силовой, силовой подготовленности, общей выносливости.

5.3. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы I курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	10	8	6	5	4
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	5	4	3	2	1
3.	Челночный бег с ведением мяча 4х12 м (сек.)	18	20	22	24	26
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	13	12	11	10	9

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	13	11	8	6	4
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	6	7	3	2	1
3.	Челночный бег с ведением мяча 4х12 м (сек.)	16	18	20	22	24
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	17	14	12	11	10

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы II курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	12	9	7	6	5
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	6	4	3	2	1
3.	Ведение мяча от одного кольца до другого с попаданием в корзину (сек.)	16	18	20	22	24
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	14	13	11	10	9

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	15	12	10	8	6
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	7	5	3	2	1
3.	Ведение мяча от одного кольца до другого с попаданием в корзину (сек.)	14	16	18	20	22
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	18	15	13	12	11

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы III курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	13	11	9	8	7
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	6	5	3	2	1
3.	Броски в корзину с ближней дистанции за 15 сек. (кол-во раз)	8	6	5	3	2
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	16	15	13	11	10

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бросок в кольцо с 5-ти точек	15	13	11	10	8
2.	Штрафной бросок (из 10 бросков)	7	6	4	3	2
3.	Броски в корзину с ближней дистанции за 15 сек. (кол-во раз)	9	7	6	4	2
4.	Передача мяча в круг (за 30 сек.); D □ 30 см; S □ 2 м	18	16	15	13	12

Шкала оценивания

Шкала оценивания по дисциплине	
Баллы	**Оценка**
0-50	«не зачтено»
51-100	«зачтено»

Порядок формирования балльной оценки

Тип работы	**Максимальное количество баллов**
Посещение практических занятий (2 балла за занятие) 1 курс 2, 3 курсы	 36 64
Сдача практических контрольных тестов по видам спорта/специализациям 1 курс 2,3 курсы	 64 36
Итого	**100**
Дополнительные баллы	*30*

Посещение практических занятий - 2 балла за занятие.

Сдача контрольных нормативов - до 64 баллов - на 1 курсе, до 36 баллов – на 2,3 курсах.

Обучающиеся, освобожденные от занятий по физической культуре и спорту по состоянию здоровья выполняют теоретические задания: составление комплексов упражнений, написание рефератов, написание статей - до 100 баллов.

Дополнительные баллы (до 30 баллов):

1 (один) академический час участия в соревнованиях/спортивных мероприятиях факультета, Академии, межвузовских соревнованиях, международных соревнованиях приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия.

1 (один) академический час участия в судействе соревнований/волонтерской деятельности приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия (для обучающихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья).

Сумма баллов, набранная обучающимся по результатам каждой аттестации, включая дополнительные баллы, заносится преподавателем, проводящим аттестацию в соответствующую форму единой ведомости, которая используется в течение всего семестра и хранится в деканате соответствующего факультета (института), а в зачетную книжку проставляется «зачёт».

Обучающийся должен быть ознакомлен с текущей успеваемостью, набранной им суммой баллов во время занятий или консультаций не менее трех (четырех) раз за семестр, на занятиях, следующих за контрольными занятиями и на предпоследнем занятии перед сессией (зачетной неделей).

Промежуточная аттестация (зачёт по накопительной системе (схеме)) – выставляется на основе суммы баллов по результатам всех запланированных контрольных мероприятий и посещаемости учебных занятий на протяжении семестра. При оценивании уровня освоения дисциплины, оценке подлежат конкретные знания, умения и навыки обучающегося.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

В процессе учебно-тренировочной деятельности осуществляется дифференцированный подход к обучающимся, учитывается ряд индивидуальных особенностей. Овладение достаточно большим объемом навыков и умений даст возможность обучающимся грамотно и осмысленно заниматься физическими упражнениями. Учитывая фундаментальную роль дисциплины в подготовке специалистов, особое внимание в процессе реализации дисциплины необходимо акцентировать на работе обучающихся, а также на максимально возможное разнообразие форм ее организации, способствующих повышению эффективности освоения дисциплины.
Описание полного объема практических умений и навыков, примерные комплексы общеразвивающих упражнений, перечень вопросов и заданий для самостоятельной подготовки, методика тестирования физической подготовленности, примерный перечень домашних заданий, примерный перечень занятий для самостоятельной работы, примерные планы еженедельных самостоятельных занятий содержатся в «Методических указаниях по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС», разработанных кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС.
https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749

Распределение учебных часов и форм контроля дисциплины по семестрам (328 ак.ч.)

Для очной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	36	36	64	64	64	64	**328**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Для очно-заочной, заочной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	6	6	4	4	4	4	**28**
Самостоятельная работа	30	30	60	60	60	60	**300**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Распределение учебных часов по темам и видам занятий

Для очной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Техническая подготовка	8	8	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	8	8	-
	Специальная физическая подготовка	10	10	-
	Общая физическая подготовка	10	10	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 2	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	10	10	-
	Специальная физическая подготовка	8	8	-
	Общая физическая подготовка	8	8	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 3	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Функциональная тренировка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
Семестр 4	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Функциональная тренировка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 5	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Игровая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 6	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Игровая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
	Итого:	**328**	**328**	**-**
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Техническая подготовка	8	8	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	8	8	0
	Специальная физическая подготовка	10	10	0
	Общая физическая подготовка	10	10	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**
Семестр 2	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	10	10	0
	Специальная физическая подготовка	8	8	0
	Общая физическая подготовка	8	8	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**
Семестр 3	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Функциональная тренировка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**
Семестр 4	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Функциональная тренировка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 5	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Игровая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 6	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка *Силовая подготовка	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Игровая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**
	Итого:	**328**	**328**	**0**
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Методические указания по выполнению индивидуальных письменных работ

Реферат – это письменная аналитическая работа по одному из актуальных вопросов теории или практики какой-либо предметной дисциплине.

Реферат в переводе с латинского языка означает «пусть он доложит». Поэтому, по сути, это обобщенная запись идей (концепций, точек зрения) на основе самостоятельного анализа различных или рекомендованных источников и предложение авторских (оригинальных) выводов.

Чтобы изложить собственное мнение по определенной проблеме, требуется, *во-первых,* хорошо знать материал, а *во-вторых,* быть готовым умело передать его содержание в письменной форме, сделать логичные выводы.

Реферат может быть подготовлен по заданной теме на основе одного или двух источников. В других случаях требуется работа с большим количеством книг, статей, справочной литературы. В реферате должны присутствовать характерные поисковые признаки; раскрытие содержания основных концепций, цитирование мнений некоторых специалистов по данной проблеме, текстовые дополнения в постраничных сносках или оформление специального словаря в приложении и т.п. При этом важно использовать личные картотеки выписок, справок, документов. При написании текста реферата документированные фрагменты сопровождаются логическими авторскими связками.

Обучающемуся предоставляется право самостоятельно выбрать тему реферата из списка. При определении темы учитывается ее актуальность, научная разработанность, наличие базы источников, а также опыт практической деятельности, начальные знания обучающегося, его личный интерес к выбору проблемы. После выбора темы составляется список изданной по теме (проблеме) литературы, необходимых справочных источников. Обязательно следует уточнить перечень нормативно-правовых актов органов государственной власти и управления, других документов для анализа.

План реферата имеет внутреннее единство, строгую логику изложения, смысловую завершенность раскрываемой проблемы (темы). Реферат состоит из краткого введения, одного или двух параграфов основной части, заключения и списка использованных источников. Во *введении* (1-1,5 страницы) раскрывается актуальность темы (проблемы), сопоставляются основные точки зрения, показываются цель и задачи производимого в реферате анализа. В *основной* части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований.

Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора. В *заключении* (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с целью и задачами реферата делаются выводы или даются практические рекомендации по разрешению исследуемой проблемы в рамках государства, региона или сферы управления.

Объем реферата, как правило, не должен превышать 10 страниц машинописного (компьютерного) текста при требуемом интервале. После титульного листа печатается план реферата. Каждый раздел реферата начинается с названия. Оформляется справочно-библиографическое описание литературы и других источников.

Реферат оформляется на стандартных листах бумаги А 4 (210×297 мм) с одной стороны. Текст работы отпечатывается через полтора интервала. Постраничные сноски оформляются через один интервал. Поля: левое – 35 мм, правое – до 15 мм, верхнее и нижнее – не менее 20 мм. Формат: набор Word 8.0, Word 10.0, шрифт: Times New Roman, 12-й или 14-й кегль (для сносок 10-й кегль).
Рефераты могут быть сданы обучающимися и проверены преподавателем, как в системе дистанционного обучения (СДО), так и на бумажном носителе.

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

7.1. Основная литература

1. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. - Москва: Спорт, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-907225-41-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1153739
2. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: Учебное методическое пособие / сост. Д.П. Айдеми, - 2-е изд., стер.- Москва: Флинта, 2018.- 39 с. - ISBN . - https://znanium.com/catalog/product/962569
3. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 322 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11314-3. - URL: https://urait.ru/bcode/495012
4. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022; Омск: Изд-во ОмГТУ. - 110 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11767-7 (Издательство Юрайт). - ISBN 978 5 8149 25 47 3 (Изд-во ОмГТУ). - URL: https://urait.ru/bcode/495814
5. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. - Москва: ИНФРА-М, 2021. - 201 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1361807
6. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 146 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11118-7. - URL: https://urait.ru/bcode/495446
7. Физическая культура. Лекции: учеб. пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - ISBN 978-5-238-02982-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1027339
8. Гришина, Ю. И. Физическая культура студента: учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. - 283 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-31286-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1081521
9. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов, составляющих здоровый образ жизни студентов / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - Москва: Научный консультант, 2017. - ISBN 978-5-9909615-6-2. https://znanium.com/catalog/product/1023871
10. Оздоровительная тренировка лиц зрелого возраста: направленность, содержание, методики: монография / С. В. Савин, О. Н. Степанова, В. С. Соколова, И. В. Николаев; под ред. О. Н. Степановой. - Москва: МПГУ, 2017. - 200 с. - ISBN 978-5-4263-0492-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1340960

7.2. Дополнительная литература

1. Методические указания по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС / под ред. Сайгановой Е. Г. – М.: Изд-во РАНХиГС, 2019. https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749
2. Сайганова Е.Г. Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ Под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762

3. Сайганова Е.Г. Физическая культура и подготовка к государственной гражданской службе: монография / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов – М.: Изд-во РАГС, 2011. 169 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351765
4. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 228 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351764
5. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 270 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351763

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Указ Президента Российской Федерации от 24.03. 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.06.2017 г. № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы»

7.4. Интернет-ресурсы (базы данных, мультимедиа ресурсы, сайты, порталы и иные ресурсы)

1. Электронный каталог библиотеки РАНХиГС http://ranepa.ru
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. Научная электронная библиотека https://elibrary.ru/

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

Спортивная база кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин ЗФ РАНХиГС *

№	Наименование спортсооружений	Кол-во	Площадь одного сооружения	Учебный корпус	Виды спорта
1	Универсальный спортивный зал с раздевалками и душевыми	1	24х14 336м2	1	Баскетбол Волейбол Теннис настольный Теннис Бадминтон.
2	Тренажерный зал с раздевалками и душевыми	1	14х7 98м2	1	Атлетическая гимнастика Общая физическая подготовка Фитнес Бодиформинг.
3	Открытая универсальная спортивная площадка	1	40х20 800м2	На территории ЗФ РАНХиГС	Футбол Волейбол Баскетбол Теннис.

Программное обеспечение дисциплины

Для программного обеспечения дисциплины необходим Microsoft Office – офисный пакет приложений, созданных корпорацией Microsoft для операционных систем Microsoft Windows, система дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС: https://lms.ranepa.ru.

Название приложения	Характеристика
Word	Текстовый процессор, позволяет подготавливать документы различной сложности.
Excel	Табличный процессор, поддерживает все необходимые функции для создания электронных таблиц любой сложности
PowerPoint	Программа подготовки презентаций

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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ К.М.01.03 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: ВОЛЕЙБОЛ

бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора - 2023

Калининград, 2023 г.

Автор(ы)-составитель(и) РПД:

кандидат психологических наук,
доцент кафедры физического воспитания и здоровья
РАНХиГС — Е. Г. Сайганова

доцент, заместитель заведующего
кафедрой физического воспитания и здоровья
РАНХиГС — В.Н. Фетисов

преподаватель
кафедры физического воспитания и здоровья
РАНХиГС — Н.В. Колбасова

Кураторы программы дисциплины:

кандидат исторических наук, доцент, начальник отдела
основных и дополнительных образовательных
программ Учебно-методического управления
РАНХиГС — И. Ю. Гагарина

доктор культурологии, профессор, заместитель
начальника отдела основных и дополнительных
образовательных программ Учебно-методического
управления РАНХиГС — И. И. Лисович

Редактор программы дисциплины:

старший специалист кафедры физического воспитания
и здоровья РАНХиГС — А. А. Оболенская

Заведующий кафедрой
физического воспитания и здоровья РАНХиГС,
кандидат педагогических наук — А.М. Шувалов

РПД ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: ВОЛЕЙБОЛ (ЭЛЕКТИВНЫЙ МОДУЛЬ)
одобрена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС

Протокол № 1-23 от «26» января 2023 г.
(год набора 2023)

Автор-составитель:
Доцент кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.п.н Г.Л. Морозов

Заведующий кафедрой гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.филос.н., доцент В.Ф. Соколова

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

Дисциплина «Физическая культура и спорт: волейбол» обеспечивает овладение универсальной компетенцией **УК ОС-7**

способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.1. В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть:

– сформированы знания: роли и основ физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;

– сформированы умения: творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

– сформированы навыки: владения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.

1.2. Обучающиеся также должны овладеть навыками:

- составить и выполнить комплекс упражнений гимнастики;
- контролировать свое физическое состояние.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура и спорт: волейбол» составляет 328 (триста двадцать восемь) академических часов.

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт: волейбол» происходит на первом, втором и третьем курсе РАНХиГС (1-6 семестры) в соответствии с учебным планом.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины, осваиваемой в форме контактной работы

Для очной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости[1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Техническая подготовка	**58**	-	-	58	-	-	Т, Р, О, У, СН
2.	Тактическая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	**82**	-	-	82	-	-	Т, Р, О, У, СН
3.	Интегральная подготовка	**24**	-	-	24	-	-	Т, Р, О, У, СН
4.	Функциональная тренировка	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
5.	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	-	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**-**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости[1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Техническая подготовка	**58**	-	-	58	-	0	Т, Р, О, У, СН
2.	Тактическая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	**82**	-	-	82	-	0	Т, Р, О, У, СН
3.	Интегральная подготовка	**24**	-	-	24	-	0	Т, Р, О, У, СН
4.	Функциональная тренировка	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
5.	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	0	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**0**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Содержание дисциплины

Техническая подготовка

Техника перемещения

Перемещение из стоек (высокой, средней, низкой): в сочетании с перемещением; ходьба с крестным шагом вправо, влево, бег спиной вперед; перемещение приставными шагами спиной вперед; двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; и сочетание способов перемещения.

Техника передачи мяча сверху двумя руками.

Имитация передачи мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения; передача над собой, в парах, у стены, через сетку, параллельно сетке, передача низкая, средняя, высокая; передача на точность в парах, передача для нападающего удара в 4, 3, 2 зоны.

Техника приема мяча снизу двумя руками

Имитация приема мяча снизу двумя руками на месте, после перемещения; прием над собой, в парах, у стены, через сетку, параллельно сетке; прием на точность в парах, у стены; прием подачи.

Техника подачи мяча

Имитация верхней подачи. Подача с 3м., 6 м., 9 м.. Верхняя прямая подача на точность. Подача подряд 10 попыток, подача в правую и левую половину площадки. Подача в дальнюю и ближнюю от сетки половину площадки. Соревнования на большее количество правильно выполненных подач. Верхняя прямая подача по правилам игры.

Техника приема подачи

Прием снизу подачи: прием подачи сверху двумя руками в зонах 6, 1, 5. Прием подачи в зонах 6, 5,1; прием подачи по правилам игры.

Техника нападающего удара

Нападающие удары: по ходу сильнейшей рукой с разбега (1, 2, 3 шага) по мячу, подвешенному на амортизаторах; через сетку по мячу, наброшенному партнеру; нападающий удар из зоны 4 с передачи партера из зоны 3. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.

Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Выбор места: для выполнения второй передачи в зонах3, 2; для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4,2); для выполнения второй передачи в зоне 2; стоя спиной по направлению; для выполнения подачи (верхней прямой).

При действиях с мячом: выбор способа отбивания мяча через сетку (стоя на площадке): передача сверху двумя руками, кулаком, снизу. Подача верхняя на точность зоны. Чередование способов подач на точность.

Групповые действия

Взаимодействие игрока с зоны 3 с игроком зоны 4, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (при второй передаче). Взаимодействие игроков передней линии. При первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока с зоны 3 с игроком зоны 4.

Командные действия

Система игры со второй передачи игрока со второй передачи игрока передней линии. Прием нижних подач и первая передача в зону 3, вторая передача в зону 4 и 2, стоя лицом со стороны передачи. Прием нижних подач и первой передачи в зону 2, вторая передача в зону 3. Прием мяча от подач и первая передача в зону 3, вторая – игроком, к которому передающий стоит спиной. Система игры со второй передачи игрока передней линии.

Тактика защиты

Индивидуальные действия

При действиях с мячом: выбор способа приема мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу, с нападением).

Групповые действия

Взаимодействие игроков внутри линии при приеме мяча от нижней подачи и передачи. Передача нападающего и обманного удара.

Командные действия

Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед». Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением командных действий.

Упражнения со специальным оборудованием

Упражнения для мышц груди. Упражнения для мышц спины. Упражнения для дельтовидных мышц. Упражнения для мышц рук (бицепс, трицепс, предплечье). Упражнение для мышц бедра (передняя и задняя поверхность). Упражнения для мышц голени. Использование резиновых петель, гантелей, гирь, дисков в построении тренировочного процесса. Тренировка представляет собой систематический процесс подготовки к специфическим видам нагрузки.

Развивающие и профилактические упражнения с использованием специальных средств/оборудования (резиновые жгуты, петли; медболы; утяжелители; гимнастические палки и т.д.) для развития основных мышечных групп (упражнения для мышц спины; упражнения для мышц груди; упражнения для мышц живота; упражнения для мышц рук; упражнения для мышц бёдер и голени), увеличения подвижности суставов, а также для профилактики травм в наиболее подверженных риску топологических областях (коленные суставы, плечевые суставы, поясничный отдел позвоночника).

Специальная физическая подготовка

Развитие специальной быстроты

Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5-10 м (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок сначала пробегается лицом вперёд, а обратно – спиной и т.д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках, с поясом – отягощением или в куртке с весом.

Бег (приставные шаги) в колонне по одному (шеренги) вдоль границ площадки. По сигналу – выполнение определенного задания: ускорения, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 360˚– прыжок вверх, падение, перепад, имитация подачи стойки, с падением в прыжке, имитация подачи нападающих ударов, блокирование и т.д. То же, но занимающиеся перемещаются по одному, по двое, по трое от лицевой линии к сетке. То же, но подается несколько сигналов. На каждый сигнал занимающийся выполняет определенные действия.

Развитие взрывной силы

Бег (приставные шаги) в колонне по одному (шеренги) вдоль границ площадки. По сигналу – выполнение определенного задания: ускорения, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 360˚– прыжок вверх, падение, перепад, имитация подачи стойки, с падением в прыжке, имитация подачи нападающих ударов, блокирование. Специальная эстафета с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Развитие скоростной силы

Упражнения с отягощением, многократные броски набивного мяча над собой в прыжке и ловля после приземления. Бег с остановками и изменениями направлений. Челночный бег.

Развитие специальной и скоростной выносливости

Бег с чередованием с ходьбой до 400 метров. Бег медленный до 3 минут (юноши) и до 2 минут (девушки). Бег или кросс до 500 метров, 1000 метров.

Развитие физических качеств, необходимых для передач и приема мяча.

Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами.

Из упора стоя у стены одновременное и попеременной сгибание в лучезапястных суставах, отталкивание ладонями и пальцами от стены двумя руками одновременно и попеременно правой и левой рукой. Упор лежа. Передвижение на руках по кругу, носки ног на месте. Броски набивного мяча от груди двумя руками (из стойки волейболиста) на дальность (соревнование). Упражнение для кистей рук с гантелями. Многократная передача волейбольного мяча в стену, постепенно увеличивая расстояние от нее.

Общая физическая подготовка

Развитие быстроты

Бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 3х20-30м,3х30-40м, 4х50-60 м. Эстафетный бег с этапами до 40 м и до 50-60м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются мячи, учебные барьеры. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 м (юн) и до 2 м (дев). Бег или кросс до 2000 м. Метание малого мяча с места в стену или в щит на дальность отскока и дальность. Метание гранаты с места и с разбега.

Развития общей силы

Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лёжа – поднимание ног с мячом. Упражнения с гантелями. Упражнения на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка, канат). Смешанные висы.

Развитие выносливости

Плавание на 25 м толчок ногами от бортика, скольжение по воде, работа ногами в воде способом «кроль». Ходьба на лыжах и на коньках. Основные способы передвижения, поворотов, спусков, подъемов и торможений. Эстафета на лыжах. Основные способы передвижения на коньках. Эстафеты, игры.

Развитие гибкости

Акробатические упражнения. Кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Группировки в приседе, сидя, лёжа на спине. Перекаты в сторону из положения лёжа и упора стоя на коленях. Перекаты вперёд, назад прогнувшись, лёжа на бёдрах, с опорой и без опоры рук. Перекаты в стороны согнувшись с поворотом на 180° из седа ноги врозь с захватом ноги. Перекаты назад в группировке и согнувшись в стойку на лопатках. Стойка на лопатках. Кувырок вперёд из упора присев и из основной стойки, с трёх шагов и небольшого разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Соединение нескольких кувырков вперёд и назад. «Мост» с помощью партнёра и самостоятельно. Переворот в сторону (вправо и влево) с места и с разбега. Соединение указанных выше акробатических упражнений в несложные комбинации.

Развитие ловкости

Подвижные игры. Игры без предметов: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов номеров», «Попробуй, унеси», различные варианты игры в «Салки». Специальные эстафеты с выполнением заданий в сочетании с определёнными препятствиями.

Развитие прыгучести.
Приседания и резкое выпрямление ног с взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг). Из положения стоя на гимнастической стенке, права (левая) нога сильно согнуты, левая (права) опущена вниз, руками держатся на уровне лица – быстрое разгибание ноги (от стенки не отклоняться). То же, с отягощением (пояс массой до 6 кг).
Упражнение с отягощением (мешок с песком массой до 4 кг для девушек и до 8 кг для юношей).
Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Бег по крутым склонам, по песку без обуви, по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.

Интегральная подготовка

Чередование упражнений подготовительных, подводящих по технике. Упражнение для развития физических качеств в рамках структуры технических приемов.

Функциональная тренировка

Общеразвивающие упражнения для мышц верхних конечностей: поднимание и опускание рук – вперёд, вверх, в стороны, круговые движения в различных плоскостях, сгибание и разгибание из различных исходных положений; для туловища – повороты, наклоны из различных исходных положений; для мышц нижних конечностей – сгибание и разгибание ног в коленных и голеностопных суставах, маховые движения, круговые движения в голеностопных и тазобедренном суставах. Выполнение упражнений из лёгкой атлетики для воспитания выносливости и развития координации – ходьба с изменением скорости и длинны шага; различные виды ходьбы (на носках; высоким, перекатом с пятки на носок; пружинистым шагом; с подскоками, с имитацией перешагивания через барьеры), чередование ходьбы и бега. Бег с изменением скорости и направления движения по сигналу преподавателя, спиной вперёд, приставными шагами, челночный бег. Упражнения для развития равновесия, гибкости и ловкости. Упражнения на развитие силы (силовой выносливости), на мышцы нижних и верхних конечностей (односуставные и многосуставные); на группы мышц туловища (спины, груди, живота, ягодиц) с использованием сопротивления собственного веса, гантелей, медболов, в различных исходных положениях – стоя, сидя, лежа. Комплексы и комбинации упражнений – приседания и жимы, стоя, выпады и жимы, стоя, наклоны и тяги в наклоне и стоя; выходы в упоры: упор присев, упор лёжа; перемещения из положения упор лёжа. Составление комплексов и комбинаций из изученных упражнений.

Прикладно-ориентированная подготовка

Прикладно-ориентированные упражнения из различных видов легкой атлетики: метание в цель и на дальность, разновидности бега; из гимнастики с элементами акробатики: перекаты, кувырки, лазание, перелазание, прыжки, преодоление препятствий; из спортивных игр: ориентирование в пространстве, различные перемещения.

Игровая подготовка

Подбор соревновательных упражнений, самостоятельные регулярные тренировки; участие в соревнованиях.

Скоростно-силовая подготовка

Упражнения, развивающие скоростно-силовые качества и «взрывную силу». Прыжковые упражнения с весом собственного тела с использованием инвентаря (скакалка, барьер, скамейка) и без; ходьба выпадами; приседания на одной ноге. Комплексы упражнений по типу круговой тренировки скоростно-силовой и силовой направленности.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

4.1.1. В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт: волейбол» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся при очной форме обучения и СДО:

- при проведении занятий практического типа в форме учебно-тренировочных занятий: тестируются нормативы текущего контроля успеваемости;
- при проведении занятий практического типа в форме самостоятельных учебно-тренировочных занятий в СДО ведется «Дневник самоконтроля занимающегося» с предоставлением отчета курирующему занятия в СДО преподавателю.

4.1.2. Промежуточная аттестация (зачет) проводится в форме контрольного тестирования физической подготовленности

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы I курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	41 и более	40	35	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее
3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	17 и более	16	7	6	5 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	430 и более	429-	390	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.
6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	5	4	3	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	5	4	3	2	1
9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	5	4	3	2	1

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	46 и более	46	40	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее

3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	40 и более	36	30	20	15 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	530 и более	529-	490	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.
6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	5	4	3	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	5	4	3	2	1
9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	5	4	3	2	1

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы II курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	41 и более	40	35	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее
3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	17 и более	16	7	6	5 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	430 и более	429-	390	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.
6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	6	5	4	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	6	5	4	2	1
9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	6	5	4	2	1

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	46 и более	46	40	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее
3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	40 и более	36	30	20	15 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	530 и более	529-	490	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.

6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	6	4	4	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	6	4	4	2	1
9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	6	4	4	2	1

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы III курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	41 и более	40	35	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее
3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	17 и более	16	7	6	5 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	430 и более	429-	390	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.
6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	7	6	5	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	7	6	5	2	1
9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	7	6	5	2	1

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		5	4	3	2	1
1.	Прыжок с места вверх по Абалакову, см	46 и более	46	40	30	25 и менее
2.	Прыжки через скакалку, количество раз за 1 мин.	115 и более	114	99	95	85 и менее
3.	Сгибание рук в упоре лежа, количество раз.	40 и более	36	30	20	15 и менее
4.	Бросок набивного мяча из исходного положения сидя спиной к стене, ноги врозь, м.	530 и более	529-	490	300	200 и менее
5.	Верхняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее.
6.	Нижняя передача в стену с расстояния 2 м, количество раз без потери мяча.	25	20	15	10	9 и менее
7.	Верхняя передача из зоны 3 в зону 4 на нападающий удар, количество технически верных передач из 5 попыток.	7	6	5	2	1
8.	Верхняя подача из-за лицевой линии на точность, количество попаданий в зону из 5 попыток.	7	6	5	2	1

9.	Участие в соревнованиях или организации и проведении соревнований различного уровня, количество соревнований в году	7	6	5	2	1

4.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации

При изучении дисциплины, обучающиеся в течении семестра посещают учебные занятия, занятия в спортивных секциях, участвуют в различных соревнованиях и сдают зачет.

Успешность работы обучающегося в учебном семестре по дисциплине оценивается по 100-балльной шкале.

4.2.1. Показатели и критерии оценивания компетенций по этапам их формирования

Наименование темы (раздела)	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Оценка (баллы)
Практический раздел	Физическая и техническая подготовленность	Формирование двигательных умений и навыков; соответствующий возрасту уровень скоростно-силовой, силовой подготовленности, общей выносливости	Балльно-рейтинговая система, тестирование, опрос, беседы, сдача нормативов, визуальная оценка

4.3. Шкала оценивания по дисциплине (рекомендуемая)

Шкала оценивания по дисциплине	
Баллы	**Оценка**
0-59	«не зачтено»
60-100	«зачтено»

Тип работы	Минимально допустимое количество баллов	Максимальное количество баллов
Посещение практических занятий *(аудиторно/дистанционно)*	36 (минимально 2 балла за одно занятие)	60
Сдача практических контрольных тестов по видам спорта / специализациям или оценки физической подготовленности *(аудиторно/дистанционно)*	24	40
Итого	**60**	**100**
Дополнительные баллы могут компенсировать: посещение практического занятия и сдачу практических контрольных тестов по видам спорта/специализациям.	*0*	*40*

Дополнительные баллы обучающийся может получить в учебном семестре за:

- спортивный компонент (участие в соревнованиях за факультет / институт) – 30 баллов; за академию – 35 баллов;
- компонент спортивной активности / занятия в секции – 25 баллов;
- выполнение заданий повышенной сложности (подготовка презентации) – 6 баллов;
- научный компонент (участие в научно-практических конференциях) – 10 баллов;
- контрольная работа (компенсация пропущенных занятий по уважительной причине) – 6-10 баллов;
- написание и защита реферата (для обучающихся, освобожденных от практических занятий по уважительной причине) – 60 баллов.

Сумма баллов, набранная обучающимся по результатам каждой аттестации, включая дополнительные баллы, заносится преподавателем, проводящим аттестацию в соответствующую форму единой ведомости, которая используется в течение всего семестра и хранится в деканате соответствующего факультета (института), а в зачетную книжку проставляется «зачёт».

Обучающийся должен быть ознакомлен с набранной им суммой баллов во время занятий или консультаций не менее трех (четырех) раз за семестр, на занятиях, следующих за контрольными занятиями и на предпоследних занятиях перед сессией (зачетной неделей).

Промежуточная аттестация (зачёт) – определяется как сумма баллов по результатам всех запланированных контрольных мероприятий и посещаемости учебных занятий. При оценивании уровня освоения дисциплины, оценке подлежат конкретные знания, умения и навыки обучающегося.

5. Методические материалы по освоению дисциплины

В процессе учебно-тренировочной деятельности осуществляется дифференцированный подход к обучающимся, учитывается ряд индивидуальных особенностей. Овладение достаточно большим объемом навыков и умений даст возможность обучающимся грамотно и осмысленно заниматься физическими упражнениями. Учитывая фундаментальную роль дисциплины в подготовке специалистов, особое внимание в процессе реализации дисциплины необходимо акцентировать на работе обучающихся, а также на максимально возможное разнообразие форм ее организации, способствующих повышению эффективности освоения дисциплины.

Описание полного объема практических умений и навыков, примерные комплексы общеразвивающих упражнений, перечень вопросов и заданий для самостоятельной подготовки, методика тестирования физической подготовленности, примерный перечень домашних заданий, примерный перечень занятий для самостоятельной работы, примерные планы еженедельных самостоятельных занятий содержатся в «Методических указаниях по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС», разработанных кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС.
https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749

Распределение учебных часов и форм контроля дисциплины по семестрам (328 ак.ч.)

Для очной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	

Практические занятия	36	36	64	64	64	64	**328**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Для очно-заочной, заочной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	6	6	4	4	4	4	**28**
Самостоятельная работа	30	30	60	60	60	60	**300**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Распределение учебных часов по темам и видам занятий

Для очной формы обучения

№ Семестра	**Наименование тем**	**Всего часов**	**Аудиторные часы и практические занятия**	**Самостоятельная работа**
Семестр 1	Техническая подготовка	8	8	-
	Тактическая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	8	8	-
	Специальная физическая подготовка	10	10	-
	Общая физическая подготовка	10	10	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**

Семестр 2	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	10	10	-
	Специальная физическая подготовка	8	8	-
	Общая физическая подготовка	8	8	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**

Семестр 3	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Функциональная тренировка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 4	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Функциональная тренировка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
Семестр 5	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 6	Техническая подготовка	10	10	-
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	-
	Интегральная подготовка	6	6	-
	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
	Итого:	**328**	**328**	**-**

**Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Техническая подготовка	8	8	0
	Тактическая подготовка *Упражнения со специальным оборудованием	8	8	0
	Специальная физическая подготовка	10	10	0
	Общая физическая подготовка	10	10	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**

Семестр 2	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	10	10	0
	Специальная физическая подготовка	8	8	0
	Общая физическая подготовка	8	8	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**

Семестр 3	Техническая подготовка	10	10	0

	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Функциональная тренировка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 4	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Функциональная тренировка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**
Семестр 5	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 6	Техническая подготовка	10	10	0
	Тактическая подготовка * Упражнения со специальным оборудованием	16	16	0
	Интегральная подготовка	6	6	0
	Игровая подготовка *Скоростно-силовая подготовка	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

	Итого:	**328**	**328**	**0**
**Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Методические указания по выполнению индивидуальных письменных работ

Реферат – это письменная аналитическая работа по одному из актуальных вопросов теории или практики какой-либо предметной дисциплине.
Реферат в переводе с латинского языка означает «пусть он доложит». Поэтому, по сути, это обобщенная запись идей (концепций, точек зрения) на основе самостоятельного анализа различных или рекомендованных источников и предложение авторских (оригинальных) выводов.
Чтобы изложить собственное мнение по определенной проблеме, требуется, *во-первых,* хорошо знать материал, а *во-вторых,* быть готовым умело передать его содержание в письменной форме, сделать логичные выводы.

Реферат может быть подготовлен по заданной теме на основе одного или двух источников. В других случаях требуется работа с большим количеством книг, статей, справочной литературы. В реферате должны присутствовать характерные поисковые признаки; раскрытие содержания основных концепций, цитирование мнений некоторых специалистов по данной проблеме, текстовые дополнения в постраничных сносках или оформление специального словаря в приложении и т.п. При этом важно использовать личные картотеки выписок, справок, документов. При написании текста реферата документированные фрагменты сопровождаются логическими авторскими связками.

Обучающемуся предоставляется право самостоятельно выбрать тему реферата из списка. При определении темы учитывается ее актуальность, научная разработанность, наличие базы источников, а также опыт практической деятельности, начальные знания обучающегося, его личный интерес к выбору проблемы. После выбора темы составляется список изданной по теме (проблеме) литературы, необходимых справочных источников. Обязательно следует уточнить перечень нормативно-правовых актов органов государственной власти и управления, других документов для анализа.

План реферата имеет внутреннее единство, строгую логику изложения, смысловую завершенность раскрываемой проблемы (темы). Реферат состоит из краткого введения, одного или двух параграфов основной части, заключения и списка использованных источников. Во *введении* (1-1,5 страницы) раскрывается актуальность темы (проблемы), сопоставляются основные точки зрения, показываются цель и задачи производимого в реферате анализа. В *основной* части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований.

Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора. В *заключении* (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с целью и задачами реферата делаются выводы или даются практические рекомендации по разрешению исследуемой проблемы в рамках государства, региона или сферы управления.

Объем реферата, как правило, не должен превышать 10 страниц машинописного (компьютерного) текста при требуемом интервале. После титульного листа печатается

план реферата. Каждый раздел реферата начинается с названия. Оформляется справочно-библиографическое описание литературы и других источников.

Реферат оформляется на стандартных листах бумаги А 4 (210×297 мм) с одной стороны. Текст работы отпечатывается через полтора интервала. Постраничные сноски оформляются через один интервал. Поля: левое – 35 мм, правое – до 15 мм, верхнее и нижнее – не менее 20 мм. Формат: набор Word 8.0, Word 10.0, шрифт: Times New Roman, 12-й или 14-й кегль (для сносок 10-й кегль).
Рефераты могут быть сданы обучающимися и проверены преподавателем, как в системе дистанционного обучения (СДО), так и на бумажном носителе.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Основная литература

1. Волейбол: теория и практика: Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / Рыцарева В.В. - Москва: Спорт, 2016. - 456 с. ISBN 978-5-9906734-7-2. https://znanium.com/catalog/product/913753
2. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: Учебное пособие / Гришина Ю.И. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 249 с. ISBN 978-5-222-16306-1. https://znanium.com/catalog/product/908430
3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: Учебное пособие / Евсеев Ю.И., - 9-е изд., стер. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. - 444 с. ISBN 978-5-222-21762-7. https://znanium.com/catalog/product/908476
4. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - Москва: Научный консультант, 2017. - ISBN 978-5-9909615-6-2. https://znanium.com/catalog/product/1023871
5. Психология физической культуры: Учебник / Под ред. Яковлев Б.П. – Москва: Спорт, 2016. - 624 с. ISBN 978-5-906839-11-4. https://znanium.com/catalog/product/914634

6.2. Дополнительная литература

1. Методические указания по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС / под ред. Сайгановой Е. Г. – М.: Изд-во РАНХиГС, 2019. https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749
2. Сайганова Е.Г. Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762
3. Сайганова Е.Г. Физическая культура и подготовка к государственной гражданской службе: монография / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов – М.: Изд-во РАГС, 2011. 169 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351765
4. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 228 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351764
5. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 270 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351763

6.3. Нормативные правовые документы

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Указ Президента Российской Федерации от 24.03. 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.06.2017 г. № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы»

6.4. Интернет-ресурсы, справочные системы

Название сайта	Характеристика
Электронный каталог библиотеки РАНХиГС http://ranepa.ru	На этой сайте представлены книги, имеющие в читальных залах библиотеки РАНХиГС

Название сайта	Характеристика
ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/	На данном сайте представлена литература разной тематики
Научная электронная библиотека https://elibrary.ru/	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 14 млн. научных статей и публикаций.

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

Спортивная база Западного филиала РАНХиГС

№	Наименование спортсооружений	Кол-во	Площадь одного сооружения	Учебный корпус	Виды спорта
1	Универсальный спортивный зал с раздевалками и душевыми	1	24х14 336м2	1	Баскетбол Волейбол Теннис настольный Теннис Бадминтон.
2	Тренажерный зал с раздевалками и душевыми	1	14х7 98м2	1	Атлетическая гимнастика Общая физическая подготовка Фитнес Бодиформинг.
3	Открытая универсальная спортивная площадка	1	40х20 800м2	На территории ЗФ РАНХиГС	Футбол Волейбол Бакетбол Теннис.

Программное обеспечение дисциплины

Для программного обеспечения дисциплины необходим Microsoft Office – офисный пакет приложений, созданных корпорацией Microsoft для операционных систем Microsoft Windows, система дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС: https://lms.ranepa.ru.

Название приложения	Характеристика
Word	Текстовый процессор, позволяет подготавливать документы различной сложности.

Название приложения	Характеристика
Excel	Табличный процессор, поддерживает все необходимые функции для создания электронных таблиц любой сложности
PowerPoint	Программа подготовки презентаций

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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

К.М.01.03 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора - 2023

Калининград, 2023 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 5

3. Содержание и структура дисциплины 5

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся 12

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине 13

6. Методические материалы по освоению дисциплины 16

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет". 23

7.1. Основная литература 23

7.2. Дополнительная литература 22

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация 24

7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы 22

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 25

Автор(ы)-составитель(и) РПД:

кандидат психологических наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	Е. Г. Сайганова
доцент, заместитель заведующего кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС	В.Н. Фетисов
старший преподаватель, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	А.А. Бударников

Кураторы программы дисциплины:

кандидат исторических наук, доцент, начальник отдела основных и дополнительных образовательных программ Учебно-методического управления РАНХиГС	И. Ю. Гагарина
доктор культурологии, профессор, заместитель начальника отдела основных и дополнительных образовательных программ Учебно-методического управления РАНХиГС	И. И. Лисович

Редактор программы дисциплины:

старший специалист кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС	А. А. Оболенская

Заведующий кафедрой
физического воспитания и здоровья РАНХиГС,
кандидат педагогических наук — А.М. Шувалов

РПД ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:
АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА (ЭЛЕКТИВНЫЙ МОДУЛЬ)
одобрена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС

Протокол № 1-23 от «26» января 2023 г.
(год набора 2023)

Автор-составитель:
Доцент кафедры гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.п.н Г.Л. Морозов

Заведующий кафедрой гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, к.филос.н., доцент В.Ф. Соколова

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

1.1. Дисциплина «Физическая культура и спорт: Легкая атлетика (Элективный модуль)» обеспечивает овладение универсальной компетенцией **УК ОС-7**:
способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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		

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

ОТФ/ТФ *(при наличии профстандарта)/* трудовые или профессиональные действия	Код компонента компетенции	Результаты обучения
		На уровне знаний: Кругозор личности в сфере физической культуры и спорта. Знания можно разделить на теоретические, методические и практические. Знания необходимы для самопознания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
		На уровне умений: Творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
		На уровне навыков: Система практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение, укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, а также овладение обучающимися навыков по составлению, выполнению комплекса упражнений гимнастики и

		контролированию своего физического состояния.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт: Легкая атлетика (Элективный модуль)» происходит на 1, 2 и 3 курсе РАНХиГС (1-6 семестры) в соответствии с учебным планом.

Общий объем дисциплины «Физическая культура и спорт: Легкая атлетика (Элективный модуль)» составляет 328 (триста двадцать восемь) академических часов, в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий - практические занятия (далее – ПЗ) (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).

Место дисциплины в структуре образовательной программы:
Дисциплина «Физическая культура и спорт: Легкая атлетика (Элективный модуль)» на 1 курсе изучается одновременно с дисциплиной «Физическая культура и спорт. (Обязательная часть)», которая также служит дальнейшим основанием для ее изучения на 2-3 курсах.

Дисциплина «Физическая культура и спорт: Легкая атлетика (Элективной модуль)» является вариативной составляющей образовательной программы, значимость дисциплины обусловлена гармонизацией духовных и физических сил, формированием общечеловеческих ценностей, системой знаний, интересов, мотивов и убеждений, организующих и направляющих волевые усилия личности обучающегося, нацеленностью на здоровый образ жизни, физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья – основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины, осваиваемой в форме контактной работы

Для очной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости [1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	**58**	-	-	58	-	-	Т, Р, О, У, СН
2.	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная тренировка	**82**	-	-	82	-	-	Т, Р, О, У, СН
3.	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	**24**	-	-	24	-	-	Т, Р, О, У, СН
4.	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
5.	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	**12**	-	-	12	-	-	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	-	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	-	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**-**	

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости [1], промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	**58**	-	-	58	-	0	Т, Р, О, У, СН
2.	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная тренировка	**82**	-	-	82	-	0	Т, Р, О, У, СН
3.	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	**24**	-	-	24	-	0	Т, Р, О, У, СН
4.	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
5.	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	**12**	-	-	12	-	0	Т, Р, О, У, СН
6.	Прикладно-ориентированная подготовка	**48**	-	-	48	-	0	Т, Р, О, У, СН
7.	Специальная физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
8.	Общая физическая подготовка	**46**	-	-	46	-	0	Т, Р, О, У, СН
Промежуточная аттестация		**зачет**						
Итого		**328**	**-**	**-**	328	**-**	**0**	

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся).
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа).
ПЗ – практические занятия (виды занятий семинарского типа, за исключением лабораторных работ).
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации).
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СРО – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

[1] Примечание: формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Р), опрос (О), упражнения (У), сдача нормативов (СН).

** Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

3.2. Содержание дисциплины

Тема: **Беговые упражнения**

Высокий старт, низкий старт, стартовый разгон, бег с ускорением, высокий старт. Бег с высокого старта. Бег с опорой на одну руку. Стартовый разгон и бег по дистанции 60 м; стартовый разгон и бег по прямой дистанции с максимальной скоростью. Бег по виражу, бег на результат.

Тема: **Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»**

Отталкивание.

Упражнения:

- имитация движения рук и ног в отталкивании. И.п. - толчковая нога и разноименная ей рука впереди, маховая нога и другая рука сзади. Перенос веса тела на толчковую ногу с одновременным подъемом согнутой в колене маховой ноги и сменой положения рук;
- и.п. - то же, только толчковая нога на скамейке, маховая внизу. Выпрямление толчковой ноги с одновременным подъемом маховой и сменой положения рук;
- то же, но с отталкиванием вверх-вперед и приземлением на две ноги;
- прыжок "в шаге" с двух-четырех шагов разбега с приземлением на маховую ногу;
- отталкивание с двух-четырех беговых шагов с напрыгиванием маховой ногой на возвышение из гимнастических матов;
- прыжки "в шаге", отталкиваясь при медленном беге через один шаг и то же, отталкиваясь через два шага на третий.

Приземление. Стопы ног при приземлении ставятся параллельно, на ширине плеч. В момент приземления необходимо амортизационное сгибание ног во всех суставах до положения глубокого приседа.

Упражнения:

- прыжок в длину с места толчком двух ног;
- прыжок на возвышение с приземлением на две ноги;
- прыжок в длину короткого разбега через препятствие;
- прыжок в длину с шести-восьми беговых шагов в обозначенное место приземления.

Сочетание разбега с отталкиванием. Скорость в разбеге должна нарастать постепенно. Последний шаг несколько короче предпоследнего за счет активной постановки ноги на отталкивание "загребающим" движением. При обучении зона отталкивания должна быть увеличена до 40-50 см.

Упражнения:

- прыжки "в шаге", отталкиваясь при быстром беге на каждый пятый шаг;
- пробегание по разбегу шесть-восемь беговых шагов с обозначением отталкивания;
- то же с разметкой последних шагов;
- то же с прыжком;
- прыжки в длину с короткого и среднего разбега.

Полетная фаза прыжка.

Упражнения:

- прыжок с места через препятствие с подтягиванием колен к груди (группировка);
- прыжок с места на возвышение с приземлением в положение "сидя";
- то же с шести-восьми беговых шагов;
- из виса на гимнастической перекладине на махе вперед подтянуть колени к груди и выполнить соскок;
- прыжок с шести-восьми шагов разбега через препятствие, расположенное ближе к месту приземления;
- прыжки в длину способом "согнув ноги" с изменением длины разбега.

Тема: **Специальная физическая подготовка**

Развитие специальной быстроты

Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5-10 м (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок сначала пробегается лицом вперёд, а обратно – спиной и т.д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках, с поясом – отягощением или в куртке с весом.
Бег (приставные шаги) в колонне по одному (шеренги) вдоль границ площадки. По сигналу – выполнение определенного задания: ускорения, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 360˚– прыжок вверх, падение, перепад, имитация подачи стойки, с падением в прыжке, имитация подачи нападающих ударов, блокирование и т.д. То же, но занимающиеся перемещаются по одному, по двое, по трое от лицевой линии к сетке. То же, но подается несколько сигналов. На каждый сигнал занимающийся выполняет определенные действия.

Развитие взрывной силы

Бег (приставные шаги) в колонне по одному (шеренги) вдоль границ площадки. По сигналу – выполнение определенного задания: ускорения, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 360˚– прыжок вверх, падение, перепад, имитация подачи стойки, с падением в прыжке, имитация подачи нападающих ударов, блокирование. Специальная эстафета с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Развитие скоростной силы

Упражнения с отягощением, многократные броски набивного мяча над собой в прыжке и ловля после приземления. Бег с остановками и изменениями направлений. Челночный бег.

Развитие специальной и скоростной выносливости

Бег с чередованием с ходьбой до 400 метров. Бег медленный до 3 минут (юноши) и до 2 минут (девушки). Бег или кросс до 500 метров, 1000 метров.

Развитие физических качеств необходимых для передач и приема мяча.

Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами.
Из упора стоя у стены одновременное и попеременной сгибание в лучезапястных суставах, отталкивание ладонями и пальцами от стены двумя руками одновременно и попеременно правой и левой рукой. Упор лежа. Передвижение на руках по кругу, носки ног на месте. Броски набивного мяча от груди двумя руками (из стойки волейболиста) на дальность (соревнование). Упражнение для кистей рук с гантелями. Многократная передача волейбольного мяча в стену, постепенно увеличивая расстояние от нее.

Тема: **Общая физическая подготовка**

Развитие быстроты

Бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 3х20-30м,3х30-40м, 4х50-60 м. Эстафетный бег с этапами до 40 м и до 50-60м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются мячи, учебные барьеры. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 м (юн) и до 2 м (дев). Бег или кросс до 2000 м. Метание малого мяча с места в стену или в щит на дальность отскока и дальность. Метание гранаты с места и с разбега.

Развития общей силы

Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лёжа – поднимание ног с мячом. Упражнения с гантелями. Упражнения на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка, канат). Смешанные висы.

Развитие выносливости

Плавание на 25 м толчок ногами от бортика, скольжение по воде, работа ногами в воде способом «кроль». Ходьба на лыжах и на коньках. Основные способы передвижения, поворотов, спусков, подъемов и торможений. Эстафета на лыжах. Основные способы передвижения на коньках. Эстафеты, игры.

Развитие гибкости

Акробатические упражнения. Кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Группировки в приседе, сидя, лёжа на спине. Перекаты в сторону из положения лёжа и упора стоя на коленях. Перекаты вперёд, назад прогнувшись, лёжа на бёдрах, с опорой и без опоры рук. Перекаты в стороны согнувшись с поворотом на 180° из седа ноги врозь с захватом ноги. Перекаты назад в группировке и согнувшись в стойку на лопатках. Стойка на лопатках. Кувырок вперёд из упора присев и из основной стойки, с трёх шагов и небольшого разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Соединение нескольких кувырков вперёд и назад. «Мост» с помощью партнёра и самостоятельно. Переворот в сторону (вправо и влево) с места и с разбега. Соединение указанных выше акробатических упражнений в несложные комбинации.

Развитие ловкости

Подвижные игры. Игры без предметов: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов номеров», «Попробуй, унеси», различные варианты игры в «Салки». Специальные эстафеты с выполнением заданий в сочетании с определёнными препятствиями.

Развитие прыгучести

Приседания и резкое выпрямление ног с взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг). Из положения стоя на гимнастической стенке, права (левая) нога сильно согнуты, левая (права) опущена вниз, руками держатся на уровне лица – быстрое разгибание ноги (от стенки не отклоняться). То же, с отягощением (пояс массой до 6 кг). Упражнение с отягощением (мешок с песком массой до 4 кг для девушек и до 8 кг для юношей). Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Бег по крутым склонам, по песку без обуви, по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.

Тема: **Скоростно-силовая подготовка***

Скоростно-силовая подготовка – совокупность средств и методов комплексного воспитания быстроты и силы с целью обеспечения всестороннего гармонического физического развития. Упражнения, развивающие скоростно-силовые качества и «взрывную силу». Прыжковые упражнения с весом собственного тела с использованием инвентаря (скакалка, барьер, скамейка) и без; ходьба выпадами; приседания на одной ноге. Комплексы упражнений по типу круговой тренировки скоростно-силовой и силовой направленности.

Тема: **Функциональная тренировка***

Общеразвивающие упражнения для мышц верхних конечностей: поднимание и опускание рук – вперёд, вверх, в стороны, круговые движения в различных плоскостях, сгибание и разгибание из различных исходных положений; для туловища – повороты, наклоны из различных исходных положений; для мышц нижних конечностей – сгибание и разгибание ног в коленных и голеностопных суставах, маховые движения, круговые движения в голеностопных и тазобедренном суставах. Выполнение упражнений для воспитания выносливости и развития координации – ходьба с изменением скорости и длинны шага; различные виды ходьбы (на носках; высоким, перекатом с пятки на носок; пружинистым шагом; с подскоками, с имитацией перешагивания через барьеры), чередование ходьбы и бега. Бег с изменением скорости и направления движения по сигналу преподавателя, спиной вперёд, приставными шагами, челночный бег. Упражнения для развития равновесия, гибкости и ловкости. Упражнения на развитие силы (силовой выносливости), на мышцы нижних и верхних конечностей (односуставные и многосуставные); на группы мышц туловища (спины, груди, живота, ягодиц) с использованием сопротивления собственного

веса, гантелей, медболов, в различных исходных положениях – стоя, сидя, лежа. Комплексы и комбинации упражнений – приседания и жимы, стоя, выпады и жимы, стоя, наклоны и тяги в наклоне и стоя; выходы в упоры: упор присев, упор лёжа; перемещения из положения упор лёжа. Составление комплексов и комбинаций из изученных упражнений.

Тема: **Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»**

Отталкивание с места и небольшого разбега, а также правильное выполнение маховых движений ногой и руками при отталкивании. Постановка толчковой ноги на место отталкивания. Разбег в сочетание с отталкиванием; переход через планку. Подбор индивидуального разбега. Прыжки в высоту с разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники бега и прыжков.

Тема: **Техническая подготовка***

Прыжки в длину с места. Отталкивание в прыжках в длину с разбега. Приземления. Прыжки в длину с разбега. Специальные подводящие упражнения для освоения техники прыжков и бега. Движение в полете в прыжках в длину с разбега, ритм последних шагов в отталкивании в прыжках в длину с разбега. Подбор индивидуального разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники прыжков. Упражнения на развитие гибкости. Подводящие имитационные упражнения для правильного выполнения различных видов прыжков и бега.

Тема: **Метание малого мяча**

Метание теннисного мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1м) с расстояния 6-8м. «Скрестный» шаг при разбеге; метания малого мяча на дальность с трех бросковых шагов. Отведение руки с малым мячом на два шага при разбеге и метанию с четырех бросковых шагов; метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1м) с расстояния 10-12м; метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1м) с расстояния 12-18м, метание на результат.

Тема: **Упражнения со специальным оборудованием***

Развивающие и профилактические упражнения с использованием специальных средств/оборудования (резиновые жгуты, петли; медболы; утяжелители; гимнастические палки и т.д.) для развития основных мышечных групп (упражнения для мышц спины; упражнения для мышц груди; упражнения для мышц живота; упражнения для мышц рук; упражнения для мышц бёдер и голени), увеличения подвижности суставов, а также для профилактики травм в наиболее подверженных риску топологических областях (коленные суставы, плечевые суставы, поясничный отдел позвоночника).

Тема: **Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики**

Игры с бегом: « Жмурки», « Картошка», «Выше ноги от земли», «Лапта», эстафеты. «Футбол», « Баскетбол», «Русская лапта», легкоатлетические эстафеты

Игры с прыжками: « Прыжки по полоскам», «Перемена мест», «Бой петухов».

Игры с метанием: «Кто дальше бросит», «Невод», «Гонка мячей по кругу».

Тема: **Упражнения с собственным весом***

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для ног. Упражнения для всех частей тела. Разноименные движения на координацию. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения на растягивание и расслабление. Упражнения с сопротивлением партнера.

Тема: **Прикладно-ориентированная подготовка**

Прикладно-ориентированные упражнения из различных видов легкой атлетики: метание в цель и на дальность, разновидности бега; из гимнастики с элементами акробатики: перекаты, кувырки, лазание, перелазание, прыжки, преодоление препятствий; из спортивных игр: ориентирование в пространстве, различные перемещения.

***** *Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт: Атлетическая гимнастика (Элективный модуль)» используются следующие **методы текущего контроля** успеваемости обучающихся**:**

	Тема и/или раздел	**Методы текущего контроля успеваемости**
1.	Практический раздел (учебно-тренировочные занятия)	Тестируются нормативы текущего контроля успеваемости
2.	Практический раздел (самостоятельные учебно-тренировочные занятия в системе дистанционного обучения (СДО))	«Дневник самоконтроля занимающегося» с предоставлением отчета курирующему занятия в СДО преподавателю (для заочной формы обучения)

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Примерный перечень тем рефератов

1. История возникновения и развития легкой атлетики, её цели и задачи как физкультурно-оздоровительной системы.
2. Классификация видов легкой атлетики, их происхождение.
3. Техника выполнения легкоатлетических упражнений (бег на короткие дистанции, средние дистанции, длинные дистанции, прыжки, метания).
4. Сходство и различие в постановке задач и подборе средств при изучении техники различных видов легкой атлетики.
5. Анализ современного состояния развития легкой атлетики (по материалам спортивных соревнований различного уровня).
6. Морфо-функциональные изменения, происходящие при занятиях легкой атлетикой.
7. Основные принципы спортивной подготовки в легкой атлетике.
8. Правила техники безопасности во время занятий легкой атлетикой, предупреждение травматизма на занятиях по легкой атлетике.
9. Тренировочные занятия по легкой атлетике и их разновидности.
10. Организация соревнований по легкой атлетике. Состав судейских бригад на соревнованиях по различным видам легкой атлетики. Права и обязанности судей и участников.

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Зачет выставляется по накопительной системе (схеме) и проводится с применением **следующих методов (средств):** оценка за работу на занятиях и оценка по результатам контрольного тестирования физической подготовленности в течение семестра.

При изучении дисциплины, обучающиеся в течение семестра посещают учебные занятия, занятия в спортивных группах, участвуют в различных соревнованиях, изучают видеоматериалы. Зачет по накопительной системе (схеме) выставляется на основе результатов текущего контроля успеваемости в семестре.

Успешность работы обучающегося в учебном семестре по дисциплине оценивается по 100-балльной шкале.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Ключевой/промежуточный индикатор оценивания	Критерий оценивания
	На основе самодиагностики физического состояния отбираются и реализуются методы поддерживания физического здоровья	Формирование уровня функциональных и двигательных способностей, соответствующий возрасту уровень технической, скоростно-силовой, силовой подготовленности, общей выносливости.

5.3. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы I курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Бег 60 м (с)	9,4	10,0	10,5	11,0	11,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	58,0	1.02	1.08	1.15	1.30 и более
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	370	330	290	280	260 и менее
4.	Метание мяча 150 г (м)	28	23	18	15	13 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		16	12	8	4	2
1.	Бег 60 м (с)	8,4	9,2	10,0	11,0	11,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	54,0	57,0	1.02	1.15	1.30 и более

3.	Прыжок в длину с разбега (см)	430	380	330	300	260 и менее
4.	Метание мяча 150 г (м)	45	40	31	25	15 и менее

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы II курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бег 100 м (с)	16,5	17,0	17,8	18,0	18,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	58,0	1.02	1.08	1.15	1.30 и более
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	375	340	300	280	260 и менее
4.	Прыжок в высоту с разбега (см)	120	115	105	90	80 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бег 100 м (с)	14,5	14,9	15,5	16,0	16,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	50,0	55,0	1.00	1.15	1.30 и более
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	440	400	340	300	260 и менее
4.	Прыжок в высоту с разбега (см)	135	130	115	100	90 и менее

Контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основной группы III курса

Девушки

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бег 100 м (с)	16,0	16,5	17,0	18,0	18,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	58,0	1.02	1.08	1.15	1.30 и более
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	380	340	310	280	260 и менее
4.	Прыжок в высоту с разбега (см)	120	115	105	90	80 и менее

Юноши

№ п/п	Наименование упражнений	Оценка в баллах				
		9	7	5	3	1
1.	Бег 100 м (с)	14,2	14,5	15,0	16,0	16,5 и более
2.	Бег 300 м (мин, с)	49,0	53,0	58,0	1.15	1.30 и более

3.	Прыжок в длину с разбега (см)	460	420	370	350	300 и менее
4.	Прыжок в высоту с разбега (см)	135	130	120	110	100 и менее

Шкала оценивания

Шкала оценивания по дисциплине	
Баллы	**Оценка**
0-50	«не зачтено»
51-100	«зачтено»

Порядок формирования балльной оценки

Тип работы	**Максимальное количество баллов**
Посещение практических занятий (2 балла за занятие) 1 курс 2, 3 курсы	 36 64
Сдача практических контрольных тестов по видам спорта/специализациям 1 курс 2,3 курсы	 64 36
Итого	**100**
Дополнительные баллы	*30*

Посещение практических занятий - 2 балла за занятие.

Сдача контрольных нормативов - до 64 баллов - на 1 курсе, до 36 баллов – на 2,3 курсах.

Обучающиеся, освобожденные от занятий по физической культуре и спорту по состоянию здоровья выполняют теоретические задания: составление комплексов упражнений, написание рефератов, написание статей - до 100 баллов.

Дополнительные баллы (до 30 баллов):

1 (один) академический час участия в соревнованиях/спортивных мероприятиях факультета, Академии, межвузовских соревнованиях, международных соревнованиях приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия.

1 (один) академический час участия в судействе соревнований/волонтерской деятельности приравнивается к 1 (одному) академическому часу учебного занятия (для обучающихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья).

Сумма баллов, набранная обучающимся по результатам каждой аттестации, включая дополнительные баллы, заносится преподавателем, проводящим аттестацию в соответствующую форму единой ведомости, которая используется в течение всего семестра и хранится в деканате соответствующего факультета (института), а в зачетную книжку проставляется «зачёт».

Обучающийся должен быть ознакомлен с текущей успеваемостью, набранной им суммой баллов во время занятий или консультаций не менее трех (четырех) раз за семестр, на занятиях, следующих за контрольными занятиями и на предпоследнем занятии перед сессией (зачетной неделей).

Промежуточная аттестация (зачёт по накопительной системе (схеме)) – выставляется на основе суммы баллов по результатам всех запланированных контрольных мероприятий и посещаемости учебных занятий на протяжении семестра. При оценивании уровня освоения дисциплины, оценке подлежат конкретные знания, умения и навыки обучающегося.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

В процессе учебно-тренировочной деятельности осуществляется дифференцированный подход к обучающимся, учитывается ряд индивидуальных особенностей. Овладение достаточно большим объемом навыков и умений даст возможность обучающимся грамотно и осмысленно заниматься физическими упражнениями. Учитывая фундаментальную роль дисциплины в подготовке специалистов, особое внимание в процессе реализации дисциплины необходимо акцентировать на работе обучающихся, а также на максимально возможное разнообразие форм ее организации, способствующих повышению эффективности освоения дисциплины.
Описание полного объема практических умений и навыков, примерные комплексы общеразвивающих упражнений, перечень вопросов и заданий для самостоятельной подготовки, методика тестирования физической подготовленности, примерный перечень домашних заданий, примерный перечень занятий для самостоятельной работы, примерные планы еженедельных самостоятельных занятий содержатся в «Методических указаниях по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС», разработанных кафедрой физического воспитания и здоровья РАНХиГС.
https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749

Распределение учебных часов и форм контроля дисциплины по семестрам (328 ак.ч.)

Для очной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	36	36	64	64	64	64	**328**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Для очно-заочной, заочной формы обучения

Разделы учебной программы	**Семестры**						**Всего часов**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	
Практические занятия	6	6	4	4	4	4	**28**
Самостоятельная работа	30	30	60	60	60	60	**300**
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	
Итого	**36**	**36**	**64**	**64**	**64**	**64**	**328**

Распределение учебных часов по темам и видам занятий

Для очной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	8	8	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	8	8	-
	Специальная физическая подготовка	10	10	-
	Общая физическая подготовка	10	10	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 2	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	10	10	-
	Специальная физическая подготовка	8	8	-
	Общая физическая подготовка	8	8	-
	Всего:	**36**	**36**	**-**
Семестр 3	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	-
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	-
	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
Семестр 4	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	-
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	-
	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 5	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	-
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	-
	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Общая физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**

Семестр 6	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	-
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	-
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	-
	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	6	6	-
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**-**
	Специальная физическая подготовка	14	14	-
	Всего:	**64**	**64**	**-**
	Итого:	**328**	**328**	**-**
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Для очно-заочной, заочной формы обучения

№ Семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы и практические занятия	Самостоятельная работа
Семестр 1	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	8	8	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	8	8	0
	Специальная физическая подготовка	10	10	0
	Общая физическая подготовка	10	10	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**
Семестр 2	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	10	10	0
	Специальная физическая подготовка	8	8	0
	Общая физическая подготовка	8	8	0
	Всего:	**36**	**36**	**0**
Семестр 3	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	0
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	0
	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**
Семестр 4	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	0
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	0
	Метание малого мяча *Упражнения со специальным оборудованием	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 5	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	0
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	0
	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Общая физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**

Семестр 6	Беговые упражнения *Скоростно-силовая подготовка	10	10	0
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги» *Функциональная подготовка	16	16	0
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» *Техническая подготовка	6	6	0
	Подвижные игры с элементами легкой атлетики *Упражнения с собственным весом	6	6	0
	Прикладно-ориентированная подготовка	12	12	**0**
	Специальная физическая подготовка	14	14	0
	Всего:	**64**	**64**	**0**
	Итого:	**328**	**328**	**0**
***Темы/виды занятий, которые могут быть реализованы дистанционно (в системе дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС)*				

Методические указания по выполнению индивидуальных письменных работ

Реферат – это письменная аналитическая работа по одному из актуальных вопросов теории или практики какой-либо предметной дисциплине.

Реферат в переводе с латинского языка означает «пусть он доложит». Поэтому, по сути, это обобщенная запись идей (концепций, точек зрения) на основе самостоятельного анализа различных или рекомендованных источников и предложение авторских (оригинальных) выводов.

Чтобы изложить собственное мнение по определенной проблеме, требуется, *во-первых,* хорошо знать материал, а *во-вторых,* быть готовым умело передать его содержание в письменной форме, сделать логичные выводы.

Реферат может быть подготовлен по заданной теме на основе одного или двух источников. В других случаях требуется работа с большим количеством книг, статей, справочной литературы. В реферате должны присутствовать характерные поисковые признаки; раскрытие содержания основных концепций, цитирование мнений некоторых специалистов по данной проблеме, текстовые дополнения в постраничных сносках или оформление специального словаря в приложении и т.п. При этом важно использовать личные картотеки выписок, справок, документов. При написании текста реферата документированные фрагменты сопровождаются логическими авторскими связками.

Обучающемуся предоставляется право самостоятельно выбрать тему реферата из списка. При определении темы учитывается ее актуальность, научная разработанность, наличие базы источников, а также опыт практической деятельности, начальные знания обучающегося, его личный интерес к выбору проблемы. После выбора темы составляется список изданной по теме (проблеме) литературы, необходимых справочных источников. Обязательно следует уточнить перечень нормативно-правовых актов органов государственной власти и управления, других документов для анализа.

План реферата имеет внутреннее единство, строгую логику изложения, смысловую завершенность раскрываемой проблемы (темы). Реферат состоит из краткого введения, одного или двух параграфов основной части, заключения и списка использованных источников. Во *введении* (1-1,5 страницы) раскрывается актуальность темы (проблемы), сопоставляются основные точки зрения, показываются цель и задачи производимого в реферате анализа. В *основной* части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований.

Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора. В *заключении* (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с целью и задачами реферата делаются выводы или даются практические рекомендации по разрешению исследуемой проблемы в рамках государства, региона или сферы управления.

Объем реферата, как правило, не должен превышать 10 страниц машинописного (компьютерного) текста при требуемом интервале. После титульного листа печатается план реферата. Каждый раздел реферата начинается с названия. Оформляется справочно-библиографическое описание литературы и других источников.

Реферат оформляется на стандартных листах бумаги А 4 (210×297 мм) с одной стороны. Текст работы отпечатывается через полтора интервала. Постраничные сноски оформляются через один интервал. Поля: левое – 35 мм, правое – до 15 мм, верхнее и нижнее – не менее 20 мм. Формат: набор Word 8.0, Word 10.0, шрифт: Times New Roman, 12-й или 14-й кегль (для сносок 10-й кегль).
Рефераты могут быть сданы обучающимися и проверены преподавателем, как в системе дистанционного обучения (СДО), так и на бумажном носителе.

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

7.1. Основная литература

1. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. - Москва: Спорт, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-907225-41-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1153739
2. Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: Учебное пособие / Сидорова Е.Н., Николаева О.О. - Красноярск: СФУ, 2016. - 148 с.: ISBN 978-5-7638-3400-0. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/967799
3. Забелина, Л. Г. Легкая атлетика/ЗабелинаЛ.Г., НечунаеваЕ.Е. - Новосибирск : НГТУ, 2010. - 58 с.: ISBN 978-5-7782-1448-4. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/549320
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 322 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11314-3. - URL: https://urait.ru/bcode/495012
5. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022; Омск: Изд-во ОмГТУ. - 110 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11767-7 (Издательство Юрайт). - ISBN 978 5 8149 25 47 3 (Изд-во ОмГТУ). - URL: https://urait.ru/bcode/495814
6. Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. - Москва: ИНФРА-М, 2021. - 201 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1361807
7. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 146 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11118-7. - URL: https://urait.ru/bcode/495446
8. Физическая культура. Лекции: учеб. пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - ISBN 978-5-238-02982-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1027339
9. Гришина, Ю. И. Физическая культура студента: учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. - 283 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-31286-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1081521
10. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов, составляющих здоровый образ жизни студентов / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - Москва: Научный консультант, 2017. - ISBN 978-5-9909615-6-2. https://znanium.com/catalog/product/1023871

7.2. Дополнительная литература

1. Методические указания по физической культуре и спорту для самостоятельной работы обучающихся в РАНХиГС / под ред. Сайгановой Е. Г. – М.: Изд-во РАНХиГС, 2019. https://www.ranepa.ru/repository/publication/?id=3825a762-e11f-42a5-b06d-79bf2d17e749
2. Сайганова Е.Г. Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ Под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762
3. Сайганова Е.Г. Физическая культура и подготовка к государственной гражданской службе: монография / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов – М.: Изд-во РАГС, 2011. 169 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351765

4. Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 228 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351764
5. Сайганова Е.Г. Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 270 с. https://new.znanium.com/catalog/document?id=351763

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Указ Президента Российской Федерации от 24.03. 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.06.2017 г. № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы»

7.4. Интернет-ресурсы (базы данных, мультимедиа ресурсы, сайты, порталы и иные ресурсы)

1. Электронный каталог библиотеки РАНХиГС http://ranepa.ru
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. Научная электронная библиотека https://elibrary.ru/

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

Спортивная база кафедры физического воспитания и здоровья РАНХиГС *

№	Наименование спортсооружений	Кол-во	Площадь одного сооружения	Учебный корпус	Виды спорта
1	**Универсальный спортивный зал с раздевалками и душевыми**	**1**	**24х14 336м2**	**1**	**Баскетбол Волейбол Теннис настольный Теннис Бадминтон.**
2	**Тренажерный зал с раздевалками и душевыми**	**1**	**14х7 98м2**	**1**	**Атлетическая гимнастика Общая физическая подготовка Фитнес Бодиформинг.**
3	**Открытая универсальная спортивная площадка**	**1**	**40х20 800м2**	**На территории ЗФ РАНХиГС**	**Футбол Волейбол Баскетбол Теннис.**

Программное обеспечение дисциплины

Для программного обеспечения дисциплины необходим Microsoft Office – офисный пакет приложений, созданных корпорацией Microsoft для операционных систем Microsoft Windows, система дистанционного обучения (СДО) РАНХиГС: https://lms.ranepa.ru.

Название приложения	Характеристика
Word	Текстовый процессор, позволяет подготавливать документы различной сложности.
Excel	Табличный процессор, поддерживает все необходимые функции для создания электронных таблиц любой сложности
PowerPoint	Программа подготовки презентаций

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

Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса

ФТД.01 «Психолого-педагогическая адаптация к образовательной среде»
(индекс, наименование дисциплины (модуля), в соответствии с учебным планом)

бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора 2023

Калининград, 2022 г.

Автор–составитель:
Алипова С.Ф.
(ученая степень и(или) ученое звание, должность) (наименование кафедры) (Ф.И.О.)

Заведующий кафедрой
«Финансы, денежное обращение и кредит» д.э.н. профессор Хандруев А.А.
(ученая степень и(или) ученое звание, должность) (наименование кафедры) (Ф.И.О.)

заведующий кафедрой региональной экономики и менеджмента Западного филиала РАНХиГС к.э.н., доцент Чунина А.Е.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры региональной экономики и менеджмента
Протокол от «26» июня 2023 г. № 12

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 успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине 5

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 12

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине 14

6.1. Основная литература. 14

6.2. Дополнительная литература. 14

6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы 14

6.4. Нормативные правовые документы. 14

6.5. Интернет-ресурсы. 14

6.6. Иные источники. 15

7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 16

.

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

1.1. Дисциплина ФТД.01 «Психолого-педагогическая адаптация к образовательной среде» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС-3	Способность вести себя в соответствии с требованиями ролевой позиции в командной работе	
УК ОС-4	Способность осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном(ых) и иностранном(ых) языке(ах)	
УК ОС-5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	

1.2. Использование трудовых функций обязательно только для профессиональных компетенций, установленных самостоятельно

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Объем дисциплины

Дисциплина ФТД.01 «Психолого-педагогическая адаптация к образовательной среде» составляет 2 зачетные единицы, т.е. 72 академических часа для очно-заочной. На контактную работу с преподавателем выделено 16 часов, из них 8 часов лекций и 8 часов практических занятий, на самостоятельную работу обучающихся выделено 52 часа для очно-заочной.

Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина ФТД.01 «Психолого-педагогическая адаптация к образовательной среде» изучается на 1 курсе, в 1 семестре в соответствии с учебным планом для студентов очно-заочной формы обучения.

Изучение дисциплины заканчивается зачетом.

3. Содержание и структура дисциплины

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости*, **, промежуточной аттестации***
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Раздел 1	Профессиональная адаптация	34	4		4		26	*Реф, Т*
Раздел 2	Социально-психологическая адаптация	34	4		4		26	*Реф, Т*
Промежуточная аттестация		4						*За*
Всего:		**72**	**8**		**8**		**52**	

*** – разработчик указывает необходимые формы текущего контроля успеваемости: тестирование (Т), реферат (Реф).*

**** - разработчик указывает необходимые формы промежуточной аттестации: зачет (За).*

Содержание дисциплины

Раздел 1. Профессиональная адаптация

Тема 1. Психологические аспекты специальности.

Тема 2. Основы правовых знаний об образовательной сфере.

Тема 3. Права и преференции обучающихся во время учебы.

Тема 4. Развитие навыков самостоятельности в учебной и научной работе.

Раздел 2. Социально-психологическая адаптация

Тема 1. Межличностное взаимодействие: проблемы и пути их решения.

Тема 2. Конфликты и способы их предотвращения и разрешения

Тема 3. Создание «ситуации успеха», задачи саморазвития.

Тема 4. Организация оптимального режима труда и отдыха.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Текущий контроль успеваемости

4.1.1. Формы текущего контроля успеваемости

Тема (раздел)	Методы текущего контроля успеваемости
Раздел 1. Профессиональная адаптация	Тестирование. Рефераты
Раздел 2. Социально-психологическая адаптация	Тестирование. Рефераты

4

. Методические материалы, обеспечивающие оценивание текущих знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

1

.Типовые оценочные материалы к Разделу 1.Профессиональная адаптация

2

.Тематика докладов рефератов

.

1. Значение психологических знаний для профессиональной подготовки и деятельности специалиста в современных условиях.

Материалы текущего контроля успеваемости.

2. Способы и приемы эффективной коммуникации.
3. Технология личного психологического влияния.
4. Невербальный язык общения: как понять человека без слов.

Тестирование

1. Знаете ли Вы, сколько требуется Вам времени, чтобы:

1.1.Прочитать страницу текста.

1.2. Законспектировать страницу.

1.3.Успеваете ли Вы записывать на слух (под диктовку) главное из объяснения преподавателя?

2. Планируете ли Вы свою работу и время на день, неделю, более длительный срок?

3. Планируя свое учебное время и организуя работу, анализируете ли Вы:

3.1. Выполнение намеченного на день, неделю, более длительный срок

3.2. Полезную затрату времени и его потерю.

3.3.Причины срывов и неудач при самостоятельной работе.

3.4. Соответствие затраченных усилий и результатов работы.

4. Планируя свое время и работу Вы:

4.1. Выполняете все по мере необходимости.

4.2.Мысленно составляете план и придерживаетесь его.

4.3. Записываете план и придерживаетесь его.

5. В какой степени, по Вашему мнению, зависят результаты учебного труда от:

5.1. Умений приобретать знания.

5.2. Умений организовать свое учебное время.

5.3. Упорства в достижении результатов.

6. Какие приемы работы Вы используете, изучая теоретический материал?

6.1.Бегло просматриваю, выделяю главное в учебнике.

6.2. Полагаюсь на знания, полученные на занятиях.

6.3. Заучиваю формулировки, определения.

6.4. Проверяю себя, отвечая на вопросы учебника.

Типовые оценочные материалы к Разделу 2.Социально-психологическая адаптация

Тематика докладов рефератов

1. Влияние особенностей лидерского стиля на взаимоотношения в группе
2. Психологические основы скрытого управления в общении
3. Психологическое манипулирование и способы защиты от манипуляций
4. Природа и виды профессиональных деформаций, динамика формирования.
5. Психическое выгорание. Направления профилактических работ по предупреждению психического выгорания

Тест

1. Какие виды самостоятельной работы Вам нравится выполнять?

1.1. Задания по работе с учебником, учебными пособиями.

1.2. Задания по работе с конспектом.

1.3. Программированные задания.

1.4. Подготовка докладов.

1.5. Подготовка сообщений по теме.

2.Какие виды аудиторной самостоятельной работы на Ваш взгляд наиболее целесообразны на занятиях:

2.1. Работать с конспектом лекций.

2.2. Составлять собственный конспект, анализируя изученный материал.

2.3. Работать с учебником, справочной литературой.

3. Какие затруднения Вы испытываете:

3.1. При подготовке к лекциям;

3.2. На занятиях во время самостоятельной работы;

3.3. При подготовке докладов, сообщений;

3.4. Во время выступления с докладом, сообщением;

3.5. При подготовке реферата, проекта

3.6. Во время презентации реферата, проекта.

Критерии оценки знаний, умений, навыков по итогам написания реферата.

По итогам написания реферата выставляется от 20 до 40 баллов, которые затем учитываются при формировании итоговой оценки за дисциплину.

40 баллов – в реферате содержатся все из следующих характеристик: актуальность выбранной темы, цели и задачи реферата, определены методы решения поставленных задач, а также дана оценка современного состояния, нормативного регулирования, имеющихся проблем и подходов к их решению, изложено авторское видение исследуемой темы. При необходимости выполнены аналитические расчеты, подтверждающие позицию автора, и раскрывающие эффективность предлагаемых решений. Текст реферата логически построен, содержит новые интересные данные.

30 баллов – в реферате раскрыты: актуальность выбранной темы, цели и задачи реферата, определены методы решения поставленных задач, а также дана оценка современного состояния, нормативного регулирования, раскрыты имеющиеся проблемы и определены подходы к их решению.

20 баллов – в реферате раскрыты: актуальность выбранной темы, цели и задачи реферата, определены методы решения поставленных задач, а также дана оценка современного состояния, нормативного регулирования.

Критерии оценивания тестирования

Тесты предоставляются обучающимся в качестве раздаточного материала на бумажном или электронном носителе.

Критерии оценивания выполнения тестовых заданий следующие:

«отлично» - 90-100% правильных ответов;

«хорошо» - 70-89% правильных ответов;

«удовлетворительно» - 51-69% правильных ответов;

«неудовлетворительно» - 50% и меньше правильных ответов.

При проведении тестирования обучающемуся запрещается пользоваться дополнительной литературой.

Промежуточная оценочная аттестация

Код компетенции	Наименование компетенции	

УК ОС-3	Способность вести себя в соответствии с требованиями ролевой позиции в командной работе	
УК ОС-4	Способность осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном(ых) и иностранном(ых) языке(ах)	
УК ОС-5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	

Дисциплина является факультативной и может участвовать в формировании навыков, умений и знаний указанных компетенций в случае ее выбора.

Этап освоения компетенции	**Индикатор оценивания**	**Критерий оценивания**
УК ОС -3. Способность применять основы этики и бизнес-профайлинга в целях построения соответствующих иерархическому положению индивида межличностных отношений в группе.	"Способен самостоятельно презентовать собственные результаты: идеи/ точку зрения/ проект перед коллективом, а также продемонстрировать несколько схем позиционирования результатов. В состоянии сориентироваться в теоретических основах группового взаимодействия и проанализировать группу с точки зрения социально-психологических характеристик. Способен грамотно позиционировать себя в группе, использовать навыки коммуникации в команде, применять групповые методы взаимодействия в зависимости от командной задачи."	Представлены идеи/ точку зрения/ проект перед коллективом. Продемонстрированы несколько схем позиционирования результатов. Демонстрирует осмысление полученных теоретических основах и применяет их в практической деятельности. Оценивает социальную общность и ее социально-психологические характеристики. Реализует свою позицию и роль в группе. Слышит и слушает других членов команды. Применяет групповые методы взаимодействия.
УК ОС-4. Способность применять навыки делового общения, ведения переговоров, дискуссий в области	Способен самостоятельно планировать и проводить деловую встречу или публичное выступление на иностранном языке, демонстрировать	Не испытывает затруднений в выборе языковых средств. Речь грамотная, свободная.

Этап освоения компетенции	Индикатор оценивания	Критерий оценивания
своей профессиональной деятельности, в том числе, на иностранном языке	свободное владение специфической лексикой, распространенной в деловой сфере, а также знание делового этикета страны контрагента	Слышит собеседника, реагирует на его аргументацию Не допускает речевых ошибок. Владеет специфической лексикой, распространённой в деловой сфере
УК ОС-5.Изучение генезиса этико-социальных норм взаимодействия людей в коллективе с применением инструментария ретроспективного анализа	Способен приводить основные теоретические концепции по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений, определять круг понятий гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья, приводить примеры их реализации в повседневной жизни, а также примеры международной практики противодействия дискриминации, применять модели ретроспективных аналогий для изучения генезиса этико-социальных норм взаимодействия людей в коллективе.	Формулирует основные положения в рамках концепций по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений. Определяет понятия гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья. Иллюстрирует суждения по вопросам различных видов дискриминации примерами из международной практики противодействия дискриминации. Способен учитывать исторический опыт для моделирования и принятия решений, в том числе, на коллективной основе

. Форма и средства (методы) проведения промежуточной аттестации

Зачет проводится с применением следующих методов (средств): устный опрос.

. Типовые оценочные средства

Список вопросов для подготовки к зачету

1. Назовите основные сферы деятельности, где могут быть использованы профессиональные знания, полученные в ходе обучения на факультете.
2. Определите основные причины выбора Вами будущей специальности.
3. Назовите имена ведущих преподавателей факультета и основные сферы их профессиональных интересов.
4. Назовите факультеты Академии, которые занимаются подготовкой специалистов в сфере экономики и финансов.

5. «География» Академии. Какие основные места обучения, проживания, досуга для Вас наиболее востребованы?
6. Какие законы Российской Федерации определяют правоотношения в сфере высшего образования.
7. Знакомы ли Вы с Уставом Академии, какие основные положения Устава Вы можете назвать.
8. Какие основные права и преференции, обучающиеся имеют во время учебы в Академии?
9. Какие основные приемы планирования самостоятельной работы Вы знаете и используете в своей практике?
10. Какие основные приемы организации своего рабочего времени Вы используете?
11. По каким вопросам обучения Вы обращаетесь к информационным базам Академии?
12. Каким образом Вы используете библиотечные фонды Академии?
13. Основные формы межличностного взаимодействия.
14. Какие Вы знаете основные нормы взаимоотношения в коллективе, имеющем социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия?
15. Какая практика снятия напряжения и тревожности (телесно- ориентированная терапия) может быть использована при подготовке к сдаче экзаменов и зачетов?
16. Психологические причины возникновения межличностных конфликтов.
17. Основные способы предотвращения межличностных конфликтов.
18. Основные способы разрешения конфликтов.
19. Какие основные задачи саморазвития возможно реализовать в процессе обучения в Академии?
20. Какие задачи можно решить при помощи создания «ситуации успеха»?
21. Какие методы Вы используете при организации оптимального режима труда и отдыха?

Примеры заданий (билеты) для проведения зачета

Билет 1.

Вопрос 1. Психологические причины возникновения межличностных конфликтов

Вопрос 2. Какие законы Российской Федерации определяют правоотношения в сфере высшего образования.

Билет 2.

Вопрос 1. По каким вопросам обучения Вы обращаетесь к информационным базам Академии?

Вопрос 2. Основные способы разрешения конфликтов

Шкала оценивания.

Критерии оценивания	Оценка
Дает четкое обоснование принятых решений, умеет самостоятельно последовательно, логично, аргументированно излагать, анализировать, обобщать изученный материал, не допуская ошибок. Студент демонстрирует способность сформировать навыки заполнения профессиональных документов и изучение генезиса этико-социальных норм взаимодействия людей в коллективе.	**«Зачет»**
Дает неполные (неточные) определения понятий, при аргументации не дает должного обоснования; допускает неточности и ошибки, нарушает последовательность в изложении материала; практические задания выполнены не в полном объеме; испытывает затруднения при ответе на дополнительные вопросы экзаменатора. Студент не демонстрирует способность сформировать навыки заполнения профессиональных документов и изучение генезиса этико-социальных норм взаимодействия людей в коллективе.	**«Незачет»**

4.3. Методические материалы

Процедура проведения зачета

Промежуточная аттестация определяет степень достижения учебных целей и проводится в форме зачета. Зачёт проводится устно по контрольным вопросам в сроки, предусмотренные учебным планом. При выведении аттестационной отметки обязательно учитываются результаты текущего контроля и самостоятельной работы обучающегося. Текущий контроль успеваемости осуществляется во время проведения семинаров посредством проведения устных опросов учащихся. Содержание оценочного средства- вопросы к зачету. Требования к выполнению- зачет проводится в устной форме путем ответа на вопросы из представленного перечня. Время, отведенное на процедуру – 20 минут. Результаты оглашаются по окончании опроса. Ответ подготавливается в письменной конспективной форме и сдается преподавателю после устного ответа.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Краткие методические указания по подготовке и написанию реферата

Реферат - это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и обучающимся, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Цель реферата состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Написание реферата позволит автору научиться четко, лаконично, грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия

соответствующими примерами, аргументировать свои выводы; овладеть научным стилем речи.

Реферат должен содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Также для успешного освоения дисциплины обучающийся должен ознакомиться с основной и дополнительной литературой, нормативно-правовыми документами, а также интернет-источниками.

Самоподготовка к практическим занятиям

При подготовке к практическому занятию необходимо помнить, что та или иная дисциплина тесно связана с ранее изучаемыми курсами. Более того, именно синтез полученных ранее знаний и текущего материала по курсу делает подготовку результативной и всесторонней.

На семинарских занятиях студент должен уметь последовательно излагать свои мысли и аргументированно их отстаивать.

Для достижения этой цели необходимо:

1) ознакомиться с соответствующей темой программы дисциплины;

2) осмыслить круг изучаемых вопросов и логику их рассмотрения;

3) изучить рекомендованную литературу по данной теме;

4) тщательно изучить лекционный материал;

5) ознакомиться с вопросами очередного семинарского занятия;

6) подготовить краткое выступление по каждому из вынесенных на семинарское занятие вопросу.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ дисциплины, раскрытия сущности основных экономических категорий, проблемных аспектов темы и анализа фактического материала. При презентации материала на семинарском занятии можно воспользоваться следующим алгоритмом изложения темы: определение и характеристика основных категорий, эволюция предмета исследования, оценка его современного состояния, существующие проблемы, перспективы развития.

Самостоятельная работа по подготовке к промежуточной аттестации

При подготовке к промежуточной аттестации необходимо ознакомьтесь со списком представленных вопросов. Формулируйте ответ с токи зрения применения различных методов анализа данных. Ответ необходимо дать аргументированный. При ответе нужно продемонстрировать способность управлять людьми, вооружать их научными и

практическими знаниями в области мотивации, стимулирования и лидерства, открытого управления и оптимальности правильных механизмов управления, разрабатывать варианты управленческих решений, обосновывать выбор управленческих решений на основе критериев социально-экономической эффективности.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Основная литература.

1. Лавриненко, В. Н. Психология и этика делового общения : учебник и практикум для вузов / В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышова ; под редакцией В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышовой. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 408 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01353-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449749

6.2. Дополнительная литература.

1. Кузнецов, И. Н. Деловое общение : учебное пособие для бакалавров / И. Н. Кузнецов. — 7-е изд. — Москва : Дашков и К, 2018. — 524 с. — ISBN 978-5-394-02951-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/85214.html

2. Психология и этика делового общения : учебник для студентов вузов / В. Ю. Дорошенко, Л. И. Зотова, В. Н. Лавриненко [и др.] ; под редакцией В. Н. Лавриненко. — 5-е изд. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 419 с. — ISBN 978-5-238-01050-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/81834.html

6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Не предусмотрено.

6.4. Нормативные правовые документы.

- Конституция Российской Федерации (от 12 декабря 1993 г.);
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Государственная программа Российской Федерации «Доступная среда» на 2011-2015 годы (утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 17 марта

2011 г. № 175);

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы (утверждена распоряжением Правительства РФ от 15 мая 2013 г. № 792-р;

6.5. **Интернет-ресурсы.**

1. Информационный ресурсный центр по научной и практической психологии «ПСИ-ФАКТОР» http://psyfactor.org – свободный доступ;
2. Психологические упражнения для тренингов http://trepsy.net – свободный доступ;
3. Электронная библиотечная система «Универстетская библиотека on-line» http://www.uraitlub.ru – свободный доступ;
4. Конвенция о правах инвалидов http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/disability.shtml
5. Консультант плюс http://www.consultant.ru - свободный доступ ;
6. Тесты по правам инвалидов prava_detey-invalidov_i_chlenov_ih_semey.docx

testy_po_pravam_invalidov.doc

7. <Портал "Знаем-Можем">, http://www.znaem-mozhem.ru, (11.11.2011)

6.6. **Иные источники**

1 Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / С.В. Мещерякова [и др.].. — Тамбов : Тамбовский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2021. — 96 с. — ISBN 978-5-8265-2398-8. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/123039.html**7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы**

1. Специализированные залы для проведения лекций и аудитории для проведения семинарских и практических занятий с использованием мультимедийного оборудования и возможностью прямого выхода в сеть Интернет.

2. Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами.

3. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV.

4. Лицензионные электронные ресурсы: Windows, Microsoft Office (Excel, InfoPath, PowerPoint, Publisher, Word).

5. Информационные справочные и поисковые системы «Консультант Плюс», «Гарант».

***Информационные справочные системы*:**

1. Информационно-правовой портал «Консультант плюс» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/
2. Информационно-правовой портал «Гарант» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.garant.ru/
3. Научная библиотека РАНХиГС. URL: http://lib.ranepa.ru/;
4. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp;
5. Национальная электронная библиотека. URL: http://rusneb.ru;
6. Российская государственная библиотека. URL: www.rsl.ru;
7. Российская национальная библиотека. URL: http://nlr.ru/;
8. Электронная библиотека Grebennikon. URL: http://grebennikon.ru/;
9. Электронно-библиотечная система Издательства «Лань». URL: http://e.lanbook.com;
10. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ. URL: https://urait.ru/;
11. Электронно-библиотечная система IPRbooks. URL: http://www.iprbookshop.ru/.

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

Западный филиал
Кафедра государственного и муниципального управления

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

ФТД.02 «Основы цифровых технологий»

бакалавриат

по направлению подготовки

38.03.01 Экономика

Форма обучения

очно-заочная

Год набора 2023

Калининград, 2022

Автор-составитель:

Доцент кафедры государственного и муниципального управления, кандидат социологических наук, Рак Евгения Алексеевна

Заведующий кафедрой региональной экономики и менеджмента, к.э.н., доцент А.Е. Чунина

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры региональной экономики и менеджмента

протокол от «26» июня 2023 г. № 12

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4
2. Объем и место модуля в структуре образовательной программы 4
3. Содержание и структура модуля 5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине 11
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины 21
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет 23
6.1. Основная литература 23
6.2. Дополнительная литература 23
6.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация. 24
6.4. Интернет-ресурсы 25
6.5. Иные источники 25
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 25

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

1.1. Модуль обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции
ОПК-6	Способен использовать современные информационные технологии и программные средства при решении профессиональных задач

1.2. В результате освоения модуля у обучающихся должны быть сформированы:

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код компетенции	Результаты обучения
	ОПК-6	на уровне знаний: информационно-коммуникационные технологии с учетом основных требований информационной безопасности для решения задач профессиональной деятельности;
		на уровне умений: применять информационно-коммуникационные технологии с учетом основных требований информационной безопасности при реализации публичных функций
		на уровне навыков: эффективное использование информационно-коммуникационных технологий с учетом основных требований информационной безопасности

2. Объем и место модуля в структуре образовательной программы

Объем модуля 7 зачётных единиц.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся по очно-заочной форме обучения:

- 28 часов лекций,
- 42 часа практических занятий;
- 154 часа самостоятельной работы;

Модуль ФТД.02 «Основы цифровых технологий» изучается по очной и очно-заочной форме обучения в 1–7 семестрах.

Освоение дисциплины опирается на минимально необходимый объем теоретических знаний и практических умений, полученных при изучении дисциплин школьной программы.

Данная дисциплина может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Доступ к системе дистанционного образования осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://lms.ranepa.ru. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения. Доступ к видео и материалам лекций предоставляется в течение всего семестра. Доступ к каждому виду работ и количество попыток на выполнение заданий предоставляется на ограниченное время согласно регламенту дисциплины, опубликованному в СДО. Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

3. Содержание и структура модуля

№ п/п	Наименование тем	Количество часов						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа с преподавателем				СР	
			Л/ ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
ФТД.02.01 «Госуслуги»								
Тема 1	Общая характеристика государственных и муниципальных услуг, предоставляемых в электронном виде	12	2		2		8	Опрос
Тема 2	Состав и классификация электронных технологий предоставления государственных и муниципальных услуг	12	2		2		8	Опрос, практическое задание
Тема 3	Нормативно-правовое регулирование предоставления государственных и муниципальных услуг в электронном виде	12			2		10	Опрос, практическое задание

Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 1:		36	4		6		22	
ФТД.02.02 «Информатизация госсектора»								
Тема 1	Цифровая экономика и современные технологические тренды	12	2		2		8	Опрос
Тема 2	Цифровые платформы, сквозные технологии, цифровая трансформация	12	2		2		8	Опрос, практическое задание
Тема 3	Сервисное государство 2.0	12			2		10	Опрос
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 2:		36	4		6		22	
ФТД.02.03 «Имидж и личная безопасность в цифровой среде и интернет медиа»								
Тема 1	Понятие информационной безопасности (ИБ). Категории ИБ	12	2		2		8	Опрос
Тема 2	Основные угрозы ИБ	12	2		2		8	Опрос, реферат
Тема 3	Имидж и защита личной информации в цифровой среде	12			2		10	Опрос
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 3:		36	4		6		22	
ФТД.02.04 «Работа с данными Росстата»								
Тема 1	Федеральная служба государственной статистики (Росстат): структура, направления деятельности, стратегия до 2024	12	2		2		8	Опрос
Тема 2	Формирование официальной статистической информации о социальных, экономических,	12	2		2		8	Опрос, практическое задание

	демографических, экологических и других общественных процессах в Российской Федерации							
Тема 3	Работа со статистическими данными. Инфографика.	12			2		10	Опрос, практическое задание
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 4:		36	4		6		22	
ФТД.02.05 «Основы искусственного интеллекта»								
Тема 1	Введение в искусственный интеллект	12	2		2		8	Опрос
Тема 2	Искусственный интеллект, машинное обучение и большие данные	12	2		2		8	Опрос
Тема 3	Введение в управление цифровой репутацией	12			2		10	Опрос
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 5:		36	4		6		22	
ФТД.02.06 «Интернет вещей»								
Тема 1	Интернет вещей и промышленный интернет вещей.	12	2		2		8	Опрос, реферат
Тема 2	Цифровые двойники и виртуальные профили	12	2		2		8	Опрос, реферат
Тема 3	Технологии виртуальной и дополнительной реальностей	12			2		10	Опрос, реферат
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 5:		36	4		6		22	
ФТД.02.07 «Связи с общественностью в цифровой среде»								
Тема 1	PR - как социальная технология в современном обществе	12	2		2		8	Опрос, реферат

Тема 2	PR-технологии формирования информационных потоков и создание позитивного имиджа власти	12	2		2		8	Опрос, практическое задание
Тема 3	Роль связей с общественностью в формировании общественного мнения	12			2		10	Опрос, практическое задание
Промежуточная аттестация по дисциплине		4						зачет
Всего по дисциплине 7:		36	4		6		22	
Всего по модулю		252	28		42		154	

*Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации);

ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Содержание дисциплины ФТД.02.01 «Госуслуги»

ТЕМА 1. Состав и классификация электронных технологий предоставления государственных и муниципальных услуг.

Основные направления информатизации современного этапа развития информационного общества. Электронное правительство, электронное государство: понятие, цели, задачи, этапы формирования. Состав и классификация электронных технологий предоставления государственных и муниципальных услуг.

ТЕМА 2. Общая характеристика государственных и муниципальных услуг, предоставляемых в электронном виде.

Понятие государственной (муниципальной) услуги. Предоставление государственных и муниципальных услуг в электронном виде. МФЦ.

ТЕМА 3. Нормативно-правовое регулирование предоставления государственных и муниципальных услуг в электронном виде.

Нормативно-правовая база предметной области государственных и муниципальных услуг. Качество оказания и доступность государственных и муниципальных услуг, предоставляемых традиционно и в электронном виде.

Содержание дисциплины ФТД.02.02 «Информатизация госсектора»

ТЕМА 1. Цифровая экономика и современные технологические тренды.

Цифровая экономика: обзор базовых понятий, концепций, ключевые составляющие цифровой экономики, ее важность для РФ. Способы реализации. Основные технологии.

ТЕМА 2. Цифровые платформы, сквозные технологии, цифровая трансформация.

Основные цифровые платформы, роль государства: трансформация продаж и услуг в цифровых платформах. Технология 5G: особенности и преимущества использования.

ТЕМА 3. Сервисное государство 2.0

Основные стратегии развития Сервисного государства 2.0. ГосWEB.

Содержание дисциплины ФТД.02.03 «Имидж и личная безопасность в цифровой среде и интернет медиа»

ТЕМА 1. Понятие информационной безопасности (ИБ). Категории информационной безопасности.

Понятие информационной безопасности и защиты информации. Категории ИБ. Нормативно-правовая база в ИБ. Стандарты в области информационной безопасности. Триада информационной безопасности.

ТЕМА 2. Основные угрозы ИБ.

Основные угрозы целостности. Основные угрозы конфиденциальности. Основные угрозы доступности. Риски информационной безопасности.

ТЕМА 3. Имидж и защита личной информации в цифровой среде

Развитие систем информационной безопасности. Технические средства защиты. Системы защиты облачных сервисов и электронной почты. IT-активы, управление паролями. Рекомендации по личной безопасности в интернете.

Содержание дисциплины ФТД.02.04 «Работа с данными Росстата»

ТЕМА 1. Федеральная служба государственной статистики (Росстат): структура, направления деятельности, стратегия до 2024.

Федеральная служба государственной статистики (Росстат) как федеральный орган исполнительной власти. Нормативно-правовая база в сфере официального статистического учёта. Госуслуги Росстата.

ТЕМА 2. Формирование официальной статистической информации о социальных, экономических, демографических, экологических и других общественных процессах в Российской Федерации.

ТЕМА 3. Календари статистической отчётности. Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Калининградской области. Основные показатели социально-экономического положения муниципальных образований (gks.ru). Основные показатели социально-экономического положения муниципальных образований региона.

ТЕМА 3. Работа со статистическими данными. Инфографика.

Работа со статистическими данными. Официальная статистика. Переписи и обследования. Инфографика. Понятная статистика.

Содержание дисциплины ФТД.02.05 «Основы искусственного интеллекта»

ТЕМА 1. Введение в искусственный интеллект.

Общий обзор методов и технологий искусственного интеллекта и его применение в различных сферах.

ТЕМА 2. Искусственный интеллект, машинное обучение и большие данные.

Большие данные, нейротехнологии и искусственный интеллект. Системы распределенного реестра, квантовые технологии. Искусственные интеллектуальные системы.

ТЕМА 3. Введение в управление цифровой репутацией.

Понятие цифровой репутации, управление цифровой репутацией. Понятие «репутация». Репутация человека и репутация объекта или профессии. Определение цифровой репутации. Составляющие цифровой репутации. Отличия понятий «репутация» и «цифровая репутация». Сетевой этикет.

Содержание дисциплины ФТД.02.06 «Интернет вещей»

ТЕМА 1. Интернет вещей и промышленный интернет вещей.

Технологическое лидерство, цифровизация экономики, основные платформы. Интернет вещей и промышленный интернет вещей: понятие, современные тренды и тенденции развития в цифровом обществе.

ТЕМА 2. Цифровые двойники и виртуальные профили.

Цифровые двойники и виртуальные профили Технологическое лидерство, цифровизация экономики, основные платформы.

ТЕМА 3. Технологии виртуальной и дополнительной реальностей.

Промышленный интернет вещей, компоненты робототехники и сенсорики. Технологии виртуальной и дополнительной реальностей.

Содержание дисциплины ФТД.02.07 «Связи с общественностью в цифровой среде»

ТЕМА 1. PR - как социальная технология в современном обществе

Основные подходы к определению связей с общественностью. Связи с общественностью, реклама, пропаганда и агитация: общее и особенное. Основные этапы формирования и развития связей с общественностью в современном обществе. Основные тенденции общественного развития. Роль и значение связей с общественностью в современном мире и гражданском обществе.

ТЕМА 2. PR-технологии формирования информационных потоков и создание позитивного имиджа власти.

Понятие «имидж государственной власти». Политические коммуникации и политическая реклама в прессе, на телевидении и в Интернете. Имиджевые стратегии. Современные технологии и методы продвижения имиджа государственной власти. Медиастратегии по формированию позитивного имиджа государственной службы. Информационное сотрудничество государственных служащих с журналистами

ТЕМА 3. Роль связей с общественностью в формировании общественного мнения

Понятие общественного мнения. Механизмы формирования общественного мнения: спонтанный и организационно-коммуникационный. Использование теорий манипуляции в реализации PR-задач. Характеристика ведущих теорий предметной области. Правила манипулирования и защиты от манипуляций. Определение целевой и ключевой аудитории, виды и категории целевых аудиторий. Внешняя и внутренняя аудитории, журналисты как ключевая аудитория; определение понятий «лидеры мнений» и «группы интересов». Борьба со слухами. Связь имиджа власти со стереотипами массового сознания. Информационно-аналитическое обеспечение процесса государственного управления пресс-службами. Интернет-порталы органов государственной власти.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

Тема и/или раздел	Методы текущего контроля успеваемости
ФТД.02.01 «Госуслуги»	
Тема 1. Общая характеристика государственных и муниципальных услуг, предоставляемых в электронном виде	Опрос, реферат
Тема 2. Состав и классификация электронных технологий предоставления государственных и муниципальных услуг	Опрос, практическое задание
Тема 3. Нормативно-правовое регулирование предоставления государственных и муниципальных услуг в электронном виде	Опрос, практическое задание
ФТД.02.02 «Информатизация госсектора»	
Тема 1. Цифровая экономика и современные технологические тренды	Опрос
Тема 2. Цифровые платформы, сквозные технологии, цифровая трансформация	Опрос, практическое задание
Тема 3. Сервисное государство 2.0	Опрос
ФТД.02.03 «Имидж и личная безопасность в цифровой среде и интернет медиа»	
Тема 1. Понятие информационной безопасности (ИБ). Категории ИБ	Опрос
Тема 2. Основные угрозы ИБ	Опрос, реферат
Тема 3. Имидж и защита личной информации в цифровой среде	Опрос
ФТД.02.04 «Работа с данными Росстата»	
Тема 1. Федеральная служба государственной статистики (Росстат): структура, направления деятельности, стратегия до 2024	Опрос
Тема 2. Формирование официальной статистической информации о социальных, экономических, демографических, экологических и других общественных процессах в Российской Федерации	Опрос, практическое задание
Тема 3. Работа со статистическими данными. Инфографика	Опрос, практическое задание
ФТД.02.05 «Основы искусственного интеллекта»	
Тема 1. Введение в искусственный интеллект	Опрос
Тема 2. Искусственный интеллект, машинное обучение и большие данные	Опрос
Тема 3 Введение в управление цифровой репутацией	Опрос, практическое задание
ФТД.02.06 «Интернет вещей»	
Тема 1. Интернет вещей и промышленный интернет вещей	Опрос, реферат
Тема 2. Цифровые двойники и виртуальные профили	Опрос, реферат

Тема 3. Технологии виртуальной и дополнительной реальностей	Опрос, реферат
ФТД.02.07 «Связи с общественностью в цифровой среде»	
Тема 1. PR - как социальная технология в современном обществе	Опрос, реферат
Тема 2. PR-технологии формирования информационных потоков и создание позитивного имиджа власти	Опрос, практическое задание
Тема 3. Роль связей с общественностью в формировании общественного мнения	Опрос, практическое задание

Зачет по **ФТД.02.01 «Госуслуги»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.02 «Информатизация госсектора»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.03 «Имидж и личная безопасность в цифровой среде и интернет медиа»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.04 «Работа с данными Росстата»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.05 «Основы искусственного интеллекта»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.06 «Интернет вещей»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Зачет по **ФТД.02.07 «Связи с общественностью в цифровой среде»** проводится с применением следующих методов (средств):

– в устной форме по вопросам и заданиям/тестирование.

Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Типовые оценочные вопросы по Теме 1.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Информационная политика в Российской Федерации – практика, проблемы, ограничения.
2. Обзор информационных технологий в сфере государственного и муниципального управления.
3. Структура и классификация информационных технологий управления (ИТУ), применяемых в органах государственной власти

4. Ключевые информационные системы в государственном управлении.
5. Основные аспекты внедрения электронного правительства в Российской Федерации.
6. Основные структурные элементы электронного правительства.
7. Электронное правительство. Мировая практика. Факторы успеха и риска.
8. Информационная открытость: понятие, требования к формированию. Основные проблемы. Стратегия развития.
9. Информационно-вычислительные и ситуационные центры в государственном и региональном управлении.
10. Изучение основных структурных элементов электронного правительства.

Кейс-задания:

Исследуйте типовые стадии предоставления государственных и муниципальных услуг. Изучение основных структурных элементов электронного правительства. Проанализируйте этапы перевода услуг в электронный вид:

- Размещение информации об услуге (функции)
- Размещение форм заявлений и иных документов
- Обеспечение возможности для Заявителя предоставлять документы в электронном виде
- Файл «Классификация гос. услуг (функций)» (РФ, регион).

Практические задания:

Представьте классификацию гос. услуг (функций). Приведите примеры.

Типовые оценочные вопросы по Теме 2.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Комплексное управление муниципальным образованием и муниципальные информационные системы.
2. Информационные системы управления на уровне города.
3. МФЦ. Поиск и использование информации о деятельности многофункциональных центров конкретных муниципальных образований.
4. Изучение процесса получения услуги через многофункциональный центр конкретного муниципального образования.
5. Геоинформационные системы в муниципальном управлении. Информационные технологии в управлении муниципальной недвижимостью.
6. ГИСы и ГНСС как прикладные информационные технологии в госуправлении
7. Анализ проблем внедрения и использования ИТ и ИС в государственном и муниципальном управлении.
8. Информационные технологии управления жилищно-коммунальным комплексом
9. Информационные технологии в отраслевом управлении: э-культура, э-здравоохранение, э-образование.

Задачи:

Разработка структуры муниципальной информационной системы и номинала ИТ для конкретного муниципального образования.

Практические задания:

Поиск информации о деятельности многофункциональных центров конкретных муниципальных образований. Изучение процесса получения услуги через многофункциональный центр конкретного муниципального образования. Охарактеризовать деятельность МФЦ Калининградской области и выбранного региона. Ваши рекомендации для МФЦ.

Кейс-задание:

1. PEST-анализ информатизации деятельности органов государственной и муниципальной власти и предоставления государственных и муниципальных услуг населению: анализ социальных (S), политических (P), эконмческих (E) технологических (T) факторов.
2. Сформулировать не менее 5–7 факторов, используя формулу тренда «Рост/падение+субъект+локация» (наличие/отсутствие и тд).
3. Факторы проранжировать.
4. Выделите три самых значимых фактора в каждой группе, выбор обоснуйте.
5. Сделайте выводы.

P (политические) - Наличие развитой нормативно-правовой базы в сфере ИКТ	*E (экономические)* - Наличие мер государственной и региональной поддержки (в рамках государственных и региональных программ информатизации)
S (социальные) - Рост требований к ИКТ-компетенции ГГС и МС	*T (технологические)* - Наличие и функционирование портала госуслуг

Типовые оценочные вопросы по Теме 3.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Понятие информационной безопасности.
2. Категории информационной безопасности.
3. Безопасность информационной системы.
4. Угрозы безопасности информации. Виды угроз.
5. Системный анализ проблемы информационной безопасности (государства, организации, общества, личности).
6. Основные угрозы безопасности и функционирования информационных систем.
7. Политика информационной безопасности
8. Методы защиты информационной системы.
9. Соотношение понятий «имидж» и «репутация», «имидж» и «образ», «имидж» и «стереотип».
10. Функции и свойства имиджа.
11. Основные типологии имиджа.
12. Виды и формы общественных кампаний.

Задачи:

Системный анализ проблемы информационной безопасности (государства, организации, общества, личности).

Кейс-задания:

Приведите примеры основных угроз безопасности и функционирования информационных систем. Изучите политику информационной безопасности в организациях различного типа. Методы защиты информационной системы. Системы защиты и этапы их разработки.

Типовые оценочные вопросы по Теме 4.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Федеральная служба государственной статистики (Росстат): структура, направления деятельности, стратегия до 2024.
2. Нормативно-правовая база в сфере официального статистического учёта.
3. Госуслуги Федеральной службы государственной статистики (Росстат).
4. Календари статистической отчётности.
5. Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Калининградской области.
6. Основные показатели социально-экономического положения муниципальных образований (gks.ru).
7. Основные показатели социально-экономического положения муниципальных образований региона.
8. Переписи и обследования.
9. Официальная статистика.
10. Методология и нормативно-справочная информация.
11. BI-система.
12. Понятная статистика.

Кейс-задания:

Формирование официальной статистической информации о социальных, экономических, демографических, экологических и других общественных процессах в Российской Федерации

Практические задания:

Работа со статистическими данными. Официальная статистика. Инфографика. Понятная статистика.

Типовые оценочные вопросы по Теме 5.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Общий обзор методов и технологий искусственного интеллекта и его применение в различных сферах.
2. Искусственный интеллект, машинное обучение и большие данные
3. Большие данные, нейротехнологии и искусственный интеллект.
4. Системы распределенного реестра, квантовые технологии.
5. Искусственные интеллектуальные системы.
6. Введение в управление цифровой репутацией
7. Понятие цифровой репутации, управление цифровой репутацией.
8. Понятие «репутация». Репутация человека и репутация объекта или профессии.
9. Определение цифровой репутации. Составляющие цифровой репутации.

Практические задания:

Проанализируйте понятия «репутация» и «цифровая репутация». В чем их сходство и отличия. Сетевой этикет: понятие, примеры. Основные подходы и правила сетевого этикета.

Типовые оценочные вопросы по Теме 6.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Технологическое лидерство, цифровизация экономики, основные платформы.
2. Большие данные, нейротехнологии и искусственный интеллект.
3. Квантовые технологии.
4. Промышленный интернет вещей, компоненты робототехники и сенсорики.
5. Технологии виртуальной и дополнительной реальностей
6. Цифровая экономика: обзор базовых понятий, концепций, ключевые составляющие цифровой экономики, ее важность для РФ.
7. Способы реализации. И представления технологий интернета вещей

Практические задания:

Охарактеризуйте основные цифровые платформы и роль государства в трансформации продаж и услуг в цифровых платформах.

Типовые оценочные вопросы по Теме 7.

Вопросы темы для подготовки к опросам (дискуссиям) (темы докладов):

1. Назовите основные подходы к пониманию сущности связей с общественностью в органах власти (далее – СО).
2. Перечислите СО и другие виды коммуникативной деятельности: сходства и отличия.
3. Назовите функций СО.
4. Расскажите об исторических моделях СО-коммуникаций.
5. Перечислите ключевые группы общественности.
6. Перечислите основные функции института связей с общественностью в органах государственной власти и местного самоуправления.
7. Дайте определение информационной политики, информационной открытости и прозрачности органов государственной власти и местного самоуправления.
8. Правовое обеспечение информационной политики и взаимоотношений со СМИ. Защита информации в управлении связями с общественностью.
9. Современные информационно-коммуникативные технологии в СО-деятельности органов власти.
10. Требования к представлению информации на порталах органов власти.
11. Опишите модель стратегического СО-менеджмента Грюнига и Реппера.

Кейс-задания:

Проанализировать электронные приёмные чиновников, общественных деятелей и руководителей регионов. Услуги и ресурсы Интернет, используемые в органах государственной и муниципальной власти для обеспечения взаимодействия с физическими и юридическими лицами. Технология видеоконференций, их роль в органах власти. Сервис WWW, электронная почта, социальные сети.

Практические задания:

Дать обзор технологии Web-обозревателей, их использование для решения профессиональных задач в органах государственного и муниципального управления.

Оценочные материалы промежуточной аттестации по модулю

Код компетенции	Наименование компетенции
ОПК-6	Способен использовать современные информационные технологии и программные средства при решении профессиональных задач

Компонент (этап) освоения компетенции	**Индикатор освоения компонента (этапа)**	**Критерии оценивания**
Способность решать профессиональные задачи, применяя современные информационные технологии и программные средства	Знает современные информационные технологии и программные средства для решения профессиональных задач	Самостоятельно и верно решает профессиональные задачи с применением инструментов информационных технологий и программных средств

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.01 «Госуслуги»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Информационные технологии решения функциональных задач в муниципальном управлении
2. Интернет-технологии в муниципальном управлении.
3. Перспективы развития информационных технологий в муниципальном управлении.
4. Понятие информационных систем, их роль на современном этапе развития общества.
5. Сервисное государство 2.0.

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

Классификация информационных систем управления. Примеры.

Задача 2.

1. На портале госуслуг РФ найти сведения об услугах:

- Предоставление путевок на санаторно-курортное лечение;
- Предоставление бесплатного проезда
- Регистрация автомобиля
- Штраф ГИБДД

2. Какие проблемы выявлены при поиске информации?

3. Оцените удобство интерфейса и наличие версии для лиц с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих).

Примерные задания зачетного теста:

1. Определение государственной (муниципальной) услуги содержатся в:

- *Бюджетном кодексе*
- Гражданском кодексе
- Налоговом кодексе
- *Соответствующем федеральном законе*

2. Согласно Федеральному закону № 210-ФЗ - Заявителем является:

- государственный орган власти
- орган государственного внебюджетного фонда
- орган местного самоуправления
- территориальный орган федерального органа государственной власти
- *физическое лицо*
- *юридическое лицо*

3. К государственным услугам относятся:

- осуществление государственного жилищный надзора
- *предоставление информации из государственного лесного реестра*
- лицензирование образовательной деятельности образовательных учреждений, расположенных на территории субъекта Российской Федерации
- *государственная регистрация установления отцовства*
- государственная экспертиза проектной документации

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.02 «Информатизация госсектора»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Создание «Электронного правительства»: анализ сложившейся практики регулирования.
2. Характеристика официальных интернет-сайтов уполномоченных на предоставление государственных и муниципальных услуг органов власти и организаций.
3. Основные целевые показатели Стратегии развития информационного общества в РФ.
4. Предпосылки организации электронных государственных и муниципальных услуг в Российской Федерации.
5. Информатизация государственного и муниципального управления.
6. Мероприятия в рамках перехода федеральных органов исполнительной власти на предоставление государственных услуг и исполнение государственных функций в электронном виде.
7. Мероприятия в рамках развития инфраструктуры доступа к государственным и муниципальным услугам и к информации о деятельности органов государственной власти и органов местного самоуправления.

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

Сформулируйте задачи государственного управления, решаемые с использованием элементов электронного правительства

Задача 2.

Технологии «Единое окно», «УЭК»: понятие, процедура получения универсальной электронной карты, «за и против». Прохождение этапов получения УЭК с помощью интернет-технологий.

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.03 «Имидж и личная безопасность в цифровой среде и интернет медиа»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Стандарты в области информационной безопасности
2. Системы защиты облачных сервисов и электронной почты

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

1. Обобщить и проанализировать сайт конкурса «Лидеры России»: цель, этапы, организация проведения конкура, итоги.

Задача 2.

2. Приведите примеры использования интернет-технологий в аналогических проектах формирования резерва управленческих кадров.

Примерные задания зачетного теста:

1. Насколько быстро возможно взломать незащищённую и подключенную напрямую к сети Интернет информационную систему?

1) Взломать можно мгновенно

2) Взломать в принципе невозможно

3) Информационная система испытает атаки практически мгновенно и будет взломана в течение нескольких часов

4) Информационная система испытает взломы мгновенно, из них будет выбран наиболее подходящий

2. Как называется процедура проверки подлинности?

1) Дактилоскопия

2) Аутентификация

3) Шифрование

4) Идентификация

3. Процедура проверки соответствия субъекта с помощью уникальной информации это:

1) аутентификация

2) идентификация

3) авторизация

4) опознание

4. Главное достоинство парольной аутентификации:

1) простота и привычность

2) надежность

3) неуязвимость

4) достоверность

5. На настоящий момент закрепленными в российском законодательстве аналогами собственноручной подписи являются:

1) факсимиле и электронная подпись

2) факсимиле

3) электронная подпись

4) печать

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.04 «Работа с данными Росстата»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Что такое инфографика?
2. Что такое BI-системы, какова их роль в визуализации статистических данных

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

Изучите раздел «Понятная статистика», раздел «Туризм». Определите источники получения информации. Проанализируйте статистические данные по разделу. Сделайте выводы. Предложите стратегию развития туризма в регионе.

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.05 «Основы искусственного интеллекта»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Общий обзор методов и технологий искусственного интеллекта.
2. Машинное обучение,
3. Применение ИИ в различных сферах жизни.

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

Опишите использование возможностей искусственного интеллекта при решении прикладных задач. Результат представьте в виде презентаций. Выступления студентов с докладами с сопровождением разработанной презентации, организация дискуссии по докладам.

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.02.06 «Интернет вещей»

Типовые вопросы к устным ответам:

1. Примеры промышленного интернета вещей,
2. Применение робототехники и сенсорики в жизненных ситуациях.
3. Технология 5G: особенности и преимущества использования.

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине

Задача 1.

Применение робототехники и сенсорики в здравоохранении и образовании. Поясните, приведите примеры.

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации ФТД.03.07 «Связи с общественностью в цифровой среде»

Типовые вопросы к устным ответам:

Разработка презентаций на тему информационных технологий в государственном и муниципальном управлении, связей с общественностью в

цифровой среде. Выступления студентов с докладами с сопровождением разработанной презентации, организация дискуссии по докладам.

Типовые кейс-задачи для зачета по дисциплине.
Задача 1.

Проанализируйте порталы муниципалитета и органа исполнительной власти на соответствие требованиям к представлению информации. Сделайте выводы. Дайте рекомендации.

Шкала оценивания (зачёт)

Зачёт в форме устного собеседования предполагает форму оценивания по системе «зачтено»/ «не зачтено» на основе следующих критериев: полноты, структурированности и правильности ответа по сути поставленных в билете вопросов.

«ЗАЧТЕНО» - сформировано представление о формировании базовых знаний в сфере научного познания; сформировано представление о поэтапном проведении научных исследований по различным направлениям в сфере государственного и муниципального управления; сформировано умение поэтапного проведения научных исследований в сфере государственного и муниципального управления.

«НЕЗАЧТЕНО» - неполно сформировано представление о формировании базовых знаний в сфере научного познания; неполно сформировано представление о поэтапном проведении научных исследований по различным направлениям в сфере государственного и муниципального управления; неполно сформировано умение поэтапного проведения научных исследований в сфере государственного и муниципального управления. .

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Занятия лекционного типа дают систематизированные знания студентам о наиболее сложных и актуальных проблемах изучаемой дисциплины.

Осуществляя учебные действия на лекционных занятиях, студенты должны внимательно воспринимать материал, подготовленный преподавателем, мыслить, добиваться понимания изучаемого предмета. Студенты должны аккуратно вести конспект. В случае недопонимания какой-либо части предмета следует задать вопрос преподавателю. В процессе работы на лекции необходимо так же выполнять в конспектах модели изучаемого предмета (рисунки, схемы, чертежи и т.д.), которые использует преподаватель.

Занятия практического вида являются аудиторными занятиями.

Для того, чтобы аудиторный материал практических занятий был освоен обучающимся ему необходимо:

- предварительно: изучить теоретический материал по данной теме, ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем, и найденной самостоятельно; выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию; составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;
- при организации практического занятия в форме семинара не ограничиваться подготовленным вопросом, внимательно слушать доклады других обучающихся, тезисно конспектировать, задавать вопросы, участвовать в дискуссиях и обсуждении представленных теоретических проблем;

Самостоятельная подготовка обучающихся при подготовке к занятиям лекционного вида включает в себя:

- доработку конспекта лекции, которую желательно осуществлять в тот же день, пока материал еще легко воспроизводим в памяти (через 10 часов после лекции в памяти остается не более 30-40 % материала). Необходимо прочитать записи, расшифровать сокращения, доработать схемы, рисунки, таблицы;

- повторение изученного на предыдущем занятии материала.

Подготовка к занятиям практического вида включает 2 этапа: 1) организационный; 2) закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающемуся необходимо спланировать свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;

- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию.

Начинать надо с изучения рекомендованной преподавателем литературы.

Существует несколько методов работы с литературой.

Один из них – самый известный – метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются

Наиболее эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными. Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала. План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме. Преимущество плана состоит в следующем. Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании. В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему – быстрее обычного вспомнить прочитанное. В-четвертых, с помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т. д. Выписки – небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отдельные абзацы, а также дословные и близкие к дословной записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

Методические материалы по освоению дисциплины расположены на сайте Западного филиала по ссылке https://zf.ranepa.ru/studentam-i-slushatelyam/edu_mats/vo/

При применении дистанционных образовательных технологий методические материалы по освоению дисциплины находятся в системе дистанционного образования. Доступ к системе дистанционного образования осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://lms.ranepa.ru. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Ссылка на подробную инструкцию по использованию СДО https://www.ranepa.ru/documents/SDO/05-instruction-students-SDO.pdf .

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

6.1. Основная литература

1. Волков В. Б., Макарова Н. В. Информационные технологии (Цифровое общество и цифровое государство в новую технологическую эпоху,): Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. 1 издание, 2011 год, 576 стр., 1 ISBN 978-5-496-00001-7 // Издательский дом Питер. http://www.piter.com/book.phtml?978549600001
2. Гумерова, Г.И. Электронное правительство : учебник для вузов / Г.И. Гумерова, Э.Ш. Шаймиева. - 3-е изд.; испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2020. - 165 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-13602-9. - Текст: электронный // ЭБС "Юрайт»: [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/466078 (дата обращения: 10.05.2021). - Режим доступа: по подписке.
3. Иншакова, Е.Г. Электронное правительство в публичном управлении: монография / Е.Г. Иншакова. - Москва: Юрайт, 2020. - 139 с. - (Актуальные монографии). - ISBN 978-5-534-10907-8. - Текст: электронный // ЭБС "Юрайт»: [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/454425 (дата обращения: 10.01.2023). - Режим доступа: по подписке.
4. Кузовкова, Т. А. Цифровая экономика и информационное общество: учебное пособие / Т. А. Кузовкова. — Москва : Московский технический университет связи и информатики, 2018. — 80 с. URL: https://www.iprbookshop.ru/92450.html
5. Кабашов, С.Ю. Электронное правительство. Электронный документооборот. Термины и определения: учебное пособие / С.Ю. Кабашов. - Москва: ИНФРА-М, 2021. - 320 с. - ISBN 978-5-16-006835-0. - ISBN 978-5-16-101559-9. - Текст: электронный // ЭБС "Znanium.com»: [сайт]. - URL: http://znanium.com/catalog/document?id=363616 (дата обращения: 10.01.2023). - Режим доступа: по подписке.
6. Сидорова, А.А. Электронное правительство: учебник и практикум для вузов / А.А. Сидорова. - Москва: Юрайт, 2020. - 166 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-9916–9307-3. - Текст: электронный // ЭБС "Юрайт»: [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/451318 (дата обращения: 10.01.2023). - Режим доступа: по подписке.
7. Советов Б. Я., Цехановский В. В.,Чертовской В. Д. . Базы данных: теория и практика: Учебник для вузов.М.: Высшая школа,2016. http://biblioonline.ru/book/149B6F94-C061-4060-B255-E2DC8450CB08.

6.2. Дополнительная литература

1. Аблов И.О., Цифровое общество в культурно-исторической парадигме: коллективная монография / О. И. Аблов, Е. Ю. Балашова, Е. В. Бахадова [и др.] ; под редакцией Т. Д. Марцинковской, В. Р. Орестовой, О. В. Гавриченко. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2019. — 264 с. — ISBN 978–5–4263-0722-3. https://www.iprbookshop.ru/92898.html
2. Кирсанов, С.А. Организация и регламенты муниципальных услуг в Российской Федерации: монография / С.А. Кирсанов, В.В. Яновский. - Москва: Русайнс, 2020. - 281 с. - ISBN 978-5-4365-0225-0. - Текст: электронный // ЭБС "BOOK.RU»: [сайт]. - URL: http://www.book.ru/book/934668 (дата обращения: 10.01.2023). - Режим доступа: по подписке.
3. Положение об организации самостоятельной работы студентов федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации» (в ред. приказа РАНХиГС от 11.05.2016 г. № 01–2211). http://www.ranepa.ru/images/docs/prikazyanhigs/Pologenie_o_samostoyatelnoi_rabote.pdf

6.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация.

1. Конституция Российской Федерации.
2. Доктрина информационной безопасности Российской Федерации.
3. Указ Президента РФ от 12.08.2002 N 885 (ред. от 16.07.2009) "Об утверждении общих принципов служебного поведения государственных служащих».
4. Федеральный закон Российской Федерации «Об информации, информационных технологиях и защите информации» №149-ФЗ от 27 июля 2006 года.
5. Федеральный закон от 4 июля 1996 г. «Об участии в международном информационном обмене».
6. Федеральный закон от 27 июля 2010 г. N 210-ФЗ "Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг" (с изменениями и дополнениями).
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
8. ГОСТ 34.601–90. Информационная технология. Комплекс стандартов на автоматизированные системы. Автоматизированные системы. Стадии создания.
9. ГОСТ Р ИСО/МЭК 12207. Процессы жизненного цикла программных средств.
10. Типовой кодекс этики и служебного поведения государственных служащих Российской Федерации и муниципальных служащих. (Одобрен решением президиума Совета при Президенте Российской Федерации по противодействию коррупции от 23 декабря 2010 г. (протокол N 21).
11. Приказ Министерства образования и науки РФ от 05.04.2017 №301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»
12. Образовательный стандарт ФГБОУ ВО «Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», утвержденный приказом ректора Академии от 29.03.2021 г. № 01-3023 и разработанного на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования –

бакалавриат по направлению подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное управление, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 13.08.2020 г. №1016 (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 27.08.2020 г., регистрационный №59497).

6.4. Интернет-ресурсы

1. Федеральная служба государственной статистики (rosstat.gov.ru)
2. Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Калининградской области (gks.ru)
3. Портал государственных услуг Российской Федерации (gosuslugi.ru)
4. Медиалогия, Мониторинг СМИ и соцсетей, сайт информационной компании https://www.mlg.ru.
5. http://www.plusworld.ru - проблемы и планы развития электронных госуслуг.
6. http://www. government.ru – официальный сайт Правительства Российской Федерации
7. http://www.gpntb.ru- Государственная публичная научно-техническая библиотека.
8. http://www.nlr.ru - Российская национальная библиотека.
9. http://www.rsl.ru -http://www.rsl.ru/ Российская государственная библиотека.
10. http://www.integrum.ru -http://www.integrum.ru/ База данных по организациям России.
11. http://www.gosuslugi.ru/ - федеральный портал государственных услуг Российской Федерации.
12. http://kremlin.ru/ - сервер органов государственной власти России.
13. ttp://www.duma.gov.ru/ -http://www.microinform.ru/ сервер Государственной думы РФ.

6.5. Иные источники

14. Бондаренко В.М. Мировоззренческий подход к формированию, развитию и реализации «Цифровой экономики» // Современные ИТ и ИТ-образование, - 2017, - № 1, - С.237-251.
15. Скинер К. Цифровой человек. Четвертая революция в истории человечества, которая затронет каждого. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 304 с.
16. Пратик Д. Искусственный интеллект с примерами на Python / Джоши Пратик -.: Пер. с англ. – М.: Изд. дом “Вильямс”, 2019. – 450 с.
17. Бостром Н., Грэм-Каминг Д. Искусственный интеллект / Ник Бостром, Джон Грэм-Каминг – Пер. с сангл. – М.: Изд-во: «Аст», 2019–350 с.
18. Скинер К. Цифровой человек. Четвертая революция в истории человечества, которая затронет каждого. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 304 с.

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

1. Специализированные залы для проведения лекций и аудитории для проведения семинарских и практических занятий с использованием мультимедийного оборудования и возможностью прямого выхода в сеть Интернет.

2. Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами.

3. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV.

4. Лицензионные электронные ресурсы: Windows, Microsoft Office (Excel, InfoPath, PowerPoint, Publisher, Word).

5. Информационные справочные и поисковые системы «Консультант Плюс», «Гарант».

***Информационные справочные системы*:**

1. Информационно-правовой портал «Консультант плюс» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/
2. Информационно-правовой портал «Гарант» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.garant.ru/
3. Научная библиотека РАНХиГС. URL: http://lib.ranepa.ru/;
4. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp;
5. Национальная электронная библиотека. URL: http://rusneb.ru;
6. Российская государственная библиотека. URL: www.rsl.ru;
7. Российская национальная библиотека. URL: http://nlr.ru/;
8. Электронная библиотека Grebennikon. URL: http://grebennikon.ru/;
9. Электронно-библиотечная система Издательства «Лань». URL: http://e.lanbook.com;
10. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ. URL: https://urait.ru/;
11. Электронно-библиотечная система IPRbooks. URL: http://www.iprbookshop.ru/.

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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ФТД.03 Менеджмент и маркетинг в образовании и научных исследованиях
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очно-заочная

Год набора 2023 г.

Калининград, 2022 г.

Автор-составитель:

Доцент кафедры региональной экономики и менеджмента, к.э.н., Д.Г. Синицина

Заведующий выпускающей кафедрой:
кандидат экономических наук, доцент Чунина Александра Евгеньевна

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры региональной экономики и менеджмента
Протокол от «26» июня 2023 г. № 12

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы....4
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы....4
3. Содержание и структура дисциплины....5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине....6
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины....26
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине....28
6.1.Основная литература....**Ошибка! Закладка не определена.**
6.2.Дополнительная литература....**Ошибка! Закладка не определена.**
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы. **Ошибка! Закладка не определена.**
6.4. Нормативные правовые документы....**Ошибка! Закладка не определена.**
6.5.Интернет-ресурсы....**Ошибка! Закладка не определена.**
6.6.Иные источники....**Ошибка! Закладка не определена.**
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы.**Ошибка! Закладка не определена.**

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

1.1. Дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование компонента (этапа) освоения компетенции
ПКс ОС II – 5	Способность организовать работу персонала, осуществляющего функции потребительского кредитования	Способен организовать работу персонала

1.2. В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	ПКс ОС II – 5	на уровне знаний: знать теоретические и практические подходы к определению источников и механизмов обеспечения конкурентного преимущества организации
		на уровне умений: уметь использовать информацию, полученную в результате маркетинговых исследований
		на уровне навыков: не формируются

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Объем дисциплины 3 зачетные единицы.

Дисциплина реализуется с применением дистанционных образовательных технологий (далее - ДОТ).

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся:

- 4 часа лекций,
- 8 часов практических занятий,
- 56 часов самостоятельной работы.

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина изучается по заочной форме обучения 6 семестре.

Освоение дисциплины опирается на минимально необходимый объем теоретических знаний и практических умений, полученных при изучении дисциплины Б1.В.16 Государственные и муниципальные финансы

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

Регламент распределения видов работ по дисциплине с ДОТ

Данная дисциплина реализуется с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ). Распределение видов учебной работы, форматов текущего контроля представлены в таблице:

Доступ к системе дистанционного образования осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://lms.ranepa.ru. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения. Доступ к видео и материалам лекций предоставляется в течение всего семестра. Доступ к каждому виду работ и количество попыток на выполнение заданий предоставляется на ограниченное время согласно регламенту дисциплины, опубликованному в СДО. Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

3. Содержание и структура дисциплины

Заочная форма обучения (академические часы)

Наименование тем	Количество часов						Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
	Всего	Контактная работа с преподавателем				СР	
		Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Тема 1. Современные концепции маркетинга.	21	1		1		19	конспект лекций, устный опрос, решение задач
Тема 2. Ключевые факторы влияния на маркетинговые действия. Правовое регулирование маркетинговой деятельности.	16			1		15	конспект лекций, устный опрос, решение ситуационных задач
Тема 3. Маркетинговая среда компании.	17	1		1		15	конспект лекций, устный опрос, решение ситуационных задач
Тема 4. Основы разработки маркетинговой стратегии	12	1		1		10	конспект лекций, устный опрос, решение ситуационных задач
Тема 5. Сегментирование и позиционирование в маркетинге.	16			1		15	конспект лекций, устный опрос, решение ситуационных задач
Тема 6. Составляющие комплекса маркетинга.	17	1		1		15	конспект лекций, устный опрос, решение ситуационных задач
Промежуточная аттестация	4						зачет

Наименование тем	Количество часов						Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
	Всего	Контактная работа с преподавателем				СР	
		Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Всего	72	4		6		56	4

Содержание дисциплины

Тема 1. Современные концепции маркетинга.

Сущность и содержание маркетинга как науки. Цель и задачи дисциплины. Объект и предмет изучения маркетинга. Понятийный аппарат маркетинг. Понятия: потребность, нужда, запрос, сделка, рынок.

Тема 2. Ключевые факторы влияния на маркетинговые действия. Правовое регулирование маркетинговой деятельности.

Факторы внешней и внутренней среды компании. Заинтересованные участники среды компании. Место маркетинга и маркетинговой стратегии в цикле стратегического развития компании. Этапы разработки маркетинговых действий. Правовое регулирование средств индивидуализации и средств безопасности товара, методов государственного управления качеством товаров; правовой аспект организации и оформления доставки товара, правовое регулирование торговли, ценообразования, рекламы, правовых средств защиты деловой репутации участников маркетинговой деятельности.

Тема 3. Маркетинговая среда компании.

Маркетинговая среда компании. Источники правового регулирования маркетинга. Анализ сил, действующих в отрасли. Модель пяти сил Портера. Факторы, формирующие силы в отрасли.

Тема 4. Основы разработки маркетинговой стратегии

Определение рыночной стратегии. Матричная модель роста компании по Ансоффу. Понятие конкурентного преимущества Конкурентные стратегии компании. Дифференциация, фокусирование. Фокусирование на дифференциации. Ценовая конкуренция. Цепочка ценностей компании.

Тема 5. Сегментирование и позиционирование в маркетинге.

Понятия сегмента рынка, ниши, сегментирования. Основные принципы и факторы сегментирования. Правовое обеспечение маркетинга в различных сферах деятельности. Маркетинговые исследования. Матрица БКГ. Матричные методы формирования продуктового/товарного портфеля. Жизненный цикл товара.

Тема 6. Составляющие комплекса маркетинга.

Составляющие "Маркетинг-Микс»: товарная политика, политика ценообразования, продвижение товаров/услуг и организация продаж, стимулирование сбыта, клиентская политика и взаимодействие с персоналом. Брэндинг. Понятие торговой марки и бренда. Брэндинг в различных отраслях. Концепция маркетинга "экономики ценностей". Франчайзинг. История возникновения. Основные положения франчайзинга в российском и европейском праве.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости, обучающихся и промежуточной аттестации.

4.1.1. В ходе реализации дисциплины используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

При проведении занятий лекционного вида контроль осуществляется в форме проверки конспекта лекций.

При проведении занятий практического типа: контроль осуществляется устным опросом, решением ситуационных задач.

При контроле результатов самостоятельной работы контроль осуществляется в устных ответах на вопросы

С применением ДОТ. Для успешного освоения курса учащемуся рекомендуется ознакомиться с литературой, размещенной в разделе 6, и материалами, выложенными в ДОТ.

В ходе реализации дисциплины используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

- при проведении занятий лекционного типа (с ДОТ): тестирование (ДОТ).

4.1.2. Экзамен проводится в два этапа: в устной форме – ответы на вопросы и в письменной форме - тестирование.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Типовые оценочные материалы по теме 1.

Вопросы для опроса:

1. Дайте определение понятию Маркетинг.
2. Перечислите основные элементы маркетинга.
3. Дайте определение конкурентному преимуществу предприятия

Типовые задачи:

Задача 1. Реализатор закупил оптом 500 пар женской обуви по цене 150 у.е. за пару. Часть обуви продал по 200 у.е. за пару. С ухудшением реализации в конце зимнего сезона он уменьшил цену товара на 20% и реализовал последние 200 пар женской обуви. Издержки производства по закупке товара и его реализация составили 2000 у.е.

Определить:

• оптовую стоимость товара;
• новую цену продажи остатка товара;
• объем выручки от реализации всей партии товара (в у.е.);
• прибыль от реализации всей партии товара.

Задача 2. Вы начальник отдела маркетинга ОАО завода фарфоровых изделий. Планируются отдельные партии сервизов продать в странах Западной Европы. При затратах на производство, равных 30 у.е. за один сервиз, товар планируется продавать по 80 у.е. за один сервиз.

Оптовый независимый посредник распространяет сервизы по 100 у.е. за единицу. Запланированный объем продажи составляет 4000 сервизов в год, при условии, что производитель обязывается затратить на рекламу 30000 у.е.

Агент по реализации согласен работать за 7% (при цене за сервиз, равной 100 грн.), но он может охватить только 65% рынка оптовика.

Почта предложила индивидуальную рассылку сервизов по каталогам при стоимости услуг, равной 10 у.е. за сервиз.

Определить прибыль производителя, оптовика, агента по продажам и от услуг почты.

Задача 3. Определить безубыточность создаваемого совместного ОАО с привлечением иностранного капитала и инновационных технологий, если:

• себестоимость продукции без стоимости сырья и материалов составляет Сп = 600000 у.е.;

• стоимость сырья и материалов, закупленных в стране производителе (с учетом транспортных расходов) – Мс = 300000 у.е.;

• стоимость комплектующих, поставляемых иностранными партнерами (с учетом транспортных расходов) –Ми = 500000 у.е.;

• стоимость продукции, которая будет экспортирована в страну иностранного партнера, равна (с учетом затрат на доставку) Ци,1 = 400000 у.е.;

• стоимость продукции, которая будет экспортирована в третьи страны (с учетом затрат на доставку) составляет:

Ци,2 = 1200 тыс. у.е.;

• стоимость продукции, которая будет реализована на внутреннем рынке (с учетом транспортных расходов)

Цв = 600000 у.е.

Примерный расчет без убыточности совместного предприятия осуществляем по формуле:

$$(C_н + M_с + M_н) \le (Ц_{и,1} + Ц_{и,2} + Ц_в)$$

Определить:

• производственную себестоимость продукции;

• стоимость от реализации;

• прибыль от реализации.

Типовые оценочные материалы по теме 2.

Вопросы для опроса:

1.Факторы внешней и внутренней среды компании.

2. Заинтересованные участники среды компании.

3. Место маркетинга и маркетинговой стратегии в цикле стратегического развития компании.

4. Этапы разработки маркетинговых действий.

5. Защита деловой репутации участников маркетинговой деятельности.

6. Методы государственного управления качеством товаров, правовое регулирование.

Типовые ситуационные задачи:

Введение. Для династии Бекманов (Bekman) производство и продажа органов является семейным бизнесом вот уже в течение нескольких десятилетий. Примерно тридцать лет назад Бекман-старший стал одним из первых поставщиков электроорганов. Он основал компанию Orgelino. Бекман-старший был оптимистом. Он полагал, что сможет заинтересовать большую часть голландских семей такой вещью, как электроорган, приступая таким образом к освоению нового рынка. Оптимизм Бекмана-старшего основывался на следующих посылках:

В пятидесятых годах покупательная способность большинства голландцев значительно снизилась. Пятидесятые годы были периодом напряженного труда и строгой экономии, поскольку нужно было полностью восстановиться после Второй мировой войны. В шестидесятые годы люди поняли, что эпоха бережливости позади, и что кроме интенсивной работы человек еще должен иметь возможность получать удовольствие от жизни.

На электрооргане относительно несложно играть. Играть на нем могут научиться и молодежь, и пожилые люди: единственное условие для этого - умение разбираться в нотах. В прошлом лишь привилегированное меньшинство владело нотной грамотой, но теперь в результате повышения уровня образования многие люди научились играть по нотам.

В шестидесятые годы наблюдался возрастающий интерес к музыке, особенно популярной (такой, как музыка The Beatles и The Rolling Stones). Этот повышенный интерес к музыке проявлялся не только в ее пассивном восприятии по радио, телевидению, на концертах и при прослушивании пластинок, но и в том, что люди стали сами больше играть на музыкальных инструментах. Появление электроорганов на рынке идеально отвечало этой тенденции.

Шестидесятые и семидесятые годы. Философия Бекмана-старшего состояла в том, чтобы каждая голландская семья могла бы приобрести домашний электроорган. Таким образом, низкие цены были основой стратегии Бекмана-старшего при выходе на рынок. Везде предлагались простые модели по предельно низким ценам – в этом и состояла цель Бекмана-старшего. В течение первых нескольких лет сбыт вызывал проблемы. Бекман-старший пытался сбывать электроорганы именно через те торговые точки, где продавались пианино. Однако розничные продавцы пианино без особого энтузиазма включали домашние электроорганы в ассортимент своих товаров. И все же результаты, достигнутые в шестидесятые годы, были совсем неплохими. Фабрика Бекмана-старшего работала на полную мощность, чтобы удовлетворить спрос на домашние электроорганы. В 1969 г. в компании работали 200 человек; в этом же году оборот составил примерно 40 млн. гульденов. Производственные мощности, рассчитанные примерно на 8000 электроорганов в год, использовались почти полностью.

В 1971 году Бекман-старший решил, что необходимы значительные капиталовложения для увеличения производственных мощностей, поскольку, будучи оптимистом, он считал, что в предстоящие годы спрос существенно возрастет. Рядом с существующей фабрикой была построена новая и более совершенная, на которой с помощью современного оборудования можно было бы производить 10000 домашних электроорганов в год. Четыре года спустя, в 1975 году Бекман-старший производил 16 ООО домашних органов, используя при этом 80% производственных мощностей. Такое производство обеспечивало оборот в 78 млн. гульденов. Сбыт продукции через розничных продавцов пианино проходил намного успешнее, и, кроме того, универсальные магазины также включили домашние органы в ассортимент своих товаров.

Проблематичные восьмидесятые годы. Рост компании Бекмана-старшего, продолжавшийся в течение многих лет, довольно неожиданно приостановился в 1979 году. По мнению Бекманов (тем временем Бекман-младший уже получил образование инженера-электротехника и был привлечен своим отцом к работе в компании как со-руководитель и преемник), причина этого крылась в том, что продукция их конкурентов оказалась лучше. Самыми серьезными оказались конкуренты из Японии. Японцы преуспели в разработке домашних органов, которые оказались не только более совершенными в техническом отношении, но и более компактными, чем органы Бекманов. Цены у японцев тоже оказались предпочтительней: в среднем они были ниже на 10%.

Однако победить Бекманов было не так легко. Бекман-младший, активно интересовавшийся электротехникой с юных лет, стремился продемонстрировать свои возможности как инженер в этой области. Вместе со своими сотрудниками он смог разработать абсолютно новую модель домашних органов, которые оказались в техническом плане совершенней, чем изделия конкурентов, и в то же время столь же компактными и дешевыми. Бекман-младший был уверен, что имея такой продукт, удастся наверстать упущенное. «Теперь мы делаем лучшие в мире органы», - заявил Бекман-младший своему отцу, –«Благодаря этому мы снова должны добиться роста». В течение короткого периода, в 1981 году, казалось, что компания снова на верном пути, и что запланированный рост (целью было добиться оборота в 100 млн. гульденов) будет достигнут. Однако уже в 1982 году рост снова сменился застоем. Бекманы были в растерянности, не зная, что следует предпринять. Так как в течение последних нескольких лет значительные средства были вложены в технологию и ушли на содержание высокооплачиваемого персонала, было очень трудно добиться прибыли. 1982-й финансовый год – это случилось впервые за всю историю компании! – был завершен с убытками в 1,4 млн. гульденов. Результаты не улучшились и в последующие годы. Бекманы предпринимали разные меры, чтобы исправить ситуацию: их представители стали чаще посещать розничных продавцов, для розничной торговли была предложена более выгодная вилка между себестоимостью и продажной ценой, время от времени изделия продавались по рекордно низким ценам. Тем не менее, все эти меры не привели к каким-либо структурным улучшениям.

В 1985 году Бекман-старший принял непростое для себя в психологическом плане решение. В течение предшествовавших нескольких лет в нем постепенно зрело понимание того, что в его компании кроется некий структурный изъян. Проблема состояла в недостаточном знании рынка. Не было проблем с техническими аспектами производства, но не хватало знаний о запросах покупателей, о процессах, протекающих в сфере сбыта и конкуренции. Это вынудило Бекмана-старшего расширить руководящий состав компании. Бекман-младший фактически не согласился с этим. Он заметил, что за последние несколько лет особую популярность приобрели органолы (keyboards), но с его точки зрения это вовсе не означало, что больше уже никто не интересуется домашними электроорганами. Плохие результаты работы компании за последние несколько лет он объяснил, главным образом, экономическим застоем.

Бекман-старший, тем не менее, сумел убедить сына в необходимости привлечь к работе менеджера по маркетингу. Проведя глубокое исследование рынка, этот новый человек понял, что он готов назвать причины плохих результатов работы компании. Как и опасался Бекман-старший, Бекманы не уделяли достаточного внимания процессам, происходящим на рынке. По мнению менеджера по маркетингу, рынок состоял из нескольких сегментов. Наиболее важные сегменты следующие:

- традиционный рынок: это большая группа людей, которые купили домашние электроорганы в прошлом. Эта группа в основном состоит из пожилых людей, которые все меньше и меньше играют на органе. Они не приобретают новые модели органов взамен старым (не совершают замещающих покупок), потому что они уже меньше этим интересуются, а их дети давно живут самостоятельно;
- молодые любители музыки: это быстро растущий сегмент покупателей. Сюда входят люди от 13 до 30 лет, которые любят исполнять музыку и «экспериментировать» с ней. Однако они считают, что домашний электроорган не отвечает их «имиджу» (это старомодный инструмент, подходящий разве что для пап и мам), и предпочитают играть на органоле. Благодаря совершенной компьютерной технологии и низким ценам (органола стоит от 850 евро и выше) органола идеально отвечает их запросам;
- люди среднего возраста: эта группа в основном состоит из людей в возрасте от 30 до 50 лет, которые имеют высокую покупательную способность. Когда они были моложе, они испытали растущую популярность поп-музыки, но теперь они больше интересуются классической музыкой. Обычно они думают, что электроорган, в отличие от пианино или рояля, «не сочетается» с классической музыкой;
- профессиональный рынок: этот рынок состоит из ансамблей и групп, которые играют на свадьбах, вечеринках и т. д. Они пока используют электроорганы, но покупают только большие, наиболее совершенные модели.

Основываясь на своем исследовании рынка и описанных выше четырех его основных сегментах, менеджер по маркетингу пришел к выводу, что для Бекмана поезд уже ушел. Компания до сих пор ориентируется на первый сегмент, который, очевидно, все меньше и меньше интересуется электроорганами. Если Бекман хочет сохранить свой бизнес, необходимо перепрофилироваться на производство и продажу органол и позаботиться о профессиональном рынке. Это две главные рекомендации менеджера по маркетингу. Помимо этих двух рекомендаций менеджер по маркетингу также посоветовал компании в будущем более внимательно ориентироваться на рынок. «Идите к своим клиентам, выслушайте их, посмотрите, что происходит в музыкальном бизнесе (США и Великобритания являются здесь законодателями мод), пристально следите за своими конкурентами и работайте, используя планы, которые указывают направление, в котором надо следовать в предстоящие несколько лет», – заявил менеджер по маркетингу на собрании правления компании. «Компания на грани катастрофы, еще один неудачный год, и компанию придется закрыть», – сказал он, обращаясь к Бекманам.

Девяностые годы. Бекманы последовали совету своего менеджера по маркетингу, и начался период реорганизации компании. Объем производства электрооргане» был

уменьшен, компания приступила к производству новой модели органол, были сделаны инвестиции в области компьютерной технологии, и, что было особенно важно, Бекманы стали пристально следить за спросом и требованиями рынка. Сегодня успех вернулся к компании Бекманов. Создается впечатление, что усилия предпринимались не напрасно. Теперь компания явно работает в соответствии с принципами маркетинга, занимая устойчивые позиции на рынке органол. Кроме того, она до сих пор удерживает надежные позиции на рынке электроорганов: компания смогла захватить значительную часть профессионального сегмента рынка. Ожидается, что текущий год продемонстрирует 30% рост прибыли, чего не удавалось достичь за последние десять лет.

Вопросы:

1. Каковы могли быть причины, по которым в шестидесятые годы розничная торговля пианино неохотно включала электроорганы в ассортимент своих товаров?
2. Назовите причины кризиса кампании Бекманов в восьмидесятые годы.
3. За долгие годы Бекманами рассматривались разные философии, касающиеся подхода к рынку. Опишите эти последовательно сменявшие друг друга философии (концепции), используя текст.
4. Что это означает: «Компания работает в соответствии с принципами маркетинга»?
5. Чем отличается подход в организации бизнеса отца и сына Бекманов?

Типовые оценочные материалы по теме 3.

Вопросы для опроса:

1. Маркетинговая среда компании.
2. Анализ сил, действующих в отрасли.
3. Модель пяти сил Портера.
4. Источники правового регулирования маркетинга.

Типовые ситуационные задачи:

У любителей активного отдыха есть причины сетовать на аномальную уральскую погоду – начало зимнего сезона задержалось на несколько недель. Однако в декабре горы наконец-то открываются. Это недешевое увлечение привлекает все больше желающих: по некоторым оценкам, число людей на трассах ежегодно удваивается. Соответственно растет и спрос на снаряжение. Специалисты говорят, что особенно заметно поднимаются продажи сноубордов. Горнолыжники все еще в большинстве, но бордеры в прямом и переносном смысле наступают им на пятки.

С началом сезона оживится и полемика между двумя группами любителей экстрима. На горе им выяснять отношения некогда, поэтому страсти в основном кипят в Интернете. На каждом спортивном форуме обязательно найдется провокатор, который начнет задирать лыжников. Более молодая (мировой дебют сноубординга состоялся на Олимпийских играх только в 1998 г.) и поэтому агрессивная культура активно демонстрирует себя и завоевывает новых поклонников. Но если вспомнить, то и горные лыжи были когда-то революционным спортом. А конкурировали они с лыжными гонками, которые культивировались у нас в прошлом – в редкой школе не проводили уроки физкультуры на лыжне. Например, мастер спорта по горным лыжам ЕКАТЕРИНА ВОГУЛКИНА, первая на Урале завоевавшая титул чемпиона СССР в этом виде спорта, начинала в свое время с беговых лыж: Эвакуированные во время войны ребята из Москвы, Ленинграда начали приобщать нас к горнолыжному спорту. А до тех пор горных лыж на Урале не было. Когда передо мной встал вопрос, куда пойти – в гонки или в слалом, я выбрала второе. Это гораздо интереснее, хотя бы потому, что скорости у горнолыжников совсем другие.

Массовое увлечение горными лыжами, по понятным причинам, началось не так давно. В первую очередь, из-за трудностей со снаряжением. По словам ВАЛЕРИЯ УЖЕНЦЕВА, заслуженного тренера СССР, раньше гоночный инвентарь в стране выпускало около 30 фабрик. Горные лыжи делали только на Западной Украине, в г. Мукачево. А крепления к

ним - в Ленинграде. Образцы продукции отечественных производителей качеством не отличались. Екатерина Вогулкина: Тогда у нас не было автоматических креплений. Лыжи привязывали к ноге ремнями, и из-за этого были страшные травмы. Если упал, в лучшем случае - перелом. Я так чуть не потеряла ногу. А многие спортсмены вообще остались инвалидами. Мест, где могли бы собраться любители лыж, тоже было немного, и предназначались они главным образом для спортсменов.

Горнолыжные комплексы и сейчас не очень успевают за спросом. Многие трассы требуют переоборудования и серьезных вложений. Например, на Ежовой, уступающей по популярности на Урале разве что курорту "Абзаково", первую трассу вырубили еще в 1973 г., первый подъемник появился в 1975 г. По словам директора Кировградского горнолыжного комплекса АЛЕКСАНДРА ПУПЫШЕВА, попытки поставить катание на Ежовой на коммерческую основу начались около пяти лет назад. В 1998 г. на горе установили несколько подъемников, в том числе – и кресельный. Уже два года работает система искусственного оснежения. Для удобства отдыхающих построили рестораны, кафе, открыли прокат лыж и снегоходов, санок, школу верховой езды. Но новичков на склоны приходит все больше – в выходные часто прокат не справляется, - признает Александр Пупышев.

Еще одна острая проблема, которая, кстати, усиливает противостояние горнолыжников и сноубордистов, – отсутствие отдельного места катания для досочников. О создании сноубордпарков заговорили во многих местных горнолыжных центрах: на той же Ежовой, на Пильной под Первоуральском. Ходили слухи, что сноубордпарк построят и на Уктусе. Идею организовать площадку для бордеров вынашивает и Уральская федерация экстремальных видов спорта. В парке им. Маяковского они хотят осуществить мечту екатеринбургских досочников – построить биг эйр в центре города. Александр Пупышев: Сноубордпарк – стандартный элемент горнолыжного комплекса. Но он предусматривает все-таки немаленькие инвестиции. А горнолыжный бизнес далеко не самый рентабельный. Может быть, поэтому он развивается не так быстро, как хотелось бы. Хорошо, если курорт круглогодичный. Но для этого нужен рядом водоем - чтобы летом были развлечения, связанные с водой. Таких мест у нас мало. Пока же основная тусовка сноубордистов собирается на горе Мотаиха (поселок Исеть). Если верить последним новостям, к январю первый специально оборудованный сноубордпарк откроется на Волчихе.

Спортивная подготовка

Дефицит благоустроенных мест для катания не останавливает неофитов – к радости продавцов спортинвентаря. Новичков, особенно сноубордистов, они считают очень перспективной аудиторией. ЮРИЙ ИВАНОВ, директор магазина "Евроспорт": Сноубординг явно набирает обороты – ежегодно продажи растут процентов на 30. А Финляндия в прошлом сезоне стала первой страной, где сноубордов было продано больше, чем горных лыж. Несмотря на то, что сноубординг считается традиционно молодежным видом спорта (средний возраст резидентов специализированного местного интернет-ресурса www.dozka.ru – около 20 лет), доску выбирают и люди более взрослые. Юрий Иванов: Тут какой парадокс – оборудование стоит дорого, и не всем молодым оно доступно. Самый слабенький комплект обойдется не меньше чем в 10 тысяч рублей, поэтому много покупателей в возрасте от 25 до 35 лет.

Впрочем, стоимость снаряжения отнюдь не решающий критерий для сомневающегося в выборе вида экстремального увлечения. Начинающий горнолыжник и сноубордист оставят в магазине примерно одинаковую сумму. Небольшая экскурсия по торговому залу "Норди" показала, что разброс цен на доски и лыжи в зависимости от уровня подготовки – начинающий, средний, экспертный или профессиональный – находится в пределах от 5 400 до 18 000 руб. Понятно, что продукция раскрученных марок – Rossignol, Salomon, Fischer, Atomic, Blizzard, Burton, A snowboards – может быть и гораздо выше.

Основной комплект снаряжения – лыжи, доски, ботинки, крепления. Как говорят специалисты, для начинающих оно более «мягкое» и идеально подходит, чтобы освоить

технику. Попробовав на простом, понимаешь собственные возможности и определяешься со стилем катания – кого-то привлечет «целина», а кто-то будет весь день торчать на трамплинах. Первого комплекта хватает в лучшем случае на пару сезонов. Но к этому времени его захочется поменять на более «жесткий вариант». Настоящие трюки и высокие скорости будут возможны только тогда.

Разумеется, лыжами (сноубордом), креплениями и ботинками не обойтись. Как правило, на гору не выходят без специального костюма. Брезентовая курточка – плохая защита от ветра и мороза, поэтому производители одежды стараются использовать новые материалы и технологии. Например, относительно недавно в лыжных куртках, брюках и комбинезонах появилась так называемая мембрана. Юрий Иванов: Мембрана – это тканевая прослойка или специальное напыление. Ее назначение – отводить влагу от тела во время движения и испарять ее через ткань. Самые дорогие мембраны Gortex (Paclite, XCR и пр.). Стоимость комплекта одежды в зависимости от бренда может варьироваться от $150 до $1000. Иностранные производители предусмотрели еще множество мелочей для поклонников активного отдыха на горе. Чтобы быть полностью "упакованным", можно докупать очки, термобелье, шлемы, специальные горнолыжные варежки, носки... Ассортимент этих товаров почти неисчерпаем, и некоторые любители с головой уходят в процесс подбора экипировки. ЕЛЕНА ЛЕНЧИЦКАЯ, директор агентства "Урал-Кадры": Есть такие лыжники - разоденутся, купят себе дорогущее снаряжение, поднимутся на гору и целый день там важно стоят. На сленге их называют "фазанами" или "павлинами".

Однако следует учесть обстоятельство вполне объективное: что-то из снаряжения постоянно ломается, и докупать вышедшие из строя элементы приходится то и дело. Альтернативным и более дешевым вариантом директор магазина "Норди" АЛЕКСАНДР МЕРЗЛЯКОВ считает прокат и рынок вторичного оборудования, правда, пока не очень организованный: Можно купить б/у комплект, закинув запрос на один из форумов сноубордических сайтов. Довольно много снаряжения продается через студенческие тусовки.

Соревнования культур

Для большинства людей посещающих доступные и не сложные склоны, лыжи или сноуборд – отличный способ оставаться в форме. К тому же способ модный. Под воздействием моды на лыжи встают и 50-летние. Особенно активно в последнее время "поехал" чиновничий аппарат. На гору ставят даже самых маленьких – в "Норди", например, специально завозят лыжи и доски для 3-летних. Но многих из тех, кто попадает на трассы случайно, за компанию, этот спорт захватывает всерьез. Недаром его называют "снежным наркотиком". Он способен радикально изменить отношение к жизни.

ЮЛИЯ МАРКЕЛОВА, дизайнер одежды, бренд Julia Dima: Я встала на сноуборд в прошлом году и полюбила зиму, чего раньше не было. Мы с друзьями объездили за тот сезон практически весь Урал – были даже в Кировске, в Мурманской области. А в этот Новый год собираемся в Алма-Ату, на Чембулак.

Среди тех, кто по-настоящему увлекся горами и спортом, попадаются люди разные, но у них есть и общие, "родовые" черты. ВАЛЕРИЙ СТОЛБОВ, председатель совета директоров группы компаний "ИКО": Я катаюсь на горных лыжах с 6 лет и 12 лет профессионально занимался этим видом спорта. Сейчас ездим с семьей практически каждую неделю. Все мои друзья тоже катаются на горе. И могу сказать, что это очень разноплановая и интересная аудитория. Но, во-первых, все они любят в меру острые ощущения – им интересно жить. А во-вторых, среди них я не встречал плохих, непорядочных людей. "Старожилу" горы не надо объяснять, что такой Белый кодекс - он живет по его принципам (не нанеси вреда, помоги другому). Рядом с ними и новички чувствуют себя комфортно. Елена Ленчицкая: Я на лыжах уже 15-й сезон и, хотя вполне пристойно катаюсь, называю себя квалифицированным "чайником". "Чайником" быть не обидно совсем. Наоборот, им все стараются помочь на горе – все же когда-то начинали. Правда, бывают на горе и непростые отношения. Чаще всего конфликты возникают между

лыжниками и сноубордистами и сводятся к проблеме поведения на трассе. Если копнуть глубже, конфронтация скорее напоминает проблему "отцов и детей". В роли конфликтующих отроков, понятно, выступают доскеры. АЛЕКСАНДР САПОГОВ, дизайнер рекламного агентства "Промодизайн", сам с удовольствием катающийся и на лыжах, и на сноуборде, так пояснил суть противостояния: Лыжники считают, что сноубордисты не умеют кататься и поэтому ездят на этих дурацких досках и путаются под ногами. Сноубордисты же уверены, что лыжники не понимают настоящего кайфа, мешают прыгать и портят трамплины. И еще – сноуборд считается среди молодежи чем-то прогрессивным и модным, а лыжи – классикой, отошедшей в прошлое.

Этот антагонизм существует во всем мире. Например, на родине сноуборда – в США, на некоторые горнолыжные курорты бордеров кататься просто не пускают. Трения возникают даже на уровне официальных организаций – Международной федерации сноуборда (ISF) и Международной лыжной федерации (FIS). Сноубордистов особенно задело то, что Международный олимпийский комитет поручил лыжникам разрабатывать критерии проведения олимпийских соревнований по сноубордингу и организовывать квалификационные заезды. В результате сноуборд попал в разряд горнолыжных дисциплин. Прародитель сноуборда и основатель компании Burton ДЖЕЙК БЕРТОН в одном из интервью язвительно высказался: Это все равно что предложить хоккейной ассоциации отвечать за фигурное катание только потому, что соревнования проходят на тех же ледовых стадионах.

Тем не менее гора – это и то, что объединяет горнолыжников и сноубордистов. Это как дорога, на которой есть свои законы движения и свои «дорожные знаки». Екатерина Вогулкина: Чтобы никто не получил травм, а только удовольствие, нужно вести себя правильно. А то посмотришь и удивляешься – катаются кто как хочет, пересекают трассы и останавливаются в неположенных местах. Собственно, основные правила поведения на горе схожи и автомобильным движением – виноват тот, кто сзади.

Хозяева горы

Все эти правила не освоить в одиночку, и новичку лучше обратиться к профессиональным инструкторам, которые есть практически на каждом комплексе. Между прочим, специалисты говорят, что научиться кататься легко. Сноуборд можно «почувствовать» за неделю, а за две – более-менее грамотно спускаться по несложному склону на лыжах.

Самое интересное – что в этом виде спорта можно все время совершенствоваться. Освоив простейшую технику, многие с удовольствием учатся разным трюкам. Но для этого не достаточно появляться на горе только по выходным. Чтобы стать профессионалом (в сноубординге их еще называют прорайдерами), нужны постоянные тренировки. В Екатеринбурге профессионалы тоже есть. Например, три года назад свою команду прорайдеров создал магазин «Норди». Александр Мерзляков: Тогда я попал на небольшие соревнования в парке им. Маяковского и увидел людей, которые хотят заниматься техническим фристайлом, но делают это не в самых подходящих условиях. Четырем ребятам по итогам тех соревнований я предложил объединиться – мне хотелось помочь этому виду спорта. Основное внимание команда уделяет тренировкам в спортивном зале – именно там отрабатываются акробатические элементы: высота прыжка, точность исполнения поворотов и приземления: их учат правильно падать и группироваться в воздухе.

По словам Александра Мерзлякова, сейчас членов команды можно назвать лучшими фристайлистами Урала: Ребята достаточно легко выигрывают все соревнования здесь. Естественно, мы помогаем им со снаряжением. Наших ребят уже приглашали в свои команды московские представители всемирно известных производителей сноубордов. Надо сказать, что "свои" спортсмены, авторитет которых среди любителей непререкаем, есть у каждого мирового бренда. Интерес производителей к профессионалам объяснить просто. Это – живая реклама их продукции, ведь прорайдер выступает только на

снаряжении определенной марки. Компании сражаются за профессиональных сноубордистов не менее яростно, чем футбольные клубы за игроков. А шумиха, создаваемая вокруг, способствует продвижению сноубординга в массы – и вполне успешно.

По оценкам Александра Мерзлякова, еще пять лет назад катающихся на доске был только 1%. Сейчас соотношение стремительно поменялось: один сноубордист приходится примерно на пять лыжников. По мере того как растет лагерь сноубордистов, определяются и их отношения с горнолыжниками, антагонизм постепенно спадает. Бордеры и лыжники - народ стихии, и выяснять вопросы статуса им не к чему. Их приводит на гору страсть к скорости, к свободе и движению – именно так переводится известный лозунг: Risk it! Free it! Race it!

Вопросы и задания к задаче:

1) Какие из факторов макросреды, упомянутые в данной статье, способствовали росту популярности горных видов спорта на Урале? Приведите примеры из статьи.
2) Какие тенденции в макровнешней среде сдерживают рост рынка горной зимней экипировки?
3) Какие другие факторы, не нашедшие отражение в статье способствуют росту популярности горнолыжных видов спорта в вашей стране?
4) Какие благоприятные возможности возникают в макровнешней среде для разных бизнесов в связи с ростом популярности экстремальных видов спорта, в чем они проявляются?
5) Какие факторы внешней среды, определяющие поведение потребителя, влияют на выбор между сноубордом и лыжами.
6) Какими будут Ваши рекомендации в области маркетинга для различных видов бизнеса, чтобы реализовать все благоприятные возможности, вызванные ростом популярности горных зимних видов спорта?

Типовые оценочные материалы по теме 4.

Вопросы для опроса:
1. Определение рыночной стратегии.
2. Матричная модель роста компании по Ансоффу.
3. Понятие конкурентного преимущества
Типовые ситуационные задачи:

Разработанная Бостонской консультационной группой, матрица БКГ используется как инструмент анализа стратегических хозяйственных единиц, хозяйственного и продуктового портфелей организации. Для оценки конкурентоспособности отдельных видов бизнеса используются два критерия: темп роста отраслевого рынка и относительная доля рынка.

Темпы роста спроса рассчитываются по данным продаж того или иного товара на том или ином сегменте рынка. Темп роста рынка определяется как средневзвешенное значение темпов роста различных сегментов рынка, в которых действует предприятие, или принимается равным темпу роста валового национального продукта. Темпы роста отрасли 10% и более рассматриваются как высокие.

Относительная доля рынка определяется делением доли рынка рассматриваемого бизнеса на долю рынка крупнейшего конкурента. Значение доли рынка, равное 1, отделяет

продукты – рыночные лидеры – от последователей. Для оси «доля рынка» линия раздела проходит через «I». Если отношение доли предприятия к доле конкурентов ниже 1, то она низкая. Если больше 1, то доля предприятия высокая.

Пример 1. Если бизнес-единице принадлежит 10% рынка, на котором самый крупный конкурент владеет долей 20%, то относительная доля данного бизнеса составит 0,5 (10/20).

Двумерная матрица БКГ «рост/доля» используется в основном для оценки выбора стратегических зон развития предприятия и оценки потребностей в инвестициях, испытываемых отдельными хозяйственными направлениями (продукты, рынки, подразделения). В том случае, когда обе гипотезы выполняются, можно выделить четыре группы рынков товара, соответствующие различным приоритетным стратегическим целям и финансовым потребностям см. таблицу.

Содержание	Характеристика	Стратегия
Звезда – быстро развивающиеся направления деятельности, товары, имеющие большую долю рынка. Стратеги	▪ приносят значительные прибыли; ▪ требуют мощного инвестирования для поддержания своего быстрого роста; ▪ со временем рост замедляется, они превращаются в дойных коров.	Сохранение лидерства Уберегать и укреплять
Дойные коровы – направления деятельности или товары с низкими темпами роста и большой долей рынка. Занимают лидирующее положение в относительно зрелой области, прибыли даёт больше, чем необходимо для поддержания её доли на рынке.	▪ требуется меньше инвестиций; ▪ приносят высокий доход, который компания использует для оплаты своих счетов и для поддержки других направлений своей деятельности, требующих инвестирования.	Стратегия получение максимальной прибыли. Необходим жёсткий контроль капиталовложений и передача избытка денежной выручки под контроль высшего руководства предприятия
Трудный ребенок – товары, имеющие небольшую долю на быстрорастущих рынках	▪ для поддержания или увеличения доли на рынке нужны значительные средства, на которое предприятие может пойти, если видит, что сможет в перспективе успешно конкурировать на этом рынке	Стратегия – инвестирование и избирательное развитие. «Трудные дети» требуют специального изучения, чтобы установить не смогут ли они при дополнительных капиталовложениях превратиться в «звезды»

Собака – направления деятельности или товары с низки темпами роста и небольшой долей рынка.	▪ приносят достаточный доход для поддержания самих себя, но не обещают стать более серьезными источниками дохода ▪ ограниченный объем сбыта в зрелой или сужающейся отрасли, продукции на стадии спада, когда выход видится либо в уходе с рынка, либо в переходе его на узкоспециализированный сегмент.	Стратегия – уход с рынка или малая активность. По возможности избавляться от «собак», если нет веских причин, чтобы их сохранить

В идеале сбалансированный номенклатурный портфель предприятия должен включать 2–3 товара – «Коровы», 1–2 – «Звезды», несколько «Трудных детей» в качестве задела на будущее и, возможно, небольшое число товаров – «собак». Избыток стареющих товаров ("собак") указывает на опасность спада, даже если текущие результаты деятельности предприятия относительно хорошие. Избыток новых товаров может привести к финансовым затруднениям.

Способ построения матрицы БКГ

Горизонтальная ось соответствует относительной доле рынка, координатное пространство от 0 до 1 в середине с шагом 0,1 и далее от 1 до 10 с шагом 1. Оценка доли на рынке является результатом анализа продаж всех участников отрасли. Относительная доля рынка рассчитывается как отношение собственных продаж к продажам сильнейшего конкурента или трех сильнейших конкурентов, в зависимости от степени концентрации на конкретном рынке. 1 означает, что собственные продажи равны продажам сильнейшего конкурента.

Вертикальная ось соответствует темпам роста рынка. Координатное пространство определяется темпами роста всех продуктов компании от максимального до минимального. Минимальное значение может быть отрицательное, если темп роста отрицательный. По каждому продукту устанавливается пересечение вертикальной и горизонтальной оси и рисуется круг, площадь которого соответствует доле продукта в объемах продаж компании.

Практическое задание

В качестве примера рассмотрим представление с помощью матрицы БКГ стратегических позиций компании «Чай для Вас» в ряде бизнес областей на рынке чая. Изучение бизнеса организации показало, что она фактически конкурирует в 10 областях рынка чая.

Характеристика бизнес областей компании «Чай для Вас» на рынке чая

Бизнес-область компании	Объем продаж / доля в продаже	Годовые темпы прироста рынка	Крупнейшие конкуренты компании в	Объем продаж у крупнейших конкурентов	Относительная доля компании «Чай для Вас» на рынке

«Чай для Вас»			данной бизнес области		соотв. сегмента
Сортовой чай. США	$200т/	5%	United Foods	$150т	
Сортовой чай. Канада	$23.7т/	1%	Canadian Tea	$25т	
Сортовой чай. Европа	$45т/	3%	United Foods	$200т	
Сортовой чай. Третьи страны	$46.5т/	5%	United Foods	$15т	
Чай марки "Биг Бой"	$355т/	12%	Cheapco	$490т	
Чай марки "СмолФрай"	$36т/	12%	George'sContracts	$45т	
Травяной чай. США	$55.5т/	17%	Herbal Health	$20т	
Травяной чай. Экспорт	$11т/	17,5%	Auntie Dot's	$20т	
Фруктовый чай. США	$23.2т/	18%	Fruit-Tea Fun	$8.5т	
Фруктовый чай. Экспорт	$4.7т/	18,5%	Auntie Dot's	$10т	

Вопросы и задания к задаче:

1. Проведите расчет относительной доли компании «Чай для вас» на основе приведенных данных.
2. Проведите расчет среднего объема продаж чая на одну марку. Внесите в таблицу долю продукта данной марки, (колонка 2)
3. Используйте полученные данные для построения матрицы БКГ для компании «Чай для вас».
4. Дайте оценку продуктовой стратегии компании.
5. Разработайте предложения по стратегическому планированию товарной политики.
6. Составьте предположения о возможных ответных действиях конкурентов.

Типовые оценочные материалы по теме 5.

Вопросы для опроса:

1. Понятия сегмента рынка, ниши, сегментирования.
2. Основные принципы и факторы сегментирования.
3. Правовое обеспечение маркетинга в различных сферах деятельности.
4. Матричные методы формирования продуктового/товарного портфеля.
5. Жизненный цикл товара.

Типовые ситуационные задачи:

Демография РФ. Справочная информация

1) Естественное движение населения – обобщенное название совокупности рождений и смертей, изменяющих численность населения так называемым естественным путем. К естественному движению населения относят также браки и разводы, хотя они не меняют численность населения, но учитываются в том же порядке, что и рождения и смерти.

2) Сведения о рождениях, смертях, браках, разводах получаются на основании статистической разработки данных, содержащихся в записях актов о рождении, смерти, заключении и расторжении брака, составляемых органами записи актов гражданского состояния. В число родившихся включены только родившиеся живыми.

3) Источником информации о причинах смерти являются записи в медицинских свидетельствах о смерти, составляемых врачом относительно заболевания, несчастного случая, убийства, самоубийства и другого внешнего воздействия, послужившего причиной смерти, а также записи актов о смерти.

4) Общие коэффициенты рождаемости и смертности – отношение соответственно числа родившихся (живыми) и числа умерших к среднегодовой численности населения. Исчисляются на 1000 человек населения.

5) Коэффициент естественного прироста – разность общих коэффициентов рождаемости и смертности.

6) Общие коэффициенты брачности и разводимости – отношение числа зарегистрированных браков и разводов к среднегодовой численности населения. Исчисляются на 1000 человек населения.

7) Коэффициенты смертности по причинам смерти – отношение числа умерших от указанных причин смерти к среднегодовой численности населения. Исчисляются на 100000 человек населения.

8) Коэффициент младенческой смертности исчисляется как сумма двух составляющих, первая из которых – отношение числа умерших в возрасте до одного года из поколения родившихся в том году, для которого вычисляется коэффициент, к общему числу родившихся в том же году; а вторая – отношение числа умерших в возрасте до одного года из поколения родившихся в предыдущем году, к общему числу родившихся в предыдущем году. Исчисляется на 1000 родившихся живыми.

9) Все коэффициенты приведены в пересчете на год.

10) Данные о миграции населения получены в результате разработки поступающих от территориальных органов Федеральной миграционной службы документов статистического учета прибытия и убытия, которые составляются при регистрации и снятии с регистрационного учета населения по месту жительства.

Демография РФ. Задание

Изучите справочную информацию и статистические данные и заполните пропущенные в тексте показатели. Данные можно получить на сайте Федеральной службы государственной статистики http://www.gks.ru – Россия в цифрах – Население.

Население РФ на 1 января 2016 года составляет_____ млн. человек, что на _____ млн. человек меньше, чем на 1 января 2015 года и на _____ млн. человек меньше, чем на 1 января 1993 г.

На 1 января 2016 года, в городе проживает _____ населения и в сельской местности, соответственно, _____ населения.

Основной причиной сокращения численности россиян остается устойчивая естественная убыль населения, определяемая сложной социально-экономической ситуацией в России. Так, в 2015 году убыль населения составила _____тыс. человек, что на _____тыс. человек меньше, чем в 2014 году.

Из них, умерших в возрасте до 1 года в 2015 году было _____ тыс. чел. В первую очередь, россияне умирают от болезней кровообращения (_____человека на 100 тыс. чел. населения), на втором месте – смерть от новообразований (_____ человека на 100 тыс. человек населения) и на третьем месте – смерть от внешних причин (_____ человека)

Сокращение населения несколько компенсирует рост количества мигрантов – в 2015 году их количество возросло на _____ и составило _____ человек, что на _____ человек меньше, чем в 2014 году. В основном мигранты прибывают в Россию из стран Ближнего Зарубежья, в первую очередь из _____, _____ и _____.

На 1 января 2016 года на 1000 мужчин в возрасте 20-24 года приходится _____ женщин соответствующего возраста, в возрасте 30-34 года – _____ женщин, в возрасте 40-44 года – _____ женщин, в возрасте 70 и более лет – _____ женщин.

В 2015 году было зарегистрировано _____ браков и _____ разводов. В среднем за год на 1000 женщин в возрасте 20-24 было зафиксировано _____родов, в возрасте 25-30 лет – _____родов, , в возрасте 31-34 года – _____ родов. В целом, количество детей, рожденных женщиной за жизнь, сильно сократилось – если в 1958-59 гг. суммарный коэффициент рождаемости (среднее число детей, рожденных женщиной за свою жизнь) составлял _____, то в 2015 году – лишь _____.

Типовые оценочные материалы по теме 6.

Вопросы для опроса:

1. Составляющие "Маркетинг-Микс»
2. Понятие торговой марки и бренда.
3. Франчайзинг. История возникновения.
4. Основные положения франчайзинга в российском и европейском праве.

Типовые ситуационные задачи:

Компания занимается производством и реализацией мебели для ванных комнат. По решению руководства реклама будет размещена в газетах и журналах. Характеризуя продукцию, можно выделить следующие моменты.

Типы производимой мебели: комплекты и отдельные предметы для ванных комнат

Дизайн: Модели созданы ведущими промышленными дизайнерами. Представлены модели начиная от классики и заканчивая стилем минимализм.

Производство и качество: Вся мебель для ванной комнаты произведена из высококачественных материалов в соответствии с требованиями, которые предъявляются к такой мебели. Вся мебель для ванных комнат изготовлена из импортных материалов на высококачественном оборудовании и соответствует требованиям качества. Перед отгрузкой каждое изделие самым тщательным образом проверяется.

Гарантии: За исключением случаев естественного износа, случайного повреждения или преднамеренно неправильного использования каждое изделие имеет гарантию пятилетнего срока службы. Для поддержания репутации производителя изделий

исключительного качества фирма всегда в полной мере выполняет свои гарантийные обязательства.

Вопросы и задания

1.Сформулируйте основополагающие заявления для рекламного сообщения компании, позволяющие позиционировать товар.

2. Определите наиболее подходящий слоган для рекламного сообщения.

3. Напишите текст рекламного сообщения (20-25 строк).

Оценочные средства для промежуточной аттестации

Компонент (этап) освоения компетенции	**Индикатор освоения компонента (этапа)**	Критерии оценивания
Способен организовать работу персонала	Знает методы организации работы персонала, осуществляющего функции потребительского кредитования	Самостоятельно и верно определяет основные виды и формы организации работы персонала

Типовые оценочные средства

зачет проводится в два этапа: в устной форме – ответы на вопросы и в письменной форме - тестирование.

Вопросы к устным ответам:

1. Сущность и содержание маркетинга.
2. Маркетинг как основа рыночной деятельности предприятия.
3. Источники маркетинговой информации о внешних рынках.
4. Функции маркетинга.
5. Оценка конкурентоспособности предприятия.
6. Маркетинговая оценка внутренней и внешней среды компании.
7. Особенности маркетинга сервиса.
8. Виды маркетинга. Типология маркетинга.
9. Понятие «товар», "потребность", "нужда", запрос".
10. Классификация и типология услуг для маркетолога.
11. Жизненный цикл товара/услуги.
12. Сегментационная матрица.
13. Функции и роль рекламы, PR в маркетинге.
14. Влияние концепции маркетинга на организационную структуру предприятия.
15. Виды организации маркетинговой службы на предприятии.
16. Организационная структура службы маркетинга на предприятии.
17. Характеристика бренда.
18. Характеристики сегмента рынка. Принципы сегментирования.
19. Программа маркетинга. Маркетинг- микс.
20. Этапы маркетингового исследования.
21. Первичные и вторичные источники информации в маркетинге.
22. Стимулирование сбыта.
23. Стратегии диверсификации.
24. Стратегия снижения издержек

25. Стратегия дифференциации.
26. Этапы продаж товаров. Элементы техники продаж.
27. Методы распространения и продвижениятоваров.
28. Каналы товародвижения. Управление продажами.
29. Источники конкурентных преимуществ сервисных компаний.
30. Анализ цепочки ценностей предприятия
31. Миссия компании. Маркетинговая функция миссии.
32. Методы ценообразования.
33. Законодательство о защите конкуренции.
34. Сегментирование рынка.
35. Ценообразование и ценовая политика на разных типах рынков.
36. Разработка маркетинговой стратегии для предприятия общественного питания.
37. Формы маркетинговых исследований.
38. Торговая марка и бренд в экономике ценностей.
39. Понятие франчайзинга. Коммерческая концессия.
40. Особенности маркетинга финансовых услуг.
41. Стратегия разработки услуги. Ассортиментная политика.
42. Матричные инструменты маркетингового анализа.
43. Позиционирование товара/услуги.
44.Конкурентные стратегии предприятия.
45.Ценностная стратегия компании.
46. Стратегии роста/развития предприятия.
47. Основные направления повышения конкурентоспособности услуги.
48. Маркетинговые стратегии предприятия.
49. Методы установления цен.
50. Информационное обеспечение ценообразования.
51.Маркетинг в системе государственного и муниципального управления.
52. Защита деловой репутации участников маркетинговой деятельности.
53. Методы государственного управления качеством товаров, правовое регулирование.
54. Источники правового регулирования маркетинга.
55. Правовое обеспечение маркетинга в различных сферах деятельности.

Шкала оценивания (экзамен)

Оценка «ОТЛИЧНО» ставится обучающемуся, если он обозначил возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта, самостоятельно и верно определил понятия в области маркетинга, смог собрать данные по поставленной задаче, выбрал правильный способ, метод и провел количественную оценку собранной информации.

Оценка «ХОРОШО» ставится обучающему, если он определил понятия в области маркетинга, смог собрать данные по поставленной задаче, выбрал правильный способ, метод и провел количественную оценку собранной информации, но допустил неточности или погрешности.

Оценка «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится обучающему, если он с трудом определил понятия в области маркетинга, испытывал затруднения в сборе данных по поставленной задаче, с трудом выбрал правильный способ, метод и провел количественную оценку собранной информации, допустил ошибки.

Оценка «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится обучающему, если он не обозначил возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта, не определил понятия в области маркетинга, не смог собрать данные по поставленной задаче,

не выбрал или выбрал неправильный способ, метод и не провел количественную оценку собранной информации.

Тестирование проводится в письменной форме. Правильных ответов в каждом вопросе – может быть больше 1. Время на ответы – 35 минут.

Типовые вопросы к тестированию:

1. Сколько существует концепций маркетинга?

А)4

Б)6

В)5

Г)7

2. Какой из факторов не входит в факторы макросреды?

А) географические

Б) экономические

В) природные

Г) политические

3. Потребители продукции и услуг предприятия?

А) поставщики

Б) клиенты

В) конкуренты

4. Сколько существует типов клиентурных рынков?

А) 4

Б)5

В)6

Г)3

5. Отдельные лица и домохозяйства, приобретающие товары и услуги для личного потребления относятся к какому типу рынка?

А) международный

Б) рынок производителей

В) потребительский рынок

6. Предприниматель, являющийся агентом крупной промышленной корпорации, торгующий в розницу продукцией, которую закупает оптом?

А) дистрибьютор

Б) агент

В) менеджер

Г) дилер

7. Фирмы, помогающие предприятию в продвижении, сбыте и распространении товаров и услуг среди клиентуры?

А) маркетинговые посредники

Б) кредитно-финансовые учреждения

В) торговые посредники

8. На сколько видов подразделяются предприятия по типам рынков?

А) 4

Б) 3

В)5

Г) 2

9. Какую из этих ориентаций не может иметь организационная структура отдела маркетинга?

А) функциональная

Б) социальная

В) товарная

Г) сегментная

10. Сколько существует смешанных организационных структур?

А) 4

Б) 5

В) 6

Г) 3

11. Группа потребителей, одинаково реагирующая на определённый набор стимулов маркетинга, предъявляющая специфический спрос на товар?

А) отдел

Б) сегмент

В) отряд

12. Деятельность по физическому и коммерческому распределению товаров, определению стратегии охвата торговых точек?

А) сбытовая политика

Б) товарная политика

В) сервисная политика

13. На сколько видов подразделяется маркетинговая информация по периодичности поступления?

А) 3

Б) 4

В) 5

Г)2

14. Какой вид информации характеризует состояние объекта за прошедший длительный период?

А) текущая

Б) прогнозная

В) ретроспективная

15. Какая форма наблюдения? События, фиксируемые с помощью приборов, что позволяет снизить субъективность восприятия.

А) структурированное наблюдение

Б) персональное наблюдение

В) не персональное наблюдение

16. Метод сбора первичной информации путём выяснения субъективных мнений, предпочтений людей в отношении объекта?

А) наблюдение

Б) опрос

В) осмотр

17. В методы опроса по виду преследуемой цели не входит?

А) экспертный опрос

Б) качественный опрос

В) количественный опрос

18. Общая композиция коммерческих характеристик товара?

А) вид

Б) модель

В) качество

19. Какие товары не входят в подгруппу товаров повседневного спроса?

А) основные товары повседневного спроса

Б) товары импульсной покупки

В) товары предварительного выбора

20. Пример товара особого спроса?

А) драгоценности

Б) бытовая техника

В) лекарства

21. Пример товара импульсной покупки?

А) продукты

Б) журнал

В) мебель

22. Какая группа товаров полностью потребляется за один или несколько циклов использования?

А) товары краткосрочного пользования

Б) товары особого спроса

В) физические товары

23. Что такое субституты?

А) взаимозаменяемые товары

Б) взаимодополняющие товары

В) товары пассивного спроса

24. Пример комплиментарных товаров?

А) рыба и мясо

Б) автомобиль и бензин

В) тетрадь и учебник

25. Сколько уровней имеет модель товара Ф. Котлера?

А)2

Б) 4

В) 3

26. Какой разновидности блочного товара не существует?

А) 4Р

Б) 7Р

В)10Р

27. Во сколько циклов проходит жизненный цикл товара?

А) 6

Б)3

В)5

28. На каком цикле продажи успешны, но их объём стабилизируется на одном уровне?

А) спад

Б) зрелость

В) рост

29. Жизненный цикл для наиболее популярных в определённой сфере продуктов?

А) стиль

Б) фетиш

В) мода

30. Что не входит в параметры товарной номенклатуры?

А) необходимость

Б) гармоничность

В) насыщенность

Шкала оценивания (тестирование)

Оценка		**Критерии оценки**
Баллы (процент выполненных заданий)	**5-балльная шкала**	

0 - 49	2	студент не смог провести количественную оценку собранной информации,испытывает трудности в осуществлении поиска информации по объекту исследования, затрудняется произвести сбор и анализ данных, необходимых для решения поставленных маркетинговых задач на предприятии, не способен обозначить возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта
50 – 64	3	студент проводит количественную оценку собранной информации, но допускает грубые с точки зрения выбора метода оценки ошибки, испытывает затруднения в осуществлении поиска информации по объекту исследования, производит сбор, затрудняется проанализировать данные, необходимые для решения поставленных маркетинговых задач на предприятии, с ошибками способен обозначить возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта
65 – 84	4	студент проводит количественную оценку собранной информации, но допускает неточности или незначительные ошибки, осуществляет поиск информации по объекту исследования, произвел сбор, анализ данных, необходимых для решения поставленных маркетинговых задач на предприятии, не в полном объеме способен обозначить возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта
85– 100	5	студент способен провести количественную оценку собранной информации, осуществить поиск информации по объекту исследования, произвести сбор, анализ данных, необходимых для решения поставленных маркетинговых задач на предприятии, способен обозначить возможности инструментов маркетинга при оценке инвестиционного проекта

Итоговая оценка складывается: оценка за устный ответ + оценка за тестирование/2.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Занятия лекционного типа дают систематизированные знания студентам о наиболее сложных и актуальных проблемах изучаемой дисциплины.

Осуществляя учебные действия на лекционных занятиях, студенты должны внимательно воспринимать материал, подготовленный преподавателем, мыслить, добиваться понимания изучаемого предмета. Студенты должны аккуратно вести конспект. В случае недопонимания какой-либо части предмета следует задать вопрос преподавателю. В процессе работы на лекции необходимо так же выполнять в конспектах модели изучаемого предмета (рисунки, схемы, чертежи и т.д.), которые использует преподаватель.

Занятия практического типа являются аудиторными занятиями.

Для того, чтобы аудиторный материал практического занятия был освоен обучающимся ему необходимо:

- предварительно: изучить теоретический материал по данной теме, ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем, и найденной самостоятельно; выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию; составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;

- при организации практического занятия в форме семинара не ограничиваться подготовленным вопросом, внимательно слушать доклады других обучающихся, тезисно конспектировать, задавать вопросы, участвовать в дискуссиях и обсуждении представленных теоретических проблем;

Самостоятельная подготовка обучающихся при подготовке к занятиям лекционного типа включает в себя:

- доработку конспекта лекции, которую желательно осуществлять в тот же день, пока материал еще легко воспроизводим в памяти (через 10 часов после лекции в памяти остается не более 30-40 % материала). Необходимо прочитать записи, расшифровать сокращения, доработать схемы, рисунки, таблицы;

- повторение изученного на предыдущем занятии материала.

Подготовка к занятиям практического типа включает 2 этапа: 1) организационный; 2) закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающемуся необходимо спланировать свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;

- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию.

Начинать надо с изучения рекомендованной преподавателем литературы.

Существует несколько методов работы с литературой.

Один из них – самый известный – метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются

Наиболее эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными. Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала. План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме. Преимущество плана состоит в следующем. Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании. В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему – быстрее обычного вспомнить прочитанное. В-четвертых, с помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т. д.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1 Основная литература

1. Завьялова, Е.К. Психология достижения успеха: введение в коучинг [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2010. https://e.lanbook.com/book/47503
2. *Слинкова, О. К.* Персональный менеджмент : учебное пособие для вузов / О. К. Слинкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13553-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497385

6.2 Дополнительная литература

1. Рыжиков, С. Н. Менеджмент. Комплекс обучающих средств : учебно-методическое пособие / С. Н. Рыжиков. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 168 с. — ISBN 978-5-8114-3549-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/208982
2. *Иванова, И. А.* Менеджмент : учебник и практикум для вузов / И. А. Иванова, А. М. Сергеев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 305 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04184-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450097

6.3 Интернет-ресурсы

1. Теория поколений в России. - http://rugenerations.su

6.4 Иные источники (*рекомендовано для чтения*):

1. Кови С. Восемь навыков высокоэффективных людей.
2. Кийосаки Р. Богатый ребенок. Умный ребенок.
3. Kaputa Catherine. U R a brand: How smart people brand themselves for business success. – USA, 2014.
4. Алдер Г. Стресс-менеджмент. – М., 2001.
5. Вэнс Э. Илон Маск: Тесла, SpaceX и дорога в будущее. – М, 2016.
6. Гейтс Б. Бизнес со скоростью мысли. – М., 2001.
7. Друкер П. Задачи менеджмента в 21-м веке. – М., 2002.
8. Кэмерон Дж. Путь художника. – М, 2016.
9. Кэмерон Дж. Золотая жила. – М., 2013.
10. Кэш Дж. Как стать творцом своей удачи.
11. Льюис Р.Д. Деловые культуры в международном бизнесе. – М.: Дело, 2001.
12. Максвелл Дж. Воспитай в себе лидера. – М.: ООО «Попурри», 2005.
13. Нордстрем К.А., Риддестрале Й. Бизнес в стиле фанк. Капитал пляшет под дудку таланта. 2008.
14. Полли Берд. Тайм-менеджмент: Планирование и контроль времени. – М., 2001.
15. Талер Р. Новая поведенческая экономика: почему люди нарушают правила традиционной экономики и как на этом заработать.
16. Шамис Е., Никонов Е. Теория поколений: Необыкновенный Икс». – М., Синергия, 2016.

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

1. Специализированные залы для проведения лекций и аудитории для проведения семинарских и практических занятий с использованием мультимедийного оборудования и возможностью прямого выхода в сеть Интернет.

2. Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами.

3. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV.

4. Лицензионные электронные ресурсы: Windows, Microsoft Office (Excel, InfoPath, PowerPoint, Publisher, Word).

5. Информационные справочные и поисковые системы «Консультант Плюс», «Гарант».

***Информационные справочные системы*:**

1. Информационно-правовой портал «Консультант плюс» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/

2. Информационно-правовой портал «Гарант» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.garant.ru/

3. Научная библиотека РАНХиГС. URL: http://lib.ranepa.ru/;

4. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp;

5. Национальная электронная библиотека. URL: http://rusneb.ru;

6. Российская государственная библиотека. URL: www.rsl.ru;

7. Российская национальная библиотека. URL: http://nlr.ru/;

8. Электронная библиотека Grebennikon. URL: http://grebennikon.ru/;

9. Электронно-библиотечная система Издательства «Лань». URL: http://e.lanbook.com;

10. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ. URL: https://urait.ru/;

11. Электронно-библиотечная система IPRbooks. URL: http://www.iprbookshop.ru/.

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

Западный филиал
Кафедра региональной экономики и менеджмента

УТВЕРЖДЕНО

Директор Западного филиала

Электронная подпись

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Деньги, банки, финансовые рынки»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФТД.04 Персональный менеджмент

Бакалавриат
по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

Форма обучения
очно-заочная

Год набора 2023

Калининград, 2022 г.

Автор(ы)–составитель(и):
К.филол.н. Шамис Евгения Михайловна

Заведующий кафедрой региональной экономики и менеджмента, к.э.н., доцент А.Е. Чунина

Рабочая программа дисциплины Б1.О.10 «Самоменеджмент»рассмотрена и одобрена на заседании кафедры региональной экономики и менеджмента
протокол от «21» сентября 2022 г. №02

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы 5
3. Содержание и структура дисциплины 5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине 10
5. Методические материалы для освоения дисциплины 13
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» 15
6.1. Основная литература 15
6.2. Дополнительная литература 15
6.3. Интернет-ресурсы 15
6.4. Иные источники 15
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы 16

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование компонента (этапа) компетенции
УК ОС-3	Способен вести себя в соответствии с требованиями ролевой позиции в командной работе	Способность к самоопределению в коллективе и своей ролевой позиции

В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Код компетенции	Результаты обучения
УК ОС-3	на уровне знаний знает, как определиться со своей ролью в коллективе
	на уровне умений умеет определить свою роль в коллективе
	на уровне навыков не формируются

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Общий объем дисциплины: 2 з.е., 72 академических часов.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся по очно-заочной форме обучения:

- 6 академических часов лекций,
- 8 академических часов практических занятий,
- 56 академических час самостоятельной работы,
- 4 академических часа контроля.

Дисциплина изучается в 4 семестре.

Форма промежуточной аттестации – зачет.

Данная дисциплина может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Доступ к системе дистанционного образования осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://lms.ranepa.ru. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения. Доступ к видео и материалам лекций предоставляется в течение всего семестра. Доступ к каждому виду работ и количество попыток на выполнение заданий предоставляется на ограниченное время согласно регламенту дисциплины, опубликованному в СДО. Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

3. Содержание и структура дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	**ЛР**	**ПЗ**	**КСР**		
Тема 1	Введение. Управление собой и эффективный менеджер, лидер, собственник 21-го века: цельная личность и к чему стремиться.	4	2				2	нет
Тема 2	Менеджмент и самоменеджмент. Самодиагностика и как быть хорошим менеджером своей жизни.	6	2				4	Обсуждение
Тема 3	Менеджер: как делать презентации и самопрезентации.	6	2				4	Опрос (Устная презентация)
Тема 4	Менеджмент и лидерство: стратегии персонального развития.	4	2				2	нет
Тема 5	Менеджмент и лидерство: успех, уровни лидерства и ответственность.	6	2				4	Обсуждение
Тема 6	Стресс-менеджмент и как сказать нет.	6	2				4	Нет
Тема 7	Стратегии персонального развития: креативность и работа с идеями	6			2		4	Д
Тема 8	Стратегии персонального развития: анализ и управление знаниями, самодиагностика.	6			2		4	Нет
Тема 9	Управление самомотивацией и поведением.	6			2		4	Нет
Тема 10	Управление стрессом.	6			2		4	Нет
Тема 11	Эффективная коммуникация: как доносить информацию и давать обратную связь.	8			4		4	Обсуждение (Устная обратная связь в группе)
Тема 12	Эффективная коммуникация: управление сетями контактов и план персонального развития.	8			4		4	нет

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	**ЛР**	**ПЗ**	**КСР**		
	Заключение: как я буду применять эти знания для своего персонального развития.							
Промежуточная аттестация								**Зачет**
	Всего:	**72**	**6**		**8**		**56**	

Используемые сокращения:
Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);
ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа);
ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);
КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации);
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	**ЛР**	**ПЗ**	**КСР**		
Тема 1	Введение. Управление собой и эффективный менеджер, лидер, собственник 21-го века: цельная личность и к чему стремиться.	5	1				4	нет
Тема 2	Менеджмент и самоменеджмент. Самодиагностика и как быть хорошим менеджером своей жизни.	6	1		1		4	Обсуждение
Тема 3	Менеджер: как делать презентации и самопрезентации.	6	1		1		4	Опрос

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	**ЛР**	**ПЗ**	**КСР**		
								(Устная презентация)
Тема 4	Менеджмент и лидерство: стратегии персонального развития.	6	1				5	нет
Тема 5	Менеджмент и лидерство: успех, уровни лидерства и ответственность.	6			1		5	Обсуждение
Тема 6	Стресс-менеджмент и как сказать нет.	6	1				5	Нет
Тема 7	Стратегии персонального развития: креативность и работа с идеями	7			1		6	Д
Тема 8	Стратегии персонального развития: анализ и управление знаниями, самодиагностика.	6	1				5	Нет
Тема 9	Управление самомотивацией и поведением.	5			1		4	Нет
Тема 10	Управление стрессом.	4			1		3	Нет
Тема 11	Эффективная коммуникация: как доносить информацию и давать обратную связь.	5			1		4	Обсуждение (Устная обратная связь в группе)
Тема 12	Эффективная коммуникация: управление сетями контактов и план персонального развития. Заключение: как я буду применять эти знания для своего персонального развития.	6			1		5	нет
Промежуточная аттестация		4						**Зачет**
	Всего:	**72**	**6**		**8**		**54**	**4**

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ЛР – лабораторные работы (вид занятий семинарского типа);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

КСР – индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации);
ДОТ – занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности.
СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Содержание дисциплины

Тема 1. Введение. Управление собой и эффективный менеджер, лидер, собственник 21-го века: цельная личность и к чему стремиться.

Управленческая деятельность в 21-м веке и осознание необходимости развития навыков самоменеджмента для успешного развития. Определение задач курса для себя. Определение понятия «цельной личности» и причин, почему к ней нужно стремиться.

Тема 2. Менеджмент и самоменеджмент. Самодиагностика и управление временем: как быть хорошим менеджером своей жизни

Задачи менеджмента и самоменджмента для менеджера, лидера, собственника в 21-м веке. Динамика изменений и глобальной конкуренции в 21-м веке. Основные качества и компетенции менеджера. Теория поколений как инструмент менеджмента и самоменеджмента. Понятие сфер деятельности. Переходное время. Планирование личного переходного времени.

Тема 3. Менеджер: как делать презентации и самопрезентации.

Изменение коммуникации в 21 веке – новые запросы и особенности. Инструменты коммуникации. Коммуникация в разных культурах. Презентации и самопрезентации – цели, результаты, инструменты. Сторителлинг как технология качественной коммуникации.

Тема 4. Менеджмент и лидерство: стратегии персонального развития.

Менеджер, собственник и лидер – выбор стратегии поведения и персонального развития в зависимости от целей и задач. Теории лидерства и выбор стратегии персонального развития. Теория Эйзенхауэра.

Тема 5. Менеджмент и лидерство: успех, уровни лидерства, уникальность и ответственность.

Как определить успех – личный и групповой. Ответственность и уникальность – как они влияют на технологии лидерства.

Тема 6. Стресс-менеджмент и как сказать нет.

Понятие стресса и стресс-менеджмента. Характеристики стресса. Стратегии предотвращения и управления стрессом. Понятие о зонах комфорта и их влиянии на эффективность деятельности.

Ситуации, когда сказать «нет» и как это сделать.

Тема 7. Стратегии персонального развития: креативность и работа с идеями

Подходы карьерного, профессионального, личностного роста и стратегии персонального развития. Вызовы на пути к этому. Понятия гибкость, творчество, креативность, выбор стратегии своего личного обучения и развития. Обучение в течение всей жизни. Инструменты креативности в жизни и развитии

Тема 8. Стратегии персонального развития: анализ и управление знаниями, самодиагностика.

Знание и познание.Разные формы управления знаниями. Языковые картины мира и как они помогают управлять знаниями. Понятие самодиагностики и ее взаимосвязь с управлением собой.

Тема 9. Управление самомотивацией и поведением.

Понятие мотивации и самомотивации. Теории мотивации. Индивидуальные особенности мотивации и индивидуальный план развития.

Поведенческая экономика как инструмент мотивации.

Тема 10. Управление стрессом.

Уровень стресса и практические инструменты предотвращения и управления стрессом.

Тема 11. Эффективная коммуникация: как доносить информацию и давать обратную связь.

Общение и коммуникация. Задачи коммуникации в бизнесе и жизни. Теории коммуникации (Э.Берна, Приемник-Передатчик, Айсберг). Дистанции и уровни общения. Восприятие человека разными людьми. Окно Джогари и обратная связь. Диагностика: как меня воспринимают.

Тема 12. Эффективная коммуникация: управление сетями контактов и план персонального развития.Заключение: как я буду применять эти знания для своего персонального развития.

Сети контактов и как ими управлять, как их развивать. Организация своего пространства коммуникации. Самоменеджмент - перспективы использования полученных знаний и развития умений. Как это поможет мне быть более конкурентоспособным в 21 веке – веке глобальной конкуренции. Работа с индивидуальным планом развития. Вопросы – ответы.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и оценочные средства промежуточной аттестации по дисциплине

В ходе реализации дисциплины используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

Тема	Методы текущего контроля успеваемости
Тема 1. Введение. Управление собой и эффективный менеджер, лидер, собственник 21-го века: цельная личность и к чему стремиться.	Нет
Тема 2. Менеджмент и самоменеджмент. Самодиагностика и как быть хорошим менеджером своей жизни.	Устное обсуждение
Тема 3. Менеджер: как делать презентации и самопрезентации.	Обсуждение
Тема 4. Менеджмент и лидерство: стратегии персонального развития.	Нет
Тема 5. Менеджмент и лидерство: успех, уровни лидерства и ответственность.	Обсуждение
Тема 6. Стресс-менеджмент и как сказать нет.	Нет
Тема 7. Стратегии персонального развития: креативность и работа с идеями	Обсуждение

Тема 8. Стратегии персонального развития: анализ и управление знаниями, самодиагностика.	Нет
Тема 9. Управление самомотивацией и поведением.	Нет
Тема 10. Управление стрессом.	Нет
Тема 11. Эффективная коммуникация: как доносить информацию и давать обратную связь.	Обсуждение
Тема 12. Эффективная коммуникация: управление сетями контактов и план персонального развития. Заключение: как я буду применять эти знания для своего персонального развития.	Нет

Зачет проводится с применением следующих методов (средств): в формеписьменного тестирования и групповой защиты проекта в устной форме.

Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Тема 2. Менеджмент и самоменеджмент. Самодиагностика и как быть хорошим менеджером своей жизни. – Обсуждение (Что значит быть хорошим менеджером для себя и для других?)

Тема 3. Менеджер: как делать презентации и самопрезентации. – Устный опрос (Самопрезентации) и Обсуждение (Как презентовать себя в разных форматах, чтобы это было интересно всем?)

Тема 5. Менеджмент и лидерство: успех, уровни лидерства и ответственность. – Обсуждение (Что значит быть настоящим лидером своей жизни?)

Тема 7. Стратегии персонального развития: креативность и работа с идеями. – Обсуждение (Как создать лучшие условия для появления идей?)

Тема 11. Эффективная коммуникация: как доносить информацию и давать обратную связь. – Обсуждение (Как дать хорошую обратную связь, чтобы она была полезна другому человеку?)

Оценочные материалы промежуточной аттестации

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование компонента (этапа) компетенции
УК ОС-3	Способен вести себя в соответствии с требованиями ролевой позиции в командной работе	Способность к самоопределению в коллективе и своей ролевой позиции
УК ОС-6	Способен выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Способность эффективно применять методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач.

Компонент компетенции	Индикатор (показатель) оценивания *Что делает обучающийся (какие действия способен выполнить), подтверждая этап освоения компетенции*	Критерий оценивания *Как (с каким качеством) выполняется действие. Соответствует оценке «отлично» в шкале оценивания в РПД.*
Способность к самоопределению в	Способен продемонстрировать возможности к самоопределению в коллективе и ролевой позиции	Продемонстрированы возможности к самоопределению в коллективе и ролевой позиции

коллективе и своей ролевой позиции		
Способность эффективно применять методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач.	Применяет методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач	Применены методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач

Типовые оценочные средства

Вопросы к тестированию:

1. Напишите, что Вы планировали получить, а что реально получили в результате обучения на курсе «Самоменеджмент»?

Заполняется индивидуально

2. Внедрение новых материалов, компонентов, процессов называют:

a) Креативность

b) Инновация

c) Гиперспециализация

3. Расставьте порядок этапов появления идеи:

a) Инкубация

b) Озарение

c) Подготовка

подготовка – инкубация – озарение

4. Расставьте этапы планирования в соответствии с этапами их реализации на практике:

c) Выделение целей и разработка стратегии

a) Определение фронта работ

b) Направление и мотивация всех участников рабочего процесса

d) Отслеживание хода работ

5. Лидерство рассматривается не как характеристика конкретного типа личности, а как характерная часть ситуации, в которой человек сознательно берет на себя роль лидера, в теории:

a) Теория случайности

b) Трансакционной теории

c) *Ситуационной теории*

6. **Нарисуйте матрицу Эйзенхауэра и обведите квадрат, на котором фокусируется успешный человек:***Студенты рисуют ее в соответствии с рисунками и записями на лекции*

Примеры темдля подготовки групповой презентации(групповому проекту).

1. Как быть успешным глобальным лидером: учимся у собственников и руководителей корпораций (Билл Гейтс, Марк Цукербург, Илон Маск, Диана фон Фюрстенберг, Алексей Марей).
2. Как управлять интернетом, чтобы он не управлял тобой.
3. Цельная личность: к чему стремиться.

4. Управление стрессом: решения 21-го века.
5. Как прожить 120 лет: новая гигиена успешного руководителя.
6. Технологии самодиагностики: что, как и когда делать.

Шкала оценивания

85-100 баллов	В тестировании более 85% ответов правильные. Презентация выполнена в соответствие с критериями: соответствие теме, участие всех членов группы, качество и глубина анализа темы
84-70 баллов	В тестировании от 70% до 84%ответов правильные. Презентация выполнена в соответствие с критериями: соответствие теме, участие всех членов группы, качество и глубина анализа темы
69-55 баллов	В тестировании от 55% до 69% ответов правильные. Презентация выполнена в соответствие с критериями: соответствие теме, участие всех членов группы, качество и глубина анализа темы
Менее 55 баллов	В тестировании менее 55% ответов правильные. Презентация выполнена неудовлетворительно.

Перевод баллов в традиционную систему оценки:

Баллы по 100-балльной системе	Пятибалльная система оценки	Система оценивания «зачтено-не зачтено»
85-100 баллов	отлично	Зачтено
70-84 баллов	хорошо	зачтено
55-69 баллов	удовлетворительно	зачтено
Менее 55 баллов	неудовлетворительно	Незачтено

5. Методические материалы по освоению дисциплины

Занятия лекционного типа дают систематизированные знания студентам о наиболее сложных и актуальных проблемах изучаемой дисциплины.

Осуществляя учебные действия на лекционных занятиях, студенты должны внимательно воспринимать материал, подготовленный преподавателем, мыслить, добиваться понимания изучаемого предмета. Студенты должны аккуратно вести конспект. В случае недопонимания какой-либо части предмета следует задать вопрос преподавателю. В процессе работы на лекции необходимо так же выполнять в конспектах модели изучаемого предмета (рисунки, схемы, чертежи и т.д.), которые использует преподаватель.

Занятия практического вида являются аудиторными занятиями.

Для того, чтобы аудиторный материал практических занятий был освоен обучающимся ему необходимо:

- предварительно: изучить теоретический материал по данной теме, ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем, и найденной самостоятельно; выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию; составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;
- при организации практического занятия в форме семинара не ограничиваться подготовленным вопросом, внимательно слушать доклады других обучающихся, тезисно конспектировать, задавать вопросы, участвовать в дискуссиях и обсуждении представленных теоретических проблем;

Самостоятельная подготовка обучающихся при подготовке к занятиям лекционного вида включает в себя:

- доработку конспекта лекции, которую желательно осуществлять в тот же день, пока материал еще легко воспроизводим в памяти (через 10 часов после лекции в памяти остается не более 30-40 % материала). Необходимо прочитать записи, расшифровать сокращения, доработать схемы, рисунки, таблицы;

- повторение изученного на предыдущем занятии материала.

Подготовка к занятиям практического вида включает 2 этапа: 1) организационный; 2) закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающемуся необходимо спланировать свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;

- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию.

Начинать надо с изучения рекомендованной преподавателем литературы.

Существует несколько методов работы с литературой.

Один из них – самый известный – метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются

Наиболее эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными. Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала. План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме. Преимущество плана состоит в следующем. Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании. В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему – быстрее обычного вспомнить прочитанное. В-четвертых, с помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т. д. Выписки – небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отдельные абзацы, а также дословные и близкие к дословной записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

Методические материалы по освоению дисциплины расположены на сайте Западного филиала по ссылке https://zf.ranepa.ru/studentam-i-slushatelyam/edu_mats/vo/

При применении дистанционных образовательных технологимй методичпеские материалы по освоению дисциплины находятся в системе дистанционного образования. Доступ к системе дистанционного образования осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://lms.ranepa.ru. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Ссылка на подробную инструкцию по использованию СДО https://www.ranepa.ru/documents/SDO/05-instruction-students-SDO.pdf

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

6.1 Основная литература

1. Завьялова, Е.К. Психология достижения успеха: введение в коучинг [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2010. https://e.lanbook.com/book/47503

2. *Слинкова, О. К.* Персональный менеджмент : учебное пособие для вузов / О. К. Слинкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13553-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497385

6.2 Дополнительная литература

1. Рыжиков, С. Н. Менеджмент. Комплекс обучающих средств : учебно-методическое пособие / С. Н. Рыжиков. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 168 с. — ISBN 978-5-8114-3549-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/208982

2. *Иванова, И. А.* Менеджмент : учебник и практикум для вузов / И. А. Иванова, А. М. Сергеев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 305 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04184-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450097

6.3 Интернет-ресурсы

1. Теория поколений в России. - http://rugenerations.su

6.4 Иные источники (*рекомендовано для чтения*):

1. Кови С. Восемь навыков высокоэффективных людей.
2. Кийосаки Р. Богатый ребенок. Умный ребенок.
3. Kaputa Catherine. U R a brand: How smart people brand themselves for business success. – USA, 2014.
4. Алдер Г. Стресс-менеджмент. – М., 2001.
5. Вэнс Э. Илон Маск: Тесла, SpaceX и дорога в будущее. – М, 2016.
6. Гейтс Б. Бизнес со скоростью мысли. – М., 2001.
7. Друкер П. Задачи менеджмента в 21-м веке. – М., 2002.
8. Кэмерон Дж. Путь художника. – М, 2016.
9. Кэмерон Дж. Золотая жила. – М., 2013.
10. Кэш Дж. Как стать творцом своей удачи.
11. Льюис Р.Д. Деловые культуры в международном бизнесе. – М.: Дело, 2001.
12. Максвелл Дж. Воспитай в себе лидера. – М.: ООО «Попурри», 2005.

13. Нордстрем К.А., Риддестрале Й. Бизнес в стиле фанк. Капитал пляшет под дудку таланта. 2008.
14. Полли Берд. Тайм-менеджмент: Планирование и контроль времени. – М., 2001.
15. Талер Р. Новая поведенческая экономика: почему люди нарушают правила традиционной экономики и как на этом заработать.
16. Шамис Е., Никонов Е. Теория поколений: Необыкновенный Икс». – М., Синергия, 2016.

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

1. Специализированные залы для проведения лекций и аудитории для проведения семинарских и практических занятий с использованием мультимедийного оборудования и возможностью прямого выхода в сеть Интернет.
2. Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами.
3. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV.
4. Лицензионные электронные ресурсы: Windows, Microsoft Office (Excel, InfoPath, PowerPoint, Publisher, Word).
5. Информационные справочные и поисковые системы «Консультант Плюс», «Гарант».

***Информационные справочные системы*:**

1. Информационно-правовой портал «Консультант плюс» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.consultant.ru/
2. Информационно-правовой портал «Гарант» (правовая база данных). [Электронный ресурс]. – URL: http://www.garant.ru/
3. Научная библиотека РАНХиГС. URL: http://lib.ranepa.ru/;
4. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. URL: http://elibrary.ru/defaultx.asp;
5. Национальная электронная библиотека. URL: http://rusneb.ru;
6. Российская государственная библиотека. URL: www.rsl.ru;
7. Российская национальная библиотека. URL: http://nlr.ru/;
8. Электронная библиотека Grebennikon. URL: http://grebennikon.ru/;
9. Электронно-библиотечная система Издательства «Лань». URL: http://e.lanbook.com;
10. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ. URL: https://urait.ru/;
11. Электронно-библиотечная система IPRbooks. URL: http://www.iprbookshop.ru/.