

Религиозная организация –
духовная образовательная организация высшего образования
«Курская духовная семинария
Курской Епархии Русской Православной Церкви»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
КурДС
Кацап
иерей Роман Кацап
«14» марта 2022_ г.

**Рабочая программа дисциплины
Элективные курсы по физической культуре и спорту
(шахматы)**

Направление подготовки бакалавриата
**Подготовка служителей и религиозного персонала
православного вероисповедания**

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная

Курск, 2022 г.

Программа одобрена на заседании кафедры церковно-практических дисциплин

от " 1 " марта 20 22 г., протокол № 1.

Разработчик:
преподаватель Борсук Т.В. Борсук Т.В.

Заведующий кафедрой: св. Виталий Мирощников свящ. Виталий Мирощников

Содержание

1. Цели освоения дисциплины.....	4
2. Планируемые результаты обучения.....	4
3. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата.....	5
4. Содержание дисциплины.....	5
4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	5
4.2. Структура и содержание дисциплины.....	5
4.3. Развернутый тематический план курса.....	6
5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.....	7
5.1. Примерная тематика рефератов, сообщений для студентов освобожденной медицинской группы здоровья и временно освобожденных от практических занятий.....	8
5.2. Примерные вопросы к зачету.....	8
5.3. Показатели, критерии и шкала оценивания.....	8
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение самостоятельной работы студента.....	9
6.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	9
6.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы.....	9
6.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет".....	10
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	10
8. Информационные технологии.....	10

1. Цели освоения дисциплины

Цель дисциплины — формирование у студентов Семинарии физической культуры личности, способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности

Задачи дисциплины

- формирование навыков и потребностей в здоровом образе жизни; снижение заболеваемости;
- обеспечение разносторонней физической подготовленности;
- повышение умственной работоспособности средствами физической культуры и спорта;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
- понимание социальной роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

2. Планируемые результаты обучения

ЗНАНИЕ И ПОНИМАНИЕ	
Знать:	
- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;	
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;	
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	
Уметь:	
- придерживаться здорового образа жизни;	
- учитывать индивидуальные особенности физического, возрастного и психического развития занимающихся и применять их во время регулярных занятий физическими упражнениями.	
Владеть:	
- способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений.	

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине в соответствии с установленными индикаторами компетенций
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности. УК-7.2. Соблюдает нормы здорового образа жизни.

3. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Элективные курсы по физической культуре и спорту предусмотрены в части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, на 1-м — 4-м курсах.

4. Содержание дисциплины

4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет — 328 акад. часов.

Вид работы	Трудоемкость (в акад. часах)
Общая трудоёмкость	328
Контактные часы (аудиторная работа)	314
Лекции	0
Занятия в практической форме	314
Самостоятельная работа обучающихся	0
Промежуточный контроль	недиф. зачет — 14

4.2. Структура и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Семестр	Объем работы (в акад. ч.)				Формы текущего контроля успеваемости
		Лекции	занятия	раб.в.	часов по всему теме	
Тема 1. Шахматы: общее знакомство, правила игры.	1	0	4	0	4	
Тема 2. История шахматной игры.	1		4		4	
Тема 3. Шахматная нотация.	1		4		4	
Тема 4. Простые маты.	1		5		5	
Всего за 1 семестр			17	0	17	
Тема 5. Простые пешечные окончания.	2		7		7	
Тема 6. Стратегия и тактика шахматной игры	2		8		8	
Зачет.	2				2	
Всего за 2 семестр			15	0	17	
Тема 7. Варианты эндшпиля	3	0	35	0	35	
Тема 8. Оппозиция	3		16		16	
Всего за 3 семестр			51		51	
Тема 9. Середина игры	4	0	15	0	15	
Тема 10. Типичные позиции и комбинации			15		15	
Тема 11. Тактика позиционной игры			15		15	
Зачет.	4				4	
Всего за 4 семестр			45		49	
Тема 12. Конфигурация пешек	5	0	26	0	26	
Тема 13. Дебюты. Испанская партия			25		25	
Всего за 5 семестр			51		51	

Тема 14. Королевский гамбит	6	0	20	0	20	
Тема 15. Центральный дебют			19		19	
Зачет.	6				4	
Всего за 6 семестр			39		43	
Тема 16. Ферзевый гамбит	7	0	26	0	26	
Тема 17. Русская партия			25		25	
Всего за 7 семестр			51		51	
Тема 18. Сицилианская защита	8	0	20	0	20	
Тема 19. Игра блиц.			25		25	
Зачет.	8				4	
Всего за 8 семестр			45		49	
Всего по дисциплине:		0	314	0	328	

4.3. Развернутый тематический план курса

Тема 1. Шахматы: общее знакомство, правила игры.

Шахматная доска, фигуры, ходы. Цель игры, шах и мат, пат, ничья. Рокировка. Взятие на проходе. Шахматные часы.

Тема 2. История шахматной игры.

Шахматы в Древнем мире. Шахматы в Средневековье и в Новое время. Шахматы в кон. 19 — нач. 21 вв. Мировые первенства по шахматам. Гроссмейстеры 20 в. Шахматы в России и в СССР.

Тема 3. Шахматная нотация.

Разметка шахматной доски. Запись позиции. Запись ходов. Краткая запись ходов. Специальные знаки.

Тема 4. Простые маты.

Мат ферзём. Мат ладьей. Мат двумя слонами. Мат слоном и конем.

Тема 5. Простые пешечные окончания.

Варианты эндшпиля с одной пешкой перед королем и за королем. Варианты эндшпиля с двумя пешками.

Тема 6. Стратегия и тактика шахматной игры.

Основы шахматной стратегии и тактики. Комбинационная и позиционная игра. Практические советы по анализу позиции.

Тема 7. Варианты эндшпиля

Разбор типичных вариантов эндшпиля. Цугцванг. Практические советы для окончания партии.

Тема 8. Оппозиция

Тактика ходов королём при типичных пешечных окончаниях.

Тема 9. Середина игры

Разбор типичных ситуаций в середине игры. Практические советы для миттельшпиля.

Тема 10. Типичные позиции и комбинации

Комбинационная игра. Двойной шах, вскрытый шах, «вилка», тактика жертвования, «связывание» фигуры.

Тема 11. Тактика позиционной игры

Позиционное преимущество. Анализ позиции.

Тема 12. Конфигурация пешек

Роль пешек в позиционной игре. Анализ примеров. Практические советы.

Тема 13. Дебюты. Испанская партия

Классификация дебютов. Дебюты открытые, полуоткрытые, закрытые. Гамбит.

Тема 14. Королевский гамбит

Тема 15. Центральный дебют

Тема 16. Ферзевый гамбит

Тема 17. Русская партия

Тема 18. Сицилианская защита

Тема 19. Игра блиц.

Развитие скорости анализа позиции при игре блиц.

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Оценка знаний, умений и навыков, закреплённых за дисциплиной «Физическая культура и спорт», осуществляется в форме текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль осуществляется в ходе практических занятий по физической культуре и спорту и представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера, регулярно осуществляемую на протяжении семестра.

Основные формы текущего контроля: написание реферата, решение ситуационных задач, сдача нормативов.

Формы письменного контроля по учебной дисциплине:

Контрольные работы по решению ситуационных задач дается для проверки знаний и умений обучающихся. Может занимать часть учебного занятия с разбором правильных решений на следующем занятии.

Рефераты - форма письменной работы, которую рекомендуется применять при освоении учебной дисциплины. Подготовка реферата подразумевает самостоятельное изучение студентом нескольких источников по определённой теме, систематизацию материала и краткое его изложение.

Практическая форма контроля – сдача контрольных нормативов по учебной программе – направлена на проверку физических данных.

Рубежные контрольные точки (РКТ) по дисциплине определены в виде сдачи текущих нормативов по разделам (для студентов основной и специальной медицинской группы здоровья) и защита рефератов (для студентов освобожденной медицинской группы здоровья): 1, 3, 5, 7 семестр.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачёта: 2, 4, 6, 8 семестр.

Промежуточная аттестация студента основной медицинской группы здоровья предполагает ответ студента на: 1 теоретический вопрос и сдачу контрольных нормативов.

Промежуточная аттестация студента специальной медицинской группы здоровья предполагает ответ студента на: 1 теоретический вопрос и сдачу контрольных нормативов, предусмотренных требованиями к результатам обучения специальной медицинской группы здоровья.

Промежуточная аттестация студента, относящегося к группе освобожденных по состоянию здоровья, происходит по результатам написания и защиты 2-х рефератов (устного сообщения) в течение семестра и ответа на 1 ситуационную задачу.

Зачет по физической культуре и спорту проводится в установленном расписанием время на последнем занятии.

5.1. Примерная тематика рефератов, сообщений для студентов освобожденной медицинской группы здоровья и временно освобожденных от практических занятий

1. История шахмат
2. Шахматы в России
3. Роль дебюта в шахматной игре
4. Комбинационная и позиционная игра в шахматах

5.2. Примерные вопросы к зачету

1. Цель шахматной игры.
2. Правила шахматной игры.
3. Запись позиции и запись ходов в шахматной игре.
4. Роль дебюта в шахматной игре
5. Порядок ходов в испанской партии
6. Как дать мат ферзем?
7. Как дать мат двумя слонами?
8. Как дать мат конем и слоном?
9. Что такое шахматная комбинация?
10. Что такое позиционная игра?
11. Что такое сицилианская защита?
12. Что такое русская партия?

5.3. Показатели, критерии и шкала оценивания

Оценка «удовлетворительно» ставится за

- знание правил шахматной игры и основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях эндшпиля;
- умение видеть непосредственную угрозу своим пешкам и фигурам со стороны противника.

Оценка «хорошо» ставится за

- знание правил шахматной игры и основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях эндшпиля;
- умение видеть непосредственную угрозу своим пешкам и фигурам со стороны противника;
- умение распознавать угрозу от типичных комбинаций со стороны противника;
- знание основных дебютов.

Оценка «отлично» ставится за

- знание правил шахматной игры и основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях эндшпиля;
- умение видеть непосредственную угрозу своим пешкам и фигурам со стороны противника;
- умение распознавать угрозу от типичных комбинаций со стороны противника;
- умение оценивать позицию, применять тактику созидания позиционного преимущества;
- знание тактики действия в основных дебютах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение самостоятельной работы студента

6.1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Важную роль при освоении дисциплины играет самостоятельная работа студентов. Самостоятельная работа способствует:

- углублению и расширению знаний;
- формированию интереса к познавательной деятельности;
- овладению приёмами процесса познания;
- развитию познавательных способностей.

Самостоятельная работа студентов имеет основную цель – обеспечить качество подготовки выпускаемых специалистов в соответствии с требованиями основной образовательной программы по направлению подготовки бакалавров.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине предполагает:

- самостоятельное изучение теоретического раздела, отдельные темы по заданию преподавателя;
- решение ситуационных задач;
- игра в парах с разбором типичных ошибок и тактических просчетов.

Основными средствами обеспечения самостоятельной работы студентов являются: периодическая литература по физической культуре, интернет ресурсы, учебно-методические пособия и рекомендации преподавателя.

6.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература:

1. Иконникова, О. Н. Теоретические и практические основы шахматной игры : учебно-методическое пособие / О. Н. Иконникова ; под ред. С. Г. Буланова. – Таганрог : Таганрогский ГПИ А. П. Чехова, 2014. – 159 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614926>
2. Кикоть В.Я., Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / Барчуков И.С. – М.: ЮНИТИ, 2015 – 432 с. — ЭБС «Ун-тская б-ка», режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=117573
3. Нестерова, Д. В. Учебник шахматной игры для начинающих : практическое пособие / Д. В. Нестерова. – Москва : РИПОЛ классик, 2007. – 256 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=54052>

Дополнительная литература:

1. Ашмарин Б.А. Теория и методики физического воспитания: Учеб. пособие. – М., 1990.
2. Бирбрагер, И. Занимательные шахматы / И. Бирбрагер ; ред. В. Тюриков. – Ташкент : Еш Гвардия, 1961. – 120 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=447086>
3. Грачев, О. К. Физическая культура: учебное пособие / О. К. Грачев. / Под ред. доцента Е. В. Харламова. - М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005 -464 с.
4. Евсеев Ю. И. Физическая культура [Текст]: учебное пособие. Гриф МО РФ. Соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту (третьего поколения) / Ю. И. Евсеев. - 8-е изд., испр. - Ростов н/Д : Феникс, 2012 - 445 с.
5. Евсеев, Ю.И. Физическая культура: учебное пособие для вузов/ Ю.И. Евсеев.- Ростов н/Дону: «Феникс», рек. МО 2010. – 445 с. 2011.- 445 с. 2012. – 445 с.

6. Ильинич, В. И. Физическая культура студентов и жизнь: учебник / В. И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2008.- 366 с.
7. Капабланка Х.Р. Учебник шахматной игры. – М.: Терра Спорт, 2001. – 344 с.
8. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие / Г.С. Туманян. – 3-е изд., стер. – М.: Академия, 2009 – 335 с.
9. Юдович, М. Занимательные шахматы / М. Юдович ; ред. Ю. А. Бразильский, А. В. Семенов ; зав. ред. Э. П. Киян. – Изд. 3-е, испр. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – 232 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=447113>

6.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

1. <https://шахматистам.рф>
2. <https://ruchess.ru/>
3. <https://battle-chess.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1.	Аудитория, оснащенная презентационной техникой: проектором, экраном, компьютером/ноутбуком
2.	Доступ к библиотечным ресурсам
3.	Доступ к сети Интернет
4.	Стол, стулья
5.	Спортивный инвентарь: шахматы

8. Информационные технологии

1.	Наличие доступа к сети Интернет
2.	Доступ к ресурсам ЭБС