

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
(шашки)**

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 Мирошников свящ. Виталий Мирошников

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 Всего теме	
Тема 1. Шашки: общее знакомство, основные понятия, правила игры.	1	0	9	0	9	
Тема 2. История шашек.	1		4		4	
Тема 3. Шашечная нотация.	1		4		4	
Всего за 1 семестр			17	0	17	
Тема 4. Комбинации в шашках	2		7		7	
Тема 5. Стратегия и тактика игры в шашки.	2		8		8	
Зачет.	2				2	
Всего за 2 семестр			15	0	17	
Тема 6. Комбинации и ловушки в начале партии.	3	0	35	0	35	
Тема 7. Приемы шашечной борьбы	3		16		16	
Всего за 3 семестр			51		51	
Тема 8. Середина игры	4	0	15	0	15	
Тема 9. Типичные позиции и комбинации			30		30	
Зачет.	4				4	
Всего за 4 семестр			45		49	
Тема 10. Тактика позиционной игры	5	0	51	0	51	
Всего за 5 семестр			51		51	
Тема 11. Игра в окончаниях	6	0	39	0	39	
Зачет.	6				4	

Всего за 6 семестр			39		43	
Тема 12. Обзор некоторых начал	7	0	51	0	51	
Всего за 7 семестр			51		51	
Тема 13.	8	0	45	0	45	
Зачет.	8				4	
Всего за 8 семестр			45		49	
Всего по дисциплине:		0	314	0	328	

4.3. Развернутый тематический план курса

Тема 1. Шашки: общее знакомство, основные понятия, правила игры.

Доска, фигуры, ходы. Цель игры. Правила игры.

Тема 2. История шашек.

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

Тема 3. Шашечная нотация.

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

Тема 4. Комбинации в шашках.

Удар с поля b2. Удар с поля d2. Удар с поля f2. Удар с поля h2. Удар с поля c1. Удар с поля e1. Удар с поля g1.

Тема 5. Стратегия и тактика игры в шашки.

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

Тема 6. Комбинации и ловушки в начале партии.

Разбор типичных вариантов начала партии. Практические советы для начала партии.

Тема 7. Приемы шашечной борьбы.

Как выиграть шашку. Оппозиция. Размен и его значение. Связка. Зажим. Жертва. Угроза.

Тема 8. Середина игры

Разбор типичных ситуаций в середине игры. Практические советы для середины партии.

Тема 9. Типичные позиции и комбинации

Комбинационная игра. Окружение («охват»). Использование «роздыха». Использование «самообложения». Заключение (запирание).

Тема 10. Тактика позиционной игры

Позиционное преимущество. Анализ позиции. «Кол», «тычок», «рожон». Прорыв. Защита трудных позиций.

Тема 11. Игра в окончаниях

Нормальные окончания. Три дамки против одной. Три дамки против дамки и простой. Позиция Саргина. Иные дамочные окончания. Борьба простых с простыми. Борьба дамочек с простыми. Оригинальные окончания.

Тема 12. Обзор некоторых начал

Городская партия. Обратная городская партия. Кол. Обратный кол. Отыгрыш. Перекресток. Обратный перекресток. Косяк.

Тема 13. Знакомство с партиями мастеров.

Анализ примеров. Практические советы.

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 шашек
2. Шашки в России
3. Приемы шашечной борьбы
4. Комбинационная и позиционная игра в шашках.

5.2. Примерные вопросы к зачету

1. Цель игры в шашки.
2. Правила игры в шашки.
3. Запись позиции и запись ходов в шашках.
4. Приемы шашечной борьбы.
5. Что такое комбинация в шашках?
6. Что такое позиционная игра?

5.3. Показатели, критерии и шкала оценивания

Оценка «удовлетворительно» ставится за

- знание правил игры в шашкии основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях в окончании;
- умение видеть непосредственную угрозу со стороны противника.

Оценка «хорошо» ставится за

- знание правил игры в шашки и основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях в окончании;
- умение видеть непосредственную угрозу со стороны противника;
- умение распознавать угрозу от типичных комбинаций со стороны противника;
- знание типичных ловушек и комбинаций в начале игры.

Оценка «отлично» ставится за

- знание правил игры в шашки и основных понятий;
- умение правильно действовать в типичных ситуациях в окончании;
- умение видеть непосредственную угрозу со стороны противника;
- умение распознавать угрозу от типичных комбинаций со стороны противника;
- знание типичных ловушек и комбинаций в начале игры;
- умение оценивать позицию, применять тактику созидания позиционного преимущества;
- владение типичными комбинациями.

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. 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
2. Виндерман А.И., Герцензон Б.М. Шашки для всех : пособие для начинающих. — М.:ФИС, 1983. — 128 с.

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: шашки

8. Информационные технологии

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

