



Основная профессиональная образовательная программа  
39.03.01 Социология  
(Социология социальных процессов)

---

---

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры и БЖД

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Е.В. Панкратова

«30» августа 2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту  
(Шахматы)

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	39.03.01 Социология
Направленность (профиль) образовательной программы:	Социология социальных процессов

Иваново



## **1. Цели освоения дисциплины**

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

## **2. Место дисциплины в структуре ОП**

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входит в обязательную часть образовательной программы.

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» тесно сопряжена с дисциплиной «Физическая культура и спорт».

Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента формируются на основе среднего (полного) общего образования по физической культуре.

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

### **Знать:**

- общие понятия роли физической культуры в развитии человека;
- основы физической культуры и здорового образа жизни;

### **Уметь:**

- дифференцированно управлять движениями, координировать их в разных сочетаниях;
- рационально использовать силы при перемещениях в пространстве (основные способы ходьбы, бега, плавания, бега на коньках, на лыжах и др.), при преодолении препятствий, в метаниях, в поднимании и переноске тяжестей; «школа» мяча (игра в волейбол, баскетбол, футбол, теннис и др.).

### **Иметь:**

- представление о фоновых видах физической культуры. К ним относят гигиеническую физическую культуру, включенную в рамки повседневного быта (утренняя гимнастика, прогулки, другие физические упражнения в режиме дня, не связанные со значительными нагрузками).

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

### **3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина**

#### ***а) универсальные (УК):***

УК-7.Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### **3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать (УК-7.1):научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, социально-биологические основы физической культуры, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности.

Уметь (УК-7.2):использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

Иметь практический опыт/Иметь навыки (УК-7.3): использования средств и методов укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.



## Основная профессиональная образовательная программа

39.03.01 Социология

(Социология социальных процессов)

### 4. Объем и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

#### 4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Распределение в учебные группы проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности, интересов студента.

Численный состав основной и подготовительной медицинских учебных групп не может превышать 20 человек.

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной/заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной/заочной форме обучения)  Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	1		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	1		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	1		24	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				64	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	2		10	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	2		10	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	2		12	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				32	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	3		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра.	3		20	Тестирование в электронном виде.



Основная профессиональная образовательная программа  
39.03.01 Социология  
(Социология социальных процессов)

	Раздел шахматной композиции.				Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	3		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				60	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	4		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	4		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	4		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				60	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	5		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	5		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	5		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				60	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	6		15	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	6		15	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	6		22	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				52	Зачет
Итого по дисциплине:				328	Зачет



---

---

## **4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)**

Тема 1. Понятие о комбинации. Основные тактические приемы, знание основных шахматных дебютов (начало партии). Шахматные дебюты делятся на три группы: открытые, полуоткрытые и закрытые.

Тема 2. Типовые позиции и приемы игры в миттельшпиле. План в шахматной партии. Типичные комбинации и атаки, основы стратегии. Теория комбинации, раскрывает мотивы, идеи различных комбинаций, характерных для середины игры.

Тема 3. Знание типовых позиций эндшпиля, навыки игры в окончании игры. Ознакомить с общими принципами борьбы в эндшпиле, а также с тактическими и стратегическими идеями, применяемыми в процессе этой борьбы, и показать многочисленные типовые окончания, важные для шахматной практики

## **5. Образовательные технологии**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: здоровьесберегающие технологии и технология использования в обучении игровых методов. Проведение практических занятий по различным видам спорта.

Средства информационных и коммуникационных технологий в физической культуре и спорте - программное, программно-аппаратные и технические средства и устройства, функционирующие на базе микропроцессорной, вычислительной техники, современных средств и систем транслирования информации и информационного обмена, а также обеспечивающие операции по сбору, накоплению, хранению, обработке, передаче и продуцированию информации и доступ к информационным ресурсам компьютерных сетей.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Дисциплина предполагает объём самостоятельной работы, которая включает самостоятельное изучение теоретического материала, учебной литературы, обучающих Интернет-ресурсов.

Во время выполнения заданий студент может консультироваться с преподавателем, определять наиболее эффективные методы решения поставленных задач. Если какая-то часть задания остается невыполненной, студент может продолжить её выполнение во время внеаудиторной самостоятельной работы.

## **7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

7.1. Текущий контроль качества знаний студентов проводится в рамках действующей рейтинговой системы организации и контроля учебного процесса.

7.2. Непосредственную ответственность за организацию и эффективность текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов несут декан факультета и заведующий кафедрой, а также преподаватели, которые обязаны постоянно совершенствовать его формы и методы.

7.3. Текущий контроль знаний студентов может иметь следующие виды:

- проведение контрольных тестов;

7.4. Изучение каждого модуля дисциплины завершается контрольной точкой (промежуточный контроль), проводимой в форме теста, объемом выполнения письменных домашних заданий и рефератов.

7.5. Виды и примерные сроки проведения текущего контроля успеваемости студентов устанавливаются рабочей программой дисциплины.



Основная профессиональная образовательная программа

39.03.01 Социология

(Социология социальных процессов)

7.6. Объем и уровень усвоения студентами учебного материала каждого модуля оцениваются по результатам текущего контроля комплексной рейтинговой оценкой, включающей в себя практические умения и навыки, проявленные студентами на всех занятиях в период освоения модуля дисциплины.

Модуль студенту считается зачтенным, если им выполнены в необходимом объеме и защищены все виды учебной работы, предусмотренные по данному модулю рабочей программой дисциплины. Результаты текущего контроля проставляются в баллах в зачетную ведомость (приложение 2).

7.7. Преподаватель может допускать или не допускать студента к выполнению контрольных мероприятий по очередному модулю, пока он не сдаст предыдущий. Минимальное количество баллов, необходимых для допуска студентов к зачету определяется кафедрой.

7.8. Данные текущего контроля должны использоваться деканатом, кафедрой и преподавателями для обеспечения ритмичности учебной работы студентов, привития им умения четко организовывать свой труд, своевременного выявления отстающих и оказания им содействия в изучении учебного материала, для организации индивидуальных занятий.

7.9 Оценки составляющих компонентов рубежного контроля вносятся преподавателями в рейтинговые ведомости по завершению изучения каждого модуля. Из этих оценок формируется текущий рейтинг студента, в свою очередь являющийся основой для определения итогового рейтинга студента по дисциплине.

Максимальное количество баллов, которое может набрать студент по текущей успеваемости – 100 баллов.

Условием допуска к зачету является регулярное посещение учебных занятий, ежемесячная аттестация (рейтинг), выполнение и своевременная сдача всех контрольных заданий и нормативов, владение умениями и навыками практического материала не ниже оценки «удовлетворительно».

<b>1 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 1</b> 15 октября	1. Прохождение медицинского осмотра в медпункте ИвГУ; 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Контроль по программе ДО «Moodle» (1-40 задания) 4. Программа ChessFree (1-4 уровень)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 2</b> 15 ноября	1. Контроль по программе ДО «Moodle» (41-80 задания) 2. Контроль по программа Chess.com 25 партий (st) 3. Программа ChessFree (5-8 уровень)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 3</b> 15 декабря	1. Контроль по программе ДО «Moodle» (81-100) 2. Контроль по программа Chess.com 25 партий (st) 3. Программа ChessFree (9-12 уровень)
<b>2 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 4</b> 15 марта	1. Программа TacticTrainer (уровень 1700) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа ChessFree (9-12 уровень)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 5</b> 15 апреля	1. Программа ChessFree (9-12 уровень) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа TacticTrainer (уровень 1750)



Основная профессиональная образовательная программа

39.03.01 Социология

(Социология социальных процессов)

3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 6</b> 15 мая	1. Программа TacticTrainer (уровень 1800) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 1b/720-1017)
<b>3 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 1</b> 15 октября	1. Программа TacticTrainer (уровень 1850) 2. Контроль по программа Chess.com 10 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 1b/1018-1299)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 2</b> 15 ноября	1. Программа TacticTrainer (уровень 1950) 2. Контроль по программа Chess.com 10 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/1-100)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 3</b> 15 декабря	1. Программа TacticTrainer (уровень 2000) 2. Контроль по программа Chess.com 10 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/101-150)
<b>4 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 4</b> 15 марта	1. Программа TacticTrainer (уровень 2050) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/151-200)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 5</b> 15 апреля	1. Программа ChessFree (10-12 уровень) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа TacticTrainer (уровень 2100)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 6</b> 15 мая	1. Программа TacticTrainer (уровень 2150) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/201-250)
<b>5 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 1</b> 15 октября	1. Программа TacticTrainer (уровень 2200) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/251-275)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 2</b> 15 ноября	1. Программа TacticTrainer (уровень 2250) 2. Контроль по программа Chess.com 25 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/276-300)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 3</b> 15 декабря	1. Программа TacticTrainer (уровень 2300) 2. Контроль по программа Chess.com 25 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/301-325)
<b>6 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль)	1. Программа TacticTrainer (уровень 2350) 2. Контроль по программа Chess.com 15 партий (st)



Основная профессиональная образовательная программа  
39.03.01 Социология  
(Социология социальных процессов)

<b>Модуль 4</b> 15 марта	3. Программа pbchess (диаграммы 2/326-350)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 5</b> 15 апреля	1. Программа ChessFree (10-12 уровень) 2. Контроль по программа Chess.com 15 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/351-375)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 6</b> 15 мая	1. Программа TacticTrainer (уровень 2400) 2. Контроль по программа Chess.com 15 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/376-400Ка)

Практика		
на каждом этапе рейтинга (модуля) учитывается все нормативы	результат ниже среднего уровня.	10 баллов
	результат среднего уровня и выше	20 баллов
Посещение занятий		
на каждом этапе рейтинга (модуля)	50%	10 баллов
	Свыше 70%	20 баллов

#### Критерии и шкала оценки

**оценка «зачтено»** - студент посетил более 70 % занятий и имеет рейтинг не менее 60 %, сдавший все нормативы, указанные в таблице рейтинга.

**оценка «не зачтено»** - студент посетил менее 70 % занятий и имеет рейтинг менее 60 %, сдавший не все нормативы, указанные в таблице рейтинга.

#### 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

##### Основная учебная литература

1. Физическая культура: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.
2. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573> (дата обращения: 30.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01157-8. – Текст : электронный.

##### Дополнительная учебная учебно-методическая литература

1. Авербах, Ю.Л. Учебник шахматной игры : [12+] / Ю.Л. Авербах, А.С. Суэтин. – Москва : Человек, 2016. – 542 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430405> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-906131-73-7. – Текст : электронный.





2. Нестерова, Д.В. Учебник шахматной игры для начинающих / Д.В. Нестерова. – Москва : Издательство «Рипол-Классик», 2007. – 256 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=54052> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 9785790542343. – Текст : электронный.
3. Романов, И.З. Творческое наследие М. И. Чигорина / И.З. Романов. – Москва : Гос. изд-во "Физкультура и спорт", 1960. – 408 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230279> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-4458-6962-7. – Текст : электронный.
4. Гик, Е.Я. 164 победные миниатюры чемпионов мира : [12+] / Е.Я. Гик. – Москва : Спорт, 2016. – 424 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454478> (дата обращения: 01.11.2019). – ISBN 978-5-906839-51-0. – Текст : электронный.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru);  
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и интернет-браузер Microsoft Edge.

#### **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Учебный процесс осуществляется спортивной базой, отвечающей санитарно-гигиеническим и санитарно-эпидемиологическим стандартам:

#### **Спортивно-тренировочная база университета:**

1. Аудитория № 8 Шахматный клуб (1 корпус)

#### **Спортивный инвентарь и оборудование:**

1. Компьютеры - 8 шт.
2. Демонстрационная доска — 1 шт.
3. Шахматные комплекты — 10 шт.
4. Шахматные часы (аналоговые) — 2 к-та
5. Шахматные часы (цифровые) — 8 к-тов
6. Планшетные компьютеры - индивидуально
7. Телефоны (OS Android) - индивидуально



Основная профессиональная образовательная программа  
39.03.01 Социология  
(Социология социальных процессов)

---

---



Основная профессиональная образовательная программа  
39.03.01 Социология  
(Социология социальных процессов)

---

---

**Авторы рабочей программы дисциплины:**

заведующий кафедрой физической культуры и безопасности жизнедеятельности, доцент,  
кандидат педагогических наук Соколов Евгений Евгеньевич,  
старший преподаватель кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности  
Козлов Николай Павлович

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности

**«28» августа 2024 г., протокол № 1**

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Е.В. Панкратова  
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Е.В. Панкратова  
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Е.В. Панкратова