



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

Д.С. Докучаев

«01» сентября 2021 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту  
(Шахматы)**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	42.03.02 Журналистика
Направленность (профиль) образовательной программы:	Журналистика

Иваново



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

## 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 состав обязательную часть дисциплин подготовки бакалавра.

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

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

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

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

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

#### 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)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	1		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	1		32	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	1		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				64	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	2		12	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	2		12	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	2		10	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				32	Зачет



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	3		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	3		32	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	3		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				64	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		18	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	4		18	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				56	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	5		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	5		32	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	5		16	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				64	Зачет
1	Шахматная нотация. Дебютная подготовка. Классификатор дебютов.	6		18	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика.
2	Миттельшпиль (середина игры). Комбинационная игра. Раздел шахматной композиции.	6		20	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

3	Эндшпиль (заключительная часть партии). Стандартные позиции.	6		10	Тестирование в электронном виде. Смотри таблицу рейтинга. Игровая практика
Итого за семестр				48	Зачет
Итого по дисциплине:				328	Зачет

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

#### 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

#### 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.

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.



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

Модуль студенту считается зачѐнным, если им выполнены в необходимом объѐме 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 Chess Free (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 Chess Free (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 Chess Free (9-12 уровень)
<b>2 семестр</b>	
1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 4</b> 15 марта	1. Программа Tactic Trainer (уровень 1700) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа Chess Free (9-12 уровень)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 5</b> 15 апреля	1. Программа Chess Free (9-12 уровень) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа Tactic Trainer (уровень 1750)
3 контрольная точка	1. Программа Tactic Trainer (уровень 1800)



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

(итоговый контроль) <b>Модуль 6</b> 15 мая	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 Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (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 Chess Free (10-12 уровень) 2. Контроль по программа Chess.com 20 партий (st) 3. Программа Tactic Trainer (уровень 2100)
3 контрольная точка (итоговый контроль) <b>Модуль 6</b> 15 мая	1. Программа Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (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 Tactic Trainer (уровень 2300) 2. Контроль по программа Chess.com 25 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/301-325)
<b>6 семестр</b>	



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

1 контрольная точка (входной контроль) <b>Модуль 4</b> 15 марта	1. Программа Tactic Trainer (уровень 2350) 2. Контроль по программа Chess.com 15 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/326-350)
2 контрольная точка (промежуточный контроль) <b>Модуль 5</b> 15 апреля	1. Программа Chess Free (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 Tactic Trainer (уровень 2400) 2. Контроль по программа Chess.com 15 партий (st) 3. Программа pbchess (диаграммы 2/376-400Ka)

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. Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>
2. Шулятьев, В.М. Физическая культура студента : учебное пособие / В.М. Шулятьев, В.С. Побыванец. - М. : Российский университет дружбы народов, 2012. - 287 с. - ISBN 978-5-209-04347-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=226786>

##### Дополнительная учебная учебно-методическая литература





Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

1. Григорович, Е.С. Физическая культура : учебное пособие / Е.С. Григорович, К.Ю. Романов ; под ред. Е.С. Григорович, В.А. Переверзев. - 3-е изд., доп. и перераб. - Минск : Вышэйшая школа, 2011. - 352 с. - ISBN 978-985-06-1979-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144214>
2. Физическая культура [Электронный ресурс] : правила оформления и защиты рефератов : учебно-методические указания : для студентов университетов / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— 2-е изд, доп. и изм. — Электрон. текстовые дан. (1 файл: 331 Кб). — Иваново : ИвГУ, 2012 .— 37 с .— [http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/aigubov\\_2012.htm](http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/aigubov_2012.htm)
3. Физическая культура. Основы легкой атлетики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 977 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2013 .— 83 с : ил .—[http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko\\_2013.htm](http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/doroshenko_2013.htm)
4. Физическая культура. Основы аэробики [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов университета / Иван. гос. ун-т ; сост. А. Л. Дорошенко [и др.] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл: 881 Кб) .— Иваново : ИвГУ, 2014 .— 76 с .— URL:[http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/sokolov\\_2014.htm](http://lib.ivanovo.ac.ru/elib/dl/all/metod/sokolov_2014.htm)

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)

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

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 321 корпус 1
2. 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  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

**Авторы рабочей программы дисциплины:**

Заведующий кафедрой физической культуры, к.п.н., доцент Соколов Е.Е., старший преподаватель кафедры физической культуры Подделкина Н. К.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г., протокол № \_\_\_\_

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

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

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

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

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

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)