

контактная работа во время	1/2	1/2	1/2
промежуточной аттестации (ИКР)			0
часов на контроль			35,67

Программу составил(и):

кпн, Доцент, Рябинин Сергей Петрович _____

Рабочая программа дисциплины

Шашки-шахматы

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

Выпускающие кафедры:

Теоретических основ физического воспитания;

Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;

Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;

Педагогики

утвержденного учёным советом вуза от 01.01.1754 протокол № .

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Ж1 Теоретических основ физического воспитания

Протокол от 07.05.2025г. № 9

Зав. кафедрой С.С. Ситничук

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол №14.05.2025г..

Председатель НМС УГН(С)

_____ 1754 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование готовности у будущих учителей к реализации профессиональных задач по подготовке обучающихся в интеллектуальных видах спортивной деятельности, развитию их творческих и личностных способностей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.08
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	История физической культуры и спорта	
2.1.2	Патриотическое воспитание молодежи	
2.1.3	Физическая культура и спорт	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	История физической культуры и спорта	
2.2.2	Патриотическое воспитание молодежи	
2.2.3	Психология и педагогика спорта	
2.2.4	Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по общей физической подготовке / Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм / Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов	
2.2.5	Основы учебной и исследовательской деятельности	
2.2.6	Теория и методика физического воспитания	
2.2.7	Организация киберспортивной деятельности	
2.2.8	Теория и методика спортивной тренировки	
2.2.9	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты	
2.2.10	Педагогическая практика	
2.2.11	Спортивная ориентация и отбор	
2.2.12	Современные технологии физкультурно-спортивной деятельности в образовательных организациях	
2.2.13	Профессиональная деятельность тренера	
2.2.14	Адаптивная физическая культура	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-2: Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)

ОПК-2.2: Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся

Знать:

Уровень 1	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий) на начальном уровне
Уровень 2	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий) на базовом уровне
Уровень 3	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий) на продвинутом уровне

Уметь:

Уровень 1	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на начальном уровне
Уровень 2	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на базовом уровне
Уровень 3	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на

	продвинутом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на начальном уровне
Уровень 2	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на базовом уровне
Уровень 3	Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся на продвинутом уровне
ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	
ОПК-3.4: Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления	
Знать:	
Уровень 1	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на начальном уровне
Уровень 2	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на базовом уровне
Уровень 3	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на продвинутом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на начальном уровне
Уровень 2	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на базовом уровне
Уровень 3	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на продвинутом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на начальном уровне
Уровень 2	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на базовом уровне
Уровень 3	Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления на продвинутом уровне
ПК-4: Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	
ПК-4.3: Участвует в популяризации знаний (в области предмета по профилю) среди субъектов образовательного процесса	
Знать:	

Уровень 1	Участвует в популяризации знаний (в области предмета по профилю) среди субъектов образовательного процесса на начальном уровне
Уровень 2	Участвует в популяризации знаний (в области предмета по профилю) среди субъектов образовательного процесса на базовом уровне
Уровень 3	Участвует в популяризации знаний (в области предмета по профилю) среди субъектов образовательного процесса на продвинутом уровне
Уметь:	
Уровень 1	
Уровень 2	
Уровень 3	
Владеть:	
Уровень 1	
Уровень 2	
Уровень 3	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Введение в дисциплину «Русские шашки, шашки – 64»						
1.1	История развития шашек. /Лек/	1	2				Устный опрос
1.2	Методические основы обучения техники и тактики игры в шашки /Лек/	1	2				Устный опрос
1.3	Сила дамки, тактические приемы ее ловли /Пр/	1	2				тестирование
1.4	Комбинационные удары, их виды /Пр/	1	2				тестирование
1.5	Центр и его значение в игре, центральные позиции /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.6	Параллельные и гамбитные позиции /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.7	Стратегия и тактика игры в шашки /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.8	Расчёт позиции, связка /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.9	Игра в эндшпиле /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.10	Начало партии, ее стратегия /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
1.11	Решение комбинационных ударов /Ср/	1	10				Устный опрос, тестирование
1.12	Изучение дебютного репертуара /Ср/	1	10				Соревнование. Устный опрос, тестирование
1.13	Экзамен по теории и методике обучения игр шашки и шахматы /КРЭ/	1	0,15				Соревнование, тестирование, билеты
	Раздел 2. Введение в дисциплины "Шахматы"						
2.1	История шахмат в России и в странах мира /Пр/	1	2				Устный опрос
2.2	Методические основы обучения технике игры в шахматы /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
2.3	Стратегия и тактика игры в шахматы /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
2.4	Эндшпиль /Пр/	1	2				Устный опрос, тестирование
2.5	Шахматный дебютный репертуар /Ср/	1	10				Устный опрос, тестирование
2.6	Изучение основных позиций и окончаний в игре /Ср/	1	13,85				Устный опрос, тестирование

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к экзамену и зачёту по дисциплине
«Шашки и шахматы»

1. В каких спортивных дисциплинах проводятся соревнования по виду спорта «шахматы» в соответствии с Всероссийским реестром?
2. В каких спортивных дисциплинах проводятся соревнования по виду спорта «шашки» в соответствии с Всероссийским реестром?
3. Назовите, на какие виды по характеру проведения, делятся соревнования по шахматам?
4. Назовите, на какие виды по характеру проведения, делятся соревнования по шашкам?
5. На каких объектах спорта или площадках должны проводиться соревнования по шахматам и шашкам?
6. Требования к месту проведения соревнования и к необходимому инвентарю для проведения соревнований по шахматам и шашкам?
7. Требования к медико-санитарному обеспечению для проведения соревнований по шахматам и шашкам?
8. В соответствии с чем, осуществляется антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации по шахматам и шашкам?
9. Назовите, какие применяются противоправные влияния на результаты соревнований по видам спорта «шахматы» и «шашки», и санкции, применяемые к участникам соревнований и другим официальным лицам соревнований за противоправное влияние на результаты таких соревнований.
10. Назовите половые и возрастные группы спортсменов по видам спорта «шахматы» и «шашки».
11. Назовите общие принципы допуска спортсменов к соревнованиям по видам спорта «шахматы» и «шашки».
12. Какие существуют ограничения на участие в соревнованиях видам спорта «шахматы» и «шашки».
13. Начальная позиция фигур на шахматной доске, символическое обозначения фигур.
14. Покажите ходы шахматных фигур на игровом поле
15. Какое поле на игровой доске в шахматах называется полем «превращения»? Его возможности?
16. Как в шахматах сделать правильно «рокировку», и когда теряется право у игрока на «рокировку»?
17. Расскажите, как правильно выполняются хода в шахматах и шашках, запись хода на бланки турнира.
18. Что такое «невозможный» ход в шахматах? Его разновидности.
19. Расскажите, как происходит завершение партии в шахматах и шашках
20. Что такое «нотация» в шахматах и шашках. Алгебраическая запись партии.
21. Расскажите, как надо пользоваться шахматными часами. Что такое регламент в шахматах и шашках?
22. Охарактеризуйте системы проведения соревнований в шахматах и шашках.
23. Расскажите, кто входит в состав судейской коллегии в шахматах и шашках, функциональные обязанности судей.
24. Какие виды «ничьих» в шашках?
25. Расскажите, в чём отличие в правилах по шашкам 64 и по столклеточным шашкам?
26. Расскажите, кто может подать «протест» в шахматах и шашках, и порядок его рассмотрения.
27. Какие права и обязанности у спортсменов, тренеров, представителей спортивных команд на соревнованиях?
28. Какие права и обязанности у организаторов соревнований по подготовке и проведению соревнований?
29. Расскажите о проведении соревнований по швейцарской и круговой системам розыгрыша
30. Значение диагоналей на игровом поле в шашках (русские шашки и столклеточные шашки). Что такое сильные и слабые шашки?
31. Решить комбинационные задачи по шахматам и шашкам в билете
32. Ответить на тест по правилам игры в шахматы и шашки

5.2. Темы письменных работ

Тестовый контроль
Шахматы

1. Перечислите в каких спортивных дисциплинах проводятся соревнования по виду спорта «шахматы» в соответствии со Всероссийским реестром видов спорта?
 1. шахматы - командные соревнования
 2. шахматы
 3. блиц
 4. быстрые шахматы
 5. шахматная композиция
 6. заочные шахматы
 7. шахматы лично-командные соревнования
 8. вечерние шахматы
2. Кем принимается решение о присуждении поражения в партии или матче и об удалении участника с соревнований?
 1. судьёй на линии
 2. зам. главного судьи соревнования
 3. главным судьёй соревнования
 4. главным секретарём соревнований
 5. главной судейской коллегией соревнований.
3. Кто должен делать Первый ход в игре?
 1. Делает игрок, имеющий фигуры светлого цвета (Белые),
 2. Делает игрок, имеющий фигуры чёрного цвета (Чёрные),
 3. Любой из игроков по согласованию

4. Перечислите, при каких условиях нельзя делать «рокировку»?

1. Можно, если поле, на котором стоит король, или поле, которое он должен пересечь, атаковано одной или несколькими фигурами соперника;
2. Можно, если поле, которое он должен занять, атаковано одной или несколькими фигурами соперника;
3. Если король уже делал ход
4. Если ладья, уже делала ход.
5. Все ответы правильны
5. В какую фигуру превращается пешка, когда коснулась поля превращения?
 1. В ладью
 2. В слона
 3. В коня
 4. В ферзя
 5. В любую

6. Перечислите ситуации, когда Невозможный ход не совершен?

1. Как только игрок нажал свои часы.
2. Как только игрок тронул фигуру
3. Игрок нажимает часы не делая хода
4. Если для выполнения одного хода игрок использует две руки (например, в случае рокировки, взятия фигуры или превращения пешки) и нажимает часы

Шашки

1. В каких случаях Партия считается закончившейся вничью?

- ☐ если один из участников предлагает ничью, а другой принимает это предложение;
- ☐ если игроки сделали по 10 ходов и согласились на ничью
- ☐ если одна и та же позиция (одно и то же расположение шашек) возникнет три (или более) раза

2. Перечислите Неправильности при ведении партии

игрок совершил:

- ☐ сделал два хода подряд;
- ☐ тронул одну из своих шашек и ход сделан другой;
- ☐ взял ход обратно;
- ☐ сделал ход шашкой или дамкой соперника;
- ☐ сделал ход шашкой или дамкой, когда необходимо произвести взятие;
- ☐ снял без причины шашки соперника или свои шашки;
- ☐ неправильно снял шашки во время еще не законченного последнего взятия;
- ☐ снял после окончания последовательного взятия меньшее или большее число шашек, чем должно было быть взято;
- ☐ снял после последовательного взятия шашки, которые не должны были быть взяты;
- ☐ при превращении шашки в дамку не обозначил дамку;
- ☐ все ответы правильны

3. Какое количество ходов даётся при поимке одиночной дамки владеющей большой дорогой против трёх дамк соперника?

- ☐ 5 ходов
- ☐ 10 ходов
- ☐ 30 ходов

4. Какое количество ходов даётся при поимке одиночной дамки не владеющей большой дорогой против трёх дамк соперника?

- ☐ 15 ходов
- ☐ 20 ходов
- ☐ 30 ходов

5. В какую сторону производится Взятие шашки соперника?

- ☐ Только вперёд
- ☐ Толь ко назад
- ☐ Вперёд и назад

6. Перечислите ситуации, при которых не достигается Выигрыш партии

- ☐ у соперника не осталось ни одной шашки;
- ☐ у соперника заперты все шашки;
- ☐ соперник признал свое поражение.
- ☐ истечение игрового времени на турнирных часах;
- ☐ соперник опоздал на тур

5.3. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости.

1. Фонды оценочных средств включают: письменные работы, устный опрос, тест, вопросы и задания к экзамену.
- 2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – письменной работе.

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

Критерии оценивания Количество баллов

(вклад в рейтинг)

Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические знания из педагогики 2

Аргументирует свою точку зрения 1

Ответ самостоятельный. Обучающийся демонстрирует аргументированные суждения, предлагает вариативность решений 2

Максимальный балл 5

2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – устный опрос

ОПК–6 способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности необходимые для индивидуализации обучения, развития воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

Рефлексивно-оценочный Показатели критерия уровня сформированности компетенции Количество баллов

(вклад в рейтинг)

Понимает важность решения задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности, соответствующую требованиям ФГОС Обосновывает важность решения задачи воспитания и духовно-

-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности, соответствующую требованиям ФГОС 5

Обосновывает важность знаний, умений и навыков учителя для решения задачи воспитания и духовно-

нравственного развития обучающихся 5

Формулирует основные принципы и методы решения задач по воспитанию и духовно-нравственному развитию обучающихся в учебной и внеучебной деятельности. 5

Дает оценку своим умениям по психолого-педагогическому сопровождению программы учебной дисциплины в рамках ФГОС ООО 5

ПК–1 Готовность реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов

Праксиологический Показатели критерия уровня сформированности компетенции Количество баллов (вклад в рейтинг)

Умеет на основании учебной программы разрабатывать технологические карты (планы-схемы) учебных занятий На основе основных задач по духовно-нравственному развитию обучающихся проектирует основные этапы урока в соответствии с требованиями ФГОС ООО 5

Определяет планируемые предметные, метапредметные и личностные образовательные результаты урока 5

Определяет задачи и соответствие им содержание материала по духовно-нравственному развитию обучающихся на каждом этапе урока 5

Планирует итоговый этап урока (подведение итогов, оценка работы учащихся) 5

Проектирует организацию и психологическое сопровождение самостоятельной, групповой и индивидуальной работы учащихся на уроке с использованием методов психологии 5

Анализирует спроектированные результаты урока относительно степени эффективности достижения его целей и задач 5

3.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 - Защита реферата

№ Критерии оценивания Количество баллов (вклад в рейтинг)

1 соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы 4

2 соответствие целям и задачам дисциплины 4

3 постановка проблемы, корректное изложение смысла основных научных идей, их теоретическое обоснование и объяснение 4

4 логичность и последовательность в изложении материала 2

5 способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса 3

6 умение извлекать информацию, соответствующую поставленной цели, и перераспределять информацию 2

7 обоснованность выводов 5

8 наличие авторской аннотации к реферату 2

9 правильность оформления (соответствие стандарту, структурная упорядоченность, ссылки, цитаты, таблицы и т.д.) 2

10 соответствие оформления правилам компьютерного набора текста 2

Максимальный балл 30

3.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 - Защита проекта в группах

№ Критерии оценивания Количество баллов (вклад в рейтинг)

1 соответствие содержания заявленной теме 2

2 постановка проблемы, корректное изложение смысла основных научных идей, их теоретическое обоснование и объяснение 3

3 логичность и последовательность в изложении материала 3

4 обоснованность выводов 5

5 правильность оформления 3

6 ясная логика изложения, грамотность речи 6

7 личный вклад в проект 8
8 Максимальный балл 30

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 3 - Участие в дискурс-лекции

№ Критерии оценивания Количество баллов (вклад в рейтинг)

1 Студент участвует в дискуссии на лекции 20

2 Студент высказывает суждение, аргументирует, приводит примеры 20

Максимальный балл 40

5.4. Перечень видов оценочных средств

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические рекомендации по освоению дисциплины «Шашки и шахматы»

1. приступая к изучению дисциплины тщательно ознакомьтесь с программой;
2. обратите особое внимание на расчет рейтинга (см. технологическую карту);
3. при самостоятельной работе над теоретическим курсом (Базовый модуль №1) основой должен являться лекционный курс;
4. при самостоятельной работе используйте рекомендуемую литературу;
5. зачет (итоговый модуль) проходит в виде зачета, где проверяются базовый модуль №1 и №2;
6. при нехватке баллов для зачета постарайтесь использовать дополнительный модуль или бонусы (см. технологическую карту).

Основной объем лекционных часов отведен на изучение трудных общетеоретических вопросов физической культуры.

Лекция ориентирует студентов на то, как будет происходить обучение, ориентирует их в основных направлениях работы.

Перед подготовкой к зачету необходимо тщательно проработать конспекты лекций, а также детально поработать с основной и дополнительной литературой. Студентам рекомендуется посетить музей спорта г. Красноярск, а также проанализировать известные российские сайты по ведению ЗОЖ.

Количество часов, выделенных на самостоятельную работу студентов равно количеству часов аудиторной работы. Это дает возможность тщательно выполнять самостоятельные задания, предусмотренные рабочей программой дисциплины. Перед подготовкой самостоятельной работы, студент должен ознакомиться с технологической картой и уточнить, сколько часов отводится на ту или иную работу. После этого для себя выстроить траекторию подготовки задания. Самостоятельные задания должны быть выполнены через две недели после их получения. Курс предполагает наличие таких самостоятельных заданий, как проведение фрагмента учебного занятия и защита группового проекта, оформленного в виде презентации.

Рекомендации по работе с литературой

Успешному поиску и получению необходимой информации содействуют знания информатики, источников информации, фондов библиотек и их размещения. Чтобы быстро и умело ориентироваться в этом потоке информации учиться работать с предметными каталогами библиотеки, уметь пользоваться информационными изданиями типа "Экспресс-информация", "Реферативные журналы", "Книжная летопись", а также автоматизированной поисковой системой и Интернетом, чтобы быстро найти нужную информацию.

Умение работать с информацией складывается из умения быстро найти требуемый источник (книгу, журнал, справочник), а

в нем - нужные материалы; из умения разобраться в нем, используя при этом различные способы чтения.

Существуют общепринятые правила грамотного чтения учебной и научной литературы. Изучение литературы должно состоять из двух этапов.

1 этап. Предварительное знакомство с книгой. Работа с книгой начинается с общего ознакомления. Для этого рекомендуется прочитать титульный лист, аннотацию и оглавление, затем внимательно ознакомиться с предисловием, введением и заключением. Прежде всего, читается заглавие, название книги. Иногда научный авторитет автора не только заставляет прочитать, но и повышает интерес к книге.

Общее ознакомление с книгой заканчивается просмотром имеющихся в ней приложений и другого справочного материала, с тем, чтобы можно было легко найти материал, если в нем возникает необходимость. После этого можно приступить к углубленному изучению книги.

2 этап. Чтение текста. Общепринятые правила чтения таковы:

- читать внимательно т.е. возвращаться к непонятным местам.
- читать тщательно т.е. ничего не пропускать.
- читать сосредоточенно т.е. думать о том, что вы читаете.
- читать до логического конца - абзаца, параграфа, раздела, главы и т.д. Разные тексты и цели ознакомления с книгой требуют разных способов

извлечения информации. Однако техника чтения - лишь средство для проникновения в содержание. Анализ прочитанного и конспектирование - важнейшее средство запоминания и усвоения изучаемого произведения. Выбор формы записей зависит от индивидуальных особенностей и от назначения записей.

Самостоятельная работа с учебниками и книгами это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Для эффективной работы необходимо:

1. Составить перечень книг, с которыми следует познакомиться;
2. Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что может расширить общую культуру...).
3. Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге (при написании курсовых и дипломных работ это позволит очень сэкономить время).
4. Разобраться для себя, какие книги (или какие главы книг) следует прочитать более внимательно, а какие - просто просмотреть.
5. При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями, которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время.
6. Все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
7. Если книга собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки или сделать свой «предметный указатель», где отмечаются наиболее интересные мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора.
8. Следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием - научиться «читать медленно», когда понятно каждое прочитанное слово, и это может занять немалое время (у кого-то -до нескольких недель и даже месяцев).
9. Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой - следует увлечься какой-то идеей и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его идеи, и одновременно он будет как бы общаться с авторами этих книг по поводу своих идей и размышлений... Проблема лишь в том, как найти «свою» идею...

Требования по написанию рефератов

Реферат выполняется на стандартной бумаге формата А4 (210/297). Поля: левое - 30 мм, правое - 10 мм, верхнее 20 мм и нижнее - 25 мм; интервал полуторный; шрифт в текстовом редакторе Microsoft Word - Times New Roman; размер шрифта - 14 (не менее 12), выравнивание по ширине.

Содержание начинается со второй страницы, далее должна идти сквозная нумерация. Номер страницы ставится в центре нижней части страницы. Общий объем реферата должен составлять 20-25 страниц (без приложений).

Во введении обосновывается актуальность темы, ее практическая значимость. Содержание должно быть представлено в развернутом виде, из нескольких глав, состоящих из ряда параграфов. Против названий глав и параграфов проставляются номера страниц по тексту. Главы и параграфы нумеруются арабскими цифрами. Допускается не более двух уровней нумерации.

Заголовки, в соответствии с оглавлением реферата, должны быть выделены в тексте жирным шрифтом (названия глав - заглавными буквами, названия параграфов - строчными буквами), выравнивание по центру. Точки в заголовках не ставятся. Каждая глава должна начинаться с новой страницы. Текст параграфа не должен заканчиваться таблицей или рисунком.

Представленные в тексте таблицы желательно размещать на одном листе, без переносов. Таблицы должны иметь сквозную нумерацию. Номер таблицы проставляется сверху слева. Заголовок таблицы помещается с выравниванием по левому краю через тире после ее номера.

На каждую таблицу и рисунок необходимы ссылки в тексте, причем таблица или рисунок должны быть расположены после ссылки.

Все расчеты, выполняемые в реферате, излагаются в тексте с обоснованием, указанием размерности величин. Результаты расчетов представляются в табличной форме.

В заключении излагаются краткие выводы по результатам работы, характеризующие степень решения задач, поставленных во введении. Следует уточнить, в какой степени удалось реализовать цель реферирования, обозначить проблемы, которые не удалось решить в ходе написания реферата.

Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита. Каждое приложение имеет свое обозначение.

Подбор литературы осуществляется студентом самостоятельно. Желательно использование материалов, публикуемых в журналах списка ВАК, монографий и других источников. Это обусловлено тем, что в реферате вопросы теории следует

увязывать с практикой.

Перечень используемой литературы должен содержать минимум 15 наименований. Список литературы оформляется в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТа: сначала указываются источники законодательной базы (федеральные, региональные, местные нормативные правовые акты), затем - научные публикации (книги, статьи, авторефераты, диссертации). По каждому источнику, в том числе по научным статьям, указывается фамилия и инициалы автора, название, место издания, название издательства, год издания. При использовании страниц Internet их перечень дается в конце списка литературы.

Рекомендации по подготовке к итоговому контролю (промежуточной аттестации) по дисциплине

Итоговый контроль в форме зачета проводится для студентов, которые получили менее 90 баллов по дисциплине. Рабочая программа содержит в себе примерные вопросы к зачету, которые студент получит во время прохождения итогового контроля.

Помимо общетеоретических вопросов, студент получает практические задания, которые позволяют проследить уровень сформированности компетенций. Данные задания студент получает адресно за неделю до проведения аттестации.

При подготовке к зачету необходимо тщательно ознакомиться с конспектами лекций, изучить дополнительную литературу по темам курса.