



ПРИЛОЖЕНИЕ 1 К ООП

УТВЕРЖДЕНО УЧЕНЫМ СОВЕТОМ ИСИ В СОСТАВЕ ООП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Образовательная программа

Артист драматического театра и кино

Артист музыкального театра

Направление подготовки

52.05.01 Актёрское искусство

Уровень высшего образования

Специалитет



Составитель программы:

Зибарова Е.Е. – заведующая кафедрой физической культуры

© АНО ВО «Институт современного
искусства»



АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

| | | |
|---|---|-------------|
| Цели: | Формирование компетенций здорового образа жизни и физической культуры | |
| Задачи: | Обучение навыкам игры | |
| Компетенции обучающегося, формируемые в результате изучения дисциплины: | | УК-7 |

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

| | |
|-----------------|---|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| Знать: | <ul style="list-style-type: none"> – методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; – социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; – роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; – способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; – правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности |
| Уметь: | <ul style="list-style-type: none"> – организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; – использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни |
| Владеть: | <ul style="list-style-type: none"> – опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием; – способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; – методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма. |



| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> – методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; – методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях. |
|--|--|

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

| | |
|-------------------|----------------------|
| Цикл (раздел) ООП | Б1.В.ДВ.03.02 |
|-------------------|----------------------|

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами и/или практиками:

- Физическая культура и спорт (УК-7)

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

- 3.1.** Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 328 академических часов.
- 3.2.** Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в академических часах):

| Вид учебной работы | Кол-во академических часов по формам обучения | | |
|---|---|-------------------|---------|
| | очная | очно - заочная | заочная |
| Общая трудоемкость дисциплины | 328 | 328 | |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), ВСЕГО: | 144 | 96 | |
| Лекции (Л) | | | |
| Семинары (С) | | | |



| | | | |
|---------------------------------------|-----------|-----------|--|
| Практические занятия (ПЗ) | 144 | 96 | |
| Самостоятельная работа студента (СРС) | 184 | 232 | |
| Форма промежуточной аттестации | | | |
| Экзамен (Э) | | | |
| Зачет (З) | 5 семестр | 5 семестр | |
| Дифференцированный зачет (ДЗ) | 6 семестр | 6 семестр | |

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием для каждой темы:

- номера семестра учебного плана;
- количества академических часов, отведенного на её изучение с распределением по видам учебных занятий:
 - «Лек» - лекционные,
 - «ПрЗ» / «ИнЗ» / «С» – групповые и мелкогрупповые практические занятия / индивидуальные занятия / семинары,
 - «СРС» - самостоятельная работа студентов.
- формы текущего контроля успеваемости

| Для очной формы обучения | | | | Трудоемкость в часах | | | Формы текущего контроля успеваемости |
|--------------------------|---|------------|-----------------------|----------------------|-----|-----|--------------------------------------|
| № п/п | Наименование разделов и тем | № сем. УП | Объем в часах (всего) | Лек | ПрЗ | СРС | |
| 1. | Раздел 1. Шашки. | 5-6 | | | | | |
| | 1.1. Правила игры. Расстановка шашек. Способы защиты. Ходы. Виды партий. Основные приемы. Система психологической и физической подготовки шашиста | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.2. Английские шашки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.3. Русские шашки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.4. Поддавки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.5. Чапаев | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.6. Уголки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |



| Для очной формы обучения | | | | Трудоемкость в часах | | | Формы текущего контроля успеваемости |
|--------------------------|------------------------------------|------------|-----------------------|----------------------|-----|-----|--------------------------------------|
| № п/п | Наименование разделов и тем | № сем. УП | Объем в часах (всего) | Лек | ПрЗ | СРС | |
| | 1.7. Онлайн шашки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 1.8. Флеш шашки | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| 2. | Раздел 2. Шахматы. | 5-6 | | | | | |
| | 2.1 Шахматные фигуры. Правила игры | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 2.2 Тактика игры | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 2.3 Стратегия игры | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 2.4 Эндшпиль | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 2.5 Дебют | 5-6 | 23 | | 10 | 13 | Игра |
| | 2.6 Организация и проведение игр | 5-6 | 29 | | 14 | 15 | Игра |

| Для очно-заочной формы обучения | | | | Трудоемкость в часах | | | Формы текущего контроля успеваемости |
|---------------------------------|---|------------|-----------------------|----------------------|-----|-----|--------------------------------------|
| № п/п | Наименование разделов и тем | № сем. УП | Объем в часах (всего) | Лек | ПрЗ | СРС | |
| 1. | Раздел 1. Шашки. | 5-6 | | | | | |
| | 1.1. Правила игры. Расстановка шашек. Способы защиты. Ходы. Виды партий. Основные приемы. Система психологической и физической подготовки шашиста | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.2. Английские шашки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.3. Русские шашки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.4. Поддавки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.5. Чапаев | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |



| Для очно-заочной формы обучения | | | | Трудоемкость в часах | | | Формы текущего контроля успеваемости |
|---------------------------------|------------------------------------|------------|-----------------------|----------------------|-----|-----|--------------------------------------|
| № п/п | Наименование разделов и тем | № сем. УП | Объем в часах (всего) | Лек | ПрЗ | СРС | |
| | 1.6. Уголки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.7. Онлайн шашки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| | 1.8. Флеш шашки | 5-6 | 22 | | 6 | 16 | Игра |
| 2. | Раздел 2. Шахматы. | 5-6 | | | | | |
| | 2.1 Шахматные фигуры. Правила игры | 5-6 | 25 | | 8 | 17 | Игра |
| | 2.2 Тактика игры | 5-6 | 25 | | 8 | 17 | Игра |
| | 2.3 Стратегия игры | 5-6 | 25 | | 8 | 17 | Игра |
| | 2.4 Эндшпиль | 5-6 | 25 | | 8 | 17 | Игра |
| | 2.5 Дебют | 5-6 | 25 | | 8 | 17 | Игра |
| | 2.6 Организация и проведение игр | 5-6 | 25 | | 8 | 19 | Игра |

4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по разделам

Раздел 1. Шашки.

1.1. Правила игры. Расстановка шашек. Способы защиты. Ходы. Виды партий.

Основные приемы. Система психологической и физической подготовки шашиста

Место шашек в мировой культуре. Роль шашек в воспитании и развитии личности. Особенности психологической подготовки ребенка. Шашечная доска, поля, линии, их обозначение, легенда о возникновении шашек. Обучение алгоритму хода. Способы защиты. Открытые и двойные ходы. Выигрыш, ничья, виды ничьей. Решение упражнений на выигрыш в различное количество ходов. Обучение алгоритму хода. Выигрыш, ничья, виды ничьей. Решение упражнений на выигрыш в различное количество ходов. Упражнения на выполнение ходов пешками. Шашечный этюд. Решение элементарных комбинаций. Знакомство с понятиями «Размен», «Шлагбаум».

1.2. Английские шашки

Доска и начальная расстановка. Основные правила игры. Шашечная нотация

1.3. Русские шашки

Основные правила игры и отличительные особенности. Правила хода. Правила взятия. Выигрыш. Ничья. Нотация (основные знаки записи).



1.4. Поддавки

Правила игры. Стратегия. Тактика. Известные задачи. Виды поддавок.

1.5. Чапаев

Правила и приемы игры. «Рода войск» в игре. Варианты игры.

1.6. Уголки

Правила игры. Стратегия игры. Завершение игры.

1.7. Онлайн шашки

Различные сайты для игры в шашки он-лайн

1.8. Флеш шашки

Браузерная игра, требующая для игры установки на компьютер флеш-плеера, или флеш-плагина на браузер пользователя.

Раздел 2. Шахматы.

2.1. Шахматные фигуры. Правила игры

Белые и черные шахматы. Ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король. Расстановка фигур перед шахматной партией. Правило «ферзь любит свой цвет». Связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальным положением фигур. Правила хода и взятия каждой из фигур, игра "на уничтожение", белопольные и чернопольные слоны, одноцветные и разноцветные слоны, качество, легкие и тяжелые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки, взятие на проходе, превращение пешки. Правила турнирного поведения. Правило «тронул-ходи». Запись партий. Мат, ничья. Относительная ценность фигур.

2.2 Тактика игры

Понятие о тактике и комбинации. Основные тактические приемы. Разбор специально подобранных позиций, решение тематических этюдов.

2.3 Стратегия игры

Определение стратегии. Целесообразное развитие фигур, выбор плана, централизация. Практические занятия: разбор и разыгрывание с партнером специально подобранных позиций

2.4 Эндшпиль

Простейшие окончания. Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Правило квадрата. Мат различными фигурами. Разбор и разыгрывание с партнером специально подобранных позиций, решение задач.

2.5 Дебют

Определение дебюта. Задачи дебюта и принципы его разыгрывания. Разбор специально подобранных позиций и учебных партий, анализ наиболее часто повторяющихся ошибок.

2.6 Организация и проведение игр

Проведение игр. Разбор типичных ошибок.



5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся в процессе освоения дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам).

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Кол-во часов на СРС | Содержание и формы СРС | КОД формируемой компетенции |
|-------|---------------------------------|---|---|-----------------------------|
| 1. | Раздел 1. Шашки | 104 (очная форма) 128 (очно-заочная) | Подготовка к игре. Изучение правил игры. | УК-7 |
| 2. | Раздел 2. Шахматы | 80 (очная форма) 104 (очно-заочная) | Подготовка к игре. Изучение правил игры. | УК-7 |

5.2. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности реализация компетентностного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

5.3. Методы и средства организации и реализации образовательного процесса:

а) методы и средства, направленные на **теоретическую подготовку**:

- самостоятельная работа студентов;

б) методы и средства, направленные на **практическую подготовку**:

- практические навыки игры.

При реализации дисциплины применяются следующие виды учебной работы:

Самостоятельная работа обучающихся. Результат самостоятельной работы контролируется преподавателем. Самостоятельная работа может выполняться обучающимся в аудиториях, библиотеке, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Самостоятельная работа обучающихся подкрепляется учебно-методическим и информационным обеспечением, включающим учебники, учебно-методические пособия, аудио и видео материалы и т.д.



Для эффективного овладения дисциплиной предлагаются следующие методические рекомендации.

1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах.
2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, отслеживайте пробелы в теории и практике.
3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).
4. Осуществляйте пошаговый и итоговый самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд контрольных заданий, перечень форм и процедур, предназначенных для определения качества освоения обучающимися учебного материала, а так же методические указания по освоению дисциплины (модуля), описываются в отдельном документе «**Оценочные средства дисциплины**».

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1. Основная литература:

| № п/п | Авторы /составители | Наименование (заглавие) | Издательство, год |
|-------|------------------------|--|--|
| 1 | <u>Кокоулина О. П.</u> | Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие | Евразийский открытый институт 2011 г. http://www.knigafund.ru/books/186547 |
| 2 | <u>Чеснова Е. Л.</u> | Физическая культура: учебное пособие | Директ-Медиа 2013 г. http://www.knigafund.ru/books/184738 |

7.2. Дополнительная литература:

| № п/п | Авторы /составители | Наименование (заглавие) | Издательство, год |
|-------|----------------------|--|---|
| 1. | <u>Алхасов Д. С.</u> | Курс лекций по учебной дисциплине «Теория и история физической культуры» | Директ-Медиа 2014 г. http://www.knigafund.ru/books/181434 |



| № п/п | Авторы /составители | Наименование (заглавие) | Издательство, год |
|-------|----------------------|--|--|
| 2. | <u>Алхасов Д. С.</u> | Теория и история физической культуры (в таблицах и схемах): методическое пособие | Директ-Медиа 2014 г. http://www.knigafund.ru/books/182232 |
| 3. | — | Психология физической культуры: учебник | Спорт 2016 г. http://www.knigafund.ru/books/199279 |
| 4. | Рубанович, В. Б. | Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. | М. : Издательство Юрайт, 2017. — 264 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05130-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/F1DF558B-F2A7-4977-BF31-4F3509E330B8 . |
| 5. | Бегидова, Т. П. | Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. | М. : Издательство Юрайт, 2017. — 188 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04932-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293 . |
| 6. | — | Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. | М. : Издательство Юрайт, 2017. — 531 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/5710B85C-9645-4251-9323-07591D5F4790 . |

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ"

Современные профессиональные базы данных

- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru/>
- <http://elibrary.ru>
- <http://www.iprbookshop.ru/>
- <https://www.biblio-online.ru/>

Информационные справочные системы

- <http://window.edu.ru/> Информационная система «единое окно доступа к образовательным ресурсам»



9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

В процессе практических занятий используется следующее программное обеспечение:

- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Googlechrome»);
- программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»)

10. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

| Вид учебной работы | Тип аудитории с описанием материально-технического обеспечения |
|-------------------------------|--|
| Самостоятельная работа | Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением (шашки, шахматы) |
| Практические занятия | Аудитории для проведения практических занятий, оборудованные необходимым спортивным снаряжением (шашки, шахматы) |



ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

| Дата внесения изменений | Краткое описание изменений, внесенных в РГД | № протокола кафедры |
|-------------------------|---|---------------------|
| | <i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i> | |
| | <i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i> | |
| | <i>Актуализированы списки литературы, обновлен перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</i> | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |