

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний  
університет імені Володимира Винниченка  
Факультет спорту та фізичної культури  
Кафедра спортивних ігор та масових видів спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

В.о. завідувача кафедри



професор, доктор п.н. Лешенко Г.А.

« 29 » серпня 2025 року



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**ОК8; ОК6; ОК7; ЗП 1.07; ОК ЗП 09; ОК ЗП8; ОК ЗП7; ЗП 1.07 Фізичне**  
**виховання**  
**“Шахи”**

(шифр і назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Галузь знань: А Освіта; F Інформаційні технології

(шифр, назва галузі)

Спеціальність: \_\_; А4 Середня освіта за предметними спеціальностями: А4.04; А4.05; А4.15; А5.39; А4.07; А4.09; А4.10), А5 Професійна освіта; F3 Комп'ютерні науки, F6 Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект.

(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма Середня освіта (Математика та Фізика); Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія); Середня освіта (Географія) та красзнавчо-туристична робота; Інформатика та Робототехніка; Середня освіта (Технології); Середня освіта (Природничі науки); Професійна освіта (Цифрові технології); Комп'ютерні науки; Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект.

(назва)

Форма навчання денна

(денна, заочна.)

2025 – 2026 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни з фізичного виховання (Шахи)

(назва навчальної дисципліни)

розроблена на основі освітньо-професійної програми Середня освіта (Математика та Фізика); Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія); Середня освіта (Технології); Професійна освіта (Цифрові технології); Інтелектуальний аналіз даних; Комп'ютерні науки; Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект; Інформатика та Робототехніка; Середня освіта (Природничі науки); Середня освіта (Географія) та краєзнавчо-туристична робота.

(назва ОПП)

навчального плану підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня перший бакалаврський за спеціальністю усі спеціальності  
(шифр і назва спеціальності)

Розробники: Ковальова Ю.А. кандидат педагогічних наук, Залужений тренер України з плавання, старший викладач кафедри спортивних ігор та масових видів спорту Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка

(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні кафедри спортивних ігор та масових видів спорту  
Протокол № 1 від « 31 » серпня 2025 року

В.о.завідувача кафедри д.п.н., професор Лещенко Г.А.



(підпис)

( Г. А. Лещенко )

(прізвище та ініціали)

Робоча програма навчальної дисципліни фізичне виховання «Шахи» для студентів усіх спеціальностей за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти. ЦДУ імені В. Винниченка, 2025. 28 с.

© Ковальова Ю.А., 2025 рік  
© ЦДУ імені В. Винниченка,  
2025 рік

## 1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність навчальної програми Фізичне виховання «Шахи» пов'язана з питанням розвитку інтелектуальних і творчих здібностей особистості, її виховання на засадах загальнолюдських цінностей. Такий вид спорту, як шахи, є масовим та доступним для різних вікових груп населення. Зрозуміло, що шахи можуть допомогти не тільки талановитим та обдарованим студентам, а й студентам з особливими потребами, і з фізичними вадами. В умовах становлення української держави шахи посіли значне місце. Вони допомагають формувати в молоді як зацікавленість до розумової праці, так і культуру особистості. Підвищення інтелекту створює умови для формування особистісних рис громадянина України, які включають національну самосвідомість, духовність та культуру.

Шахи – це не тільки гра, яка дає багато радості, задоволення, але й дієвий, ефективний засіб їх розумового розвитку. Гра у шахи розвиває логічне, творче, комбіноване мислення як у початківців, та і у шахістів основного рівня навчання. Тренує оперативну пам'ять. Надзвичайно важлива роль шахів у формуванні особистості, здатної виробляти дії подумки, виховуючи тим самим посидючість та вдумливість.

### 1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями: А4.04; А4.05; А4.15; А5.39; А4.07; А4.09; А4.10), А5 Професійна освіта; F3 Комп'ютерні науки, F6 Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект. (шифр і назва)	Нормативна/ за вибором	
Індивідуальне навчально-дослідне завдання  (назва)	Спеціальність: <u>усі спеціальності</u> (шифр і назва)	Рік підготовки	
Загальна кількість годин – 120		1-й	-
		Семестр	
		І-ІІ-й	-
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4	Освітня програма <u>Середня освіта (Математика та Фізика);</u> <u>Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія);</u> <u>Середня освіта (Природничі науки);</u> <u>Інформатика та Робототехніка;</u> <u>Професійна освіта (Цифрові технології);</u> <u>Середня освіта (Технології);</u> Середня освіта (Географія) та краєзнавчо-туристична робота; <u>Середня освіта (Технології);</u> <u>Інтелектуальний аналіз даних;</u> <u>Комп'ютерні науки;</u> <u>Інформаційні системи та технології.</u>	0 год.	0 год.
		Практичні, семінарські	
		60 год.	0 год.
		Лабораторні	

	Штучний інтелект _____		
	(шифр і назва)	0 год.	0 год.
Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)		Самостійна робота	
		60 год.	0 год.
		Індивідуальні завдання:	
		0 год.	
		Вид контролю:	
	залік	-	

## 1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

*Мета* викладання навчальної дисципліни Фізичне виховання «шахи» є – розширити у студентів творчі можливості, підвищити рівень різнобічності та логічності мислення, розвиток самостійності, дисциплінованості, а також сприяти вихованню партнерській та конфліктній діяльності та зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, психічних якостей та рухових здібностей студентів; підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості, формування знань, вмінь і навичок здорового способу життя, дотримання особистої гігієни, загартування організму, запобігання травматизму.

### *Завдання:*

- навчити студентів грати у шашки дотримуючись правил гри;
- формувати вміння планувати власні дії, будувати тактику та стратегію своїх дій;
- тренувати в умінні взаємодіяти з партнером по грі, контролювати ситуацію, спокійно реагувати на свої невдачі та позитивно ставитися до успіхів суперника;
- довести студентів початківців до мінімального рівня та поінформованості першого юнацького розряду, а для тих, хто має вищий базовий рівень довести до 3-го розряду і вище.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студента мають бути сформовані такі *компетентності*:

ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в професійній освіті, що передбачає застосування певних теорій і методів педагогічної науки та інших наук відповідно до спеціалізації і характеризується комплексністю та невизначеністю умов

загальні	фахові
<b>A4 Середня освіта A4.04 Математика <a href="#">Середня освіта (Математика та Фізика)</a></b>	
ЗК 2 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність). ЗК 4 Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та	ПК 1 Здатність формувати в учнів ключові та предметні компетентності. ПК 4 Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу в

<p>відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність). ЗК 8. Здатність до навчання впродовж життя</p>	<p>умовах диференційованого навчання.</p>
<p><b>А4 Середня освіта А4.05 Біологія та здоров'я людини</b> <a href="#">Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія)</a></p>	
<p>ЗК3 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп (соціальна компетентність). ЗК4 Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність). ЗК6. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях ЗК 8 Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК9 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК10 Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.</p>	<p>ФК3 Здатність у процесі організації навчання, виховання і розвитку учнів добирати і використовувати сучасні і ефективні методики і технології навчання біології, хімії та здоров'я людини, організувати різні види і форми навчальної і пізнавальної діяльності учнів, у тому числі розвивати критичне мислення та формувати ціннісні ставлення. ФК7 Здатність визначати і враховувати в освітньому процесі вікові та інші індивідуальні особливості учнів, забезпечувати розвиток їхньої самооцінки, формувати мотивацію, забезпечувати розвиток здібностей учнів та організувати їхню пізнавальну діяльність. ФК11 Здатність організувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу, формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя. ФК12. Здатність здійснювати профілактично-просвітницьку роботу та освітню діяльність з питань формування, збереження і зміцнення здоров'я, профілактики шкідливих звичок, неінфекційних та соціально-небезпечних інфекційних хвороб, безпеки життєдіяльності. ФК19 Здатність здійснювати моніторинг власної педагогічної діяльності і визначати індивідуальні професійні потреби, умови та ресурси професійного розвитку впродовж життя.</p>
<p><b>А4 Середня освіта А4.07 Географія.</b> <a href="#">Середня освіта (Географія) та краєзнавчо-туристична робота</a></p>	
<p>ЗК6 навички забезпечення безпеки життєдіяльності та здорового способу життя, збереження здоров'я і високої працездатності.</p>	<p>ФК16 здатність організувати краєзнавчо-туристичну роботу в закладах освіти, планувати та проводити краєзнавчо-туристичні заходи, розробляти туристичні маршрути і тури відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці, основ гігієнічного та медичного забезпечення, особливостей фізичного розвитку учнів.</p>
<p><b>А4 Середня освіта А4.10 Технології</b> <a href="#">Середня освіта (Технології)</a></p>	

<p>ЗК 02 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня, учасників освітнього процесу.</p> <p>ЗК 07 Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я, вести здоровий спосіб життя, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку.</p>	<p>ФК 07 Здатність організувати безпечне освітнє середовище, формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя, здійснювати професійну діяльність із дотриманням вимог законодавства щодо охорони життя й здоров'я учнів (зокрема з особливими освітніми потребами) та використовувати здоров'язберезувальні технології під час освітнього процесу.</p>
<p><b>A5 Професійна освіта A5.39 Цифрові технології</b> <a href="#">Професійна освіта (Цифрові технології)</a></p>	
<p>ЗК 02. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя</p> <p>ЗК 08. . Здатність працювати в команді.</p>	
<p><b>F3 Комп'ютерні науки</b> <a href="#">Комп'ютерні науки</a></p>	
<p>ЗК11. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p>ЗК16. Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.</p>	
<p><b>F6 Інформаційні системи і технології</b> <a href="#">Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект</a></p>	
<p>КЗ 2. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>КЗ 10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у</p>	

розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.	
<b>A4 Середня освіта A4.09 Інформатика.</b> <a href="#">Інформатика та Робототехніка</a>	
ЗК.07 Здатність формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя, зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я під час професійної діяльності.	
<b>A4 Середня освіта A4.15 Природничі науки.</b> <a href="#">Середня освіта (Природничі науки)</a>	
<p>ЗК1. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК2. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) та здатність реалізовувати свої права та обов'язки як члена суспільства; усвідомлення цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідності його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина.</p> <p>ЗК3. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>ЗК4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК5. Здатність до пошуку, оброблення, зберігання, аналізу перетворювати і передавати інформації з різних джерел природничого характеру, критично оцінюючи її.</p> <p>ЗК6. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК7. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК8. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК10. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.</p> <p>ЗК11. Здатність використовувати сучасні цифрові технології і пристрої для дослідження природничих явищ; створювати інформаційні ресурси з природничих наук.</p> <p>ЗК12. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p>	<p>ФК12. Здатність здійснювати профілактично-просвітницьку роботу та освітню діяльність з питань формування, збереження і зміцнення здоров'я, профілактики шкідливих звичок, неінфекційних та соціально-небезпечних інфекційних хвороб, безпеки життєдіяльності.</p>

### 1.3. Очікувані програмні результати навчання:

#### знати:

- навчити студентів орієнтуватися на площині;
- простим комбінаціям і ходам, окремим ідеям декількох відкритих та напіввідкритих початків;
- навчити планувати власні дії, будувати тактичні прийоми та мотиви у нападі та захисті (стратегію своїх дій);
- володіння поняттям позиційної переваги і уміння її отримувати;
- перетворити у матеріальну в міттельшпілі та у ендшпілі;
- навчити знаходити різні способи виконання ігрових завдань.

#### вміти:

- логічно та послідовно реалізувати значну матеріальну перевагу в складних позиціях та зайвого пішак в елементарних закінченнях;
- боротися за нічию та досягати її у гірших, але теоретично нічийних позиціях;
- передбачити варіанти на 3 напівходи вперед.
- аналізувати ситуацій та позицій в ігровій обстановці, а також логічно мислити в різних непередбачених ігрових обставинах.

#### комунікація:

- встановлення соціально-психологічного комунікативного контакту, індивідуально орієнтовану взаємодію, що забезпечує творчий характер процесу навчання.

#### автономія і відповідальність

- здатність до освоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе критично; поглиблення базових знань з допомогою самоосвіти; вміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег.
- виявляти готовність діяти соціально відповідально та свідомо; приймати рішення на підставі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства.

### Програмні результати навчання

#### A4 Середня освіта A4.04 Математика [Середня освіта \(Математика та Фізика\)](#)

ПРН15 Здатний ефективно працювати, як особистість і як член команди, а також ефективно співпрацювати з учнівським, учительським та батьківським колективами, попереджувати конфлікти.

#### A4 Середня освіта A4.05 Біологія та здоров'я людини [Середня освіта \(Біологія та здоров'я людини, Хімія\)](#)

РН5 Володіє системою необхідних сучасних знань з біології, здоров'я людини, хімії, методик навчання та виховання, демонструє критичне розуміння подій та явищ в предметній сфері професійної діяльності та готовність до застосування набутих знань.

РН16 Знає закономірності розвитку особистості, вікові особливості учнів, їхню психологію та специфіку сімейних стосунків, застосовує диференціацію навчання, організовує освітній процес з урахуванням особливих потреб учнів.

PH18 Усвідомлює цінність захисту незалежності, територіальної цілісності та демократичного устрою України.

PH20 Уміє створити оптимальні умови навчального процесу з урахуванням гігієнічних норм і індивідуальних особливостей учнів, які сприяють збереженню здоров'я і всебічному розвитку особистості з позицій здорового способу життя

PH22 Знає будову та функції організму людини, основні принципи збереження й зміцнення здоров'я, вміє надавати першу медичну допомогу, формувати ціннісні орієнтації щодо здорового способу життя; застосовує в освітньому процесі здоров'язбережувальні та оздоровчі технології.

PH25 Вміє визначати відповідність власних професійних компетентностей чинним вимогам та враховувати у власному професійному розвитку зміни в системі освіти, в діяльності закладу освіти, в учнівському колективі.

#### **A4 Середня освіта A4.10 Технології** [Середня освіта \(Технології\)](#)

ПРН 06 Називає і пояснює принципи проєктування психологічно безпечного й комфортного освітнього середовища з дотриманням вимог законодавства щодо охорони життя й здоров'я учнів (зокрема з особливими освітніми потребами), технології здоров'язбереження під час освітнього процесу, способи запобігання та протидії булінгу і налагодження ефективної співпраці з учнями та їх батьками.

ПРН 111. Виявляє навички роботи в команді, адаптації та дії у новій ситуації, прийняття ефективних рішень та самостійної діяльності в професійній сфері, відповідальне ставлення до обов'язків, ініціює та мотивує інших до спільного досягнення цілей, пояснює необхідність забезпечення рівних можливостей і дотримання гендерного паритету у професійній діяльності.

#### **A5 Професійна освіта A5.39 Цифрові технології** [Професійна освіта \(Цифрові технології\)](#)

ПРН 04. Розуміти особливості комунікації, взаємодії та співпраці в міжнародному культурному та професійному контекстах.

ПРН 05. Володіти культурою мовлення, обирати оптимальну комунікаційну стратегію у спілкуванні з групами та окремими особами.

ПРН 11. Володіти психолого-педагогічним інструментарієм організації освітнього процесу

ПРН 20. Емпатійно взаємодіяти, відповідати за прийняття рішень в межах своєї компетенції, дотримуватися стандартів професійної етики.

ПРН 25. Забезпечувати рівні можливості і дотримуватися принципів гендерного паритету у професійній діяльності.

#### **F3 Комп'ютерні науки** [Комп'ютерні науки](#)

ПР1. Застосовувати знання основних форм і законів абстрактнологічного мислення, основ методології наукового пізнання, форм і методів вилучення, аналізу, обробки та синтезу інформації в предметній області комп'ютерних наук.

#### **F6 Інформаційні системи і технології** [Інформаційні системи та технології. Штучний інтелект](#)

ПР 10. Розуміти і враховувати соціальні, екологічні, етичні, економічні аспекти, вимоги охорони праці, виробничої санітарії, пожежної безпеки та існуючих державних і закордонних стандартів під час формування технічних завдань та рішень.

#### **A4 Середня освіта A4.09 Інформатика.** [Інформатика та Робототехніка.](#)

ПРН.12 Знання ознак безпечного освітнього середовища. Уміння організувати освітнє середовище з урахуванням правил безпеки життєдіяльності. Знання методик і технологій формування культури здорового та безпечного способів життя учнів.

#### **A4 Середня освіта A4.15 Природничі науки.** [Середня освіта \(Природничі науки\)](#)

ПРНУ7. Уміє знаходити, обробляти та аналізувати інформацію з різних джерел, насамперед за допомогою інформаційних, цифрових і хмарних технологій.

ПРНК2. Пояснює фахівцям і не фахівцям стратегію сталого розвитку людства та екологічної безпеки і шляхи вирішення глобальних проблем людства.

**A4 Середня освіта A4.07 Географія.** [Середня освіта \(Географія\) та краєзнавчо-туристична робота](#)

ПРН23 моделює, організовує та проводить краєзнавчо-туристичні заходи, вміє розробляти туристські маршрути та тури відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці, основ гігієнічного та медичного забезпечення, особливостей фізичного розвитку учнів.

**014 Середня освіта (за предметними спеціальностями) 014.08 Середня освіта (Фізика та астрономія)**

## **2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Розділ I. Основи техніки і тактики гри в “шахи”**

**Тема 1** Основи загальної схеми гри в “шахи”.

**Зміст:**

- 1.1. Ознайомлення з якісними показниками шахових фігур.
- 1.2. Навчити тактичним та комбінаційним прийомам гри.
- 1.3. Навчально-тренувальна гра в “шахи”.
- 1.4. Розвиток швидкісних якостей.

**Тема 2.** Навчальна комбінаційна гра.

**Зміст:**

- 2.1. Навчити тактичним прийомам гри на початку партії.
- 2.2. Навчити розвивати ходові дії шахматних фігур.
- 2.3. Навчити розміну фігур в складній ігровій ситуації.
- 2.4. Навчально-тренувальна гра з партнерами (з відповідним аналізом).

**Тема 3.** Основні тактичні дії гравців в середині партії

**Зміст:**

- 3.1. Продовження збільшення обсягу практичних умінь і навиків в процесі навчально-тренувальних ігор.
- 3.2. Тактичні дії розгорнутої дії легких фігур (слони, коні).
- 3.3. Участь в турнірних змаганнях.
- 3.4. Розвиток витривалості.

**Тема 4.** Основи техніки гри при пішакових змаганнях.

**Зміст:**

- 4.1. Навчити умінню оцінювати підсумок дебюту (перевага чи нічия).
- 4.2. Навчити пішаковим закінченням партії (проведення пішаків).
- 4.3. Турнірні ігри.
- 4.4. Виконання контрольних нормативів - біг на короткі дистанції (біг 30 м та спортивна ходьба ( 500-1000 м).

**Розділ II. Основні тактичні дії гравців гри комбінаційних перебудовах в процесі гри**

**Тема 5.** Комбінаційні перебудови гри “приверненні”, коли своя фігура заважає власним силам.

**Зміст:**

- 5.1. Вибір комбінаційних позицій при перекритті лінії дій фігурами.
- 5.2. Тактичні дії гравців при ситуації “далеко просунутий пішак”.
- 5.3. Варіанти турових закінчень в процесі навчально-тренувальної гри.
- 5.4. Розвиток сили м’язів плечового поясу.

**Тема 6.** Ситуаційні варіанти комбінаційних рішень при подвійному зв’язуванні “Хрест”.

**Зміст:**

- 6.1. Вибір композиційної гри при “блокуванні” фігур сторони, яка атакує.
- 6.2. Вибір комбінаційних позицій при нападі на короля.
- 6.3. Розв’язання комбінаційних завдань.
- 6.4. Турнірні ігри в “шахи”.

**Тема 7.** Тактичні дії гравців при ферзевих закінченнях.

**Зміст:**

- 7.1. Вибір комбінаційної гри “перекриті” лінії дій фігур в процесі навчальних ігор.
- 7.2. Побудова матових конструкцій за участю ферзевих дій гравцями - супротивниками.
- 7.3. Психологічна витривалість гравців під час атаки та захисту під час гри в “шахи”.
- 7.4. Кваліфікаційні змагання серед студентів відділення.

**Тема 8.** Різновиди комбінаційних перебудов при “позиційних” досягненнях.

**Зміст:**

- 8.1. Різновиди комбінаційних перебудов при “зв’язуванні”
- 8.2. Вибір комбінаційних дій при “розблокуванні”.
- 8.3. Перебудова стратегічних дій при формування.
- 8.4. Оволодіння основними засобами розвитку силових якостей. Вправи з використанням власної ваги тіла і окремих його частин. Вправи з використанням ваги партнера та з її протидією, з протидією пружних предметів, з використанням гімнастичних снарядів та тренажерів (згинання і розгинання рук в упорі лежачи, присідання)

### **Розділ III. Проблеми теорії та практичних дій середини гри в “шахи”**

**Тема 9.** Перехід з дебюту в стадію середини гри.

**Зміст:**

- 9.1. Реалізація дебютної переваги за вибраним планом.
- 9.2. Приміщення атаки в середині гри, проведення атаки в центрі.
- 9.3. Методичні прийоми шліфування дебютного репертуару.

#### 9.4. Стратегічні дії при відкритих лініях по діагоналі.

**Тема 10.** Вибір комбінаційних перебудов при “позиційному досягненні” належної гри.

**Зміст:**

- 10.1. Гра в захисті при коневій вилці. Вибір кращого варіанту захисту.
- 10.2. Варіанти комбінаційної гри при “відверненні” фігур від охорони важливих стратегічних об’єктів.
- 10.3. Розв’язування комбінаційних завдань тренувальна гра.
- 10.4. Розвиток спритності.

**Тема 11.** Побудова матових конструкцій за участю легких фігур.

**Зміст:**

- 11.1. Різновиди комбінаційних перебудов при “перекритті” лінії дій фігур.
- 11.2. Тактичні дії гравців при нападі на короля.
- 11.3. Перебудова гри в нападі при матеріальній перевазі.
- 11.4. Навчально-тренувальна гра.

**Тема 12.** Різновиди комбінаційних перебудов при наявності патових мотивів.

**Зміст:**

- 12.1. Вибір комбінаційних дій при побудові “фортеці”.
- 12.2. Тактичні дії гравців при легко фігурному закінченні партії.
- 12.3. Бліц-турніри зустрічі гравців.
- 12.4. Характеристика фізичних вправ, які застосовуються для розвитку спритності (човниковий біг 4X9м.). Оволодіння основними засобами розвитку гнучкості. Вправи на розтягування м’язів, сухожиль та суглобових зв’язок із збільшеною амплітудою рухів, яка повільно збільшується; вправи із збільшенню амплітудою руху за допомогою партнера, з залученням ваги та ін. (контрольний норматив – гнучкість).

**Розділ IV. Стратегія і тактика: практичний аналіз навчальних партій**

**Тема 13.** Оцінка реальної якості при виконанні загальних планів і конкретних рішень.

**Зміст:**

- 13.1. Розбір різновидів композиційних дій при проведенні пішаках.
- 13.2. Вибір композиційних дій при “зв’язуванні” фігур.
- 13.3. Розбір вибору перебудов при “розблокуванні” (звільнені поля).
- 13.4. Навчально-тренувальні ігри. Участь у турнірі відділення.

**Тема 14.** Розбір варіантів комбінаційних дій при “позиційній перевазі”.

**Зміст:**

- 14.1. Тактичні дії гравців при закінченні навчальних партій.
- 14.2. Різновиди комбінаційних перебудов при наявності патових мотивів.

- 14.3. Розв'язування комбінаційних завдань.  
 14.4. Розвиток силових якостей гравців (вправи з набивними'ячами).

**Тема 15.** Суттєві дії з гравців при підборі варіантів нападу “на короля”.

**Зміст:**

- 15.1. Вибір варіантів комбінаційних перебудов при патовій ситуації.  
 15.2. Тактичні дії гравців при відверненні нападі “на короля”.  
 15.3. Кваліфікаційні турніри серед гравців відділення.  
 15.4. Розвиток стрибучості.

**Тема 16.** Стратегічні плани та їх втілення в розрахунку на швидку перемогу суперника.

**Зміст:**

- 16.1. Тактичні дії при турових закінченнях партії.  
 16.2. Тактичні дії при ферзевих закінченнях партії.  
 16.3. Участь у блицтурних гравців відділення.  
 16.4. Аналіз найбільш результативних ігрових партій.

### 3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назва змістових модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усьо го	у тому числі				
л		п	кон с	п.к	с.р	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Розділ І. Основи техніки і тактики гри в “шахи”</b>						
Тема 1. Якісна характеристика шахматних фігур, та загальна схема гри в “шахи”	8		4			4
Тема 2. Основні тактично-комбінаційні прийоми гри в “шахи”	8		4			4
Тема 3. Набуття тактично-комбінаційних прийомів в турнірних змаганнях	8		4			4
Тема 4. Основи техніки бігу на короткі дистанції та спортивної ходьби	8		4			4
Разом за розділ І	32		16			16
<b>Розділ ІІ. Основні тактичні дії гравців</b>						
Тема 5. Комбінаційні перебудови гри “приверненні”, коли своя фігура заважає власним силам.	8		4			4
Тема 6. Ситуаційні варіанти комбінаційних рішень при подвійному зв'язуванні “Хрест”	8		4			4
Тема 7. Тактичні дії гравців при ферзевих закінченнях	8		4			4

Тема 8. Різновиди комбінаційних перебудов при “позиційних” досягненнях. Розвиток силових якостей.	4		2			4
Разом за розділ II	28		14			14
<b>Розділ III. Проблеми теорії та практичних дій середини гри в “шахи”</b>						
Тема 9. Перехід з дебюту в стадію середини гри	8		4			4
Тема 10. Вибори кращого варіанту захисту	8		4			4
Тема 11. . Побудова матових конструкцій за участю легких фігур	8		4			4
Тема 12. Вибір комбінаційних перебудов при побудові “фортеці”. Розвиток спритності (човниковий біг 4X9м.), розвиток гнучкості.	8		4			4
Разом за розділ III	32		16			16
<b>Розділ IV. Стратегія і тактика: практичний аналіз навчальних партій</b>						
Тема 13. Оцінка реальної якості при виконанні загальних планів гри	8		4			4
Тема 14. Розбір варіантів комбінаційних дій при зв’язуванні фігур. Розвиток силових якостей гравців (вправи з н/м’ячами).	8		4			4
Тема 15. Турнірні ігри відкритої першості відділення. Розвиток стрибучості.	8		4			4
Тема 16. Стратегічні плани і їх втілення в розрахунку на швидку перемогу суперника	4		2			2
Разом за розділ IV	28		14			14
	120		60			60

#### 4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

##### 4.1. Теми лекційних занять

##### 4.1.1 денна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
	Разом	

##### 4.1.2 заочна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		

2		
		Разом

## 4.2. Теми семінарських (практичних) занять

### 4.2.1 денна форма навчання

№ з.п.	Назва теми	Кіл-сть годин
<b>Розділ I. Основи техніки і тактики гри в “шахи”</b>		
1	Якісна характеристика шахматних фігур, та загальна схема гри в “шахи”	4
2	Основні тактично-комбінаційні прийоми гри в “шахи”	4
3	Набуття тактично-комбінаційних прийомів в турнірних змаганнях	4
4	Основи техніки бігу на короткі дистанції та спортивної ходьби	4
	Разом годин за Р I	16
<b>Розділ II. Основні тактичні дії гравців</b>		
5	Комбінаційні перебудови гри “приверненні”, коли своя фігура заважає власним силам.	4
6	Ситуаційні варіанти комбінаційних рішень при подвійному зв’язуванні “Хрест”	4
7	Тактичні дії гравців при ферзевих закінченнях	4
8	Різновиди комбінаційних перебудов при “позиційних” досягненнях. Розвиток силових якостей.	2
	Разом годин за Р II	14
<b>Розділ III. Проблеми теорії та практичних дій середини гри в “шахи”</b>		
9	Перехід з дебюту в стадію середини гри	4
10	Вибори кращого варіанту захисту	4
11	Побудова матових конструкцій за участю легких фігур	4
12	Вибір комбінаційних перебудов при побудові “фортеці”. Розвиток спритності (човниковий біг 4X9м.), розвиток гнучкості.	4
	Разом годин за Р III	16
<b>Розділ IV. Стратегія і тактика: практичний аналіз навчальних партій</b>		
13	Оцінка реальної якості при виконанні загальних планів гри	4
14	Розбір варіантів комбінаційних дій при зв’язуванні фігур. Розвиток силових якостей гравців (вправи з н/м’ячами).	4
15	Турнірні ігри відкритої першості відділення. Розвиток стрибучості	4

16	Стратегічні плани і їх втілення в розрахунку на швидку перемогу суперника	2
	Разом годин за Р IV	14
	Всього годин	60

#### 4.2.2 заочна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
	Разом	

#### 4.3. Теми лабораторних занять

##### 4.3.1 денна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
	Разом	

##### 4.3.2 заочна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
	Разом	

#### 4.4. Завдання для самостійної роботи

##### 4.4.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Шахи в Україні. Шляхи шахів на українську землю. Шахові осередки в Україні (м. Миколаїв, м. Харків, м. Донецьк, м. Київ, м. Львів, Галичина). Шахові чемпіонати України. Видатні шахісти України (І.Є. Болеславський, Л.Руденко, О. Константинопольський, Ю. Сахаров, Л.Штейн).	4

2	Пішакові закінчення. Техніка гри в рівних позиціях (при пішаках на одному і різних флангах). Теорія "відповідності полів" і значення темпу. Дослідження Н.Григорєва. Приклади. Роль захищеного прохідного пішака. Опозиція як частковий випадок полів відповідності. Етюд М. Ботвинника (1939 р.)	4
3.	Турові закінчення. Позиція Філідора. Способи відтіснення короля слабшої сторони на одну вертикаль від рухомого пішака (в закінченнях 16 тура і пішак проти тури). Приклади виграшу і нічиєї. Деякі аналізи Авербаха та інших дослідників. Дві позиції В. Раузера. Тура, два пішаки проти тури (складні приклади). Позиції А.Шерона і Г.Каспаряна (тури з пішаками).	4
4.	Легкофігурні закінчення. Взаємна цінність стрільця і коня. Партії (закінчення): Спаський-Фішер (1965р.); Петросян-Авербах (1950р.); Авербах-Фуллер(1967р.). Використання переваги: легка фігура за одну, або два пішаки (приклад). Мат стрільцем і конем. Етюд Ю. Каена.	4
5.	Шахова композиція. Аналітичні і художні твори і їх тематика. Зв'язок між етюдом і практичною партією. Приклади. Етюд В. і М.Платових.	4
6.	Історія міжнародних шахів. Перший міжнародний турнір в Лондоні (1851р.). Творчість О.Андерсена і П.Морфі. В.Стейніц і його вчення як основа мистецтва попозиційної гри. Х.-Р.Капабланка і його віртуозна техніка. Розгляд партій (позицій) чемпіонів світу із поясненням основ стратегії і тактики гри. Вибрані партії сучасних гросмейстерів.	4
7.	Помилки в дебютних схемах і їх профілактика. Дебютні проблеми - мобілізація і взаємодія сил, боротьба за центр, накопичення позиційної переваги, обмеження рухливості 4фігур суперника та інше. Уважність у пішакових ходах. Приклади.	4
8.	Стратегія і тактика. План під час наступу і під час оборони. Взаємозв'язок між стратегією і тактикою. Засоби стратегії і тактичні прийоми. Приклади. Виграш і втрата темпу. Гальмування і блокада. Приклади. Стратегія в іспанській партії, в Чигоринському захисті іспанської партії. Стратегія в захисті Каро-Канн.	4
9.	Комбінаційні мотиви в середині партії. Розвиток комбінаційних здібностей (вправи). Значення турнірної практики і розв'язування етюдів. Комбінаційні жертви (атака на короля, що не рокірувався, мат на крайній	4

	горизонталі, відволікання, зв'язка, перекриття). Роль комбінаційного відчуття. Комбінації, засновані на властивостях окремих фігур. Приклади.	
10.	Теорія дебютів. Систематичний розгляд найбільш вживаних сучасних дебютів з розкриттям їх ідейних принципів і аналізом головних продовжень. Іспанська партія (відкритий варіант) з ходами 1.e4 e5 2.Kf3 Kc6 3.Cb5 a6 4.Ca4 Kf6 5.0-0 Ke4. Приклади. Сицілійський захист (шевенінгенський варіант). Приклади з минулої та сучасної практики. Особливості боротьби стрільців проти коней (у відкритих і закритих позиціях). Захист Німцовича. Сучасні варіанти в цьому дебюті: а) розміни пішаків в центрі; б) варіант з ходом 7. ... Kbd7; в) система Земіша за білих. Приклади. Дебют Реті: фіанкетування стрільців, тиск на центр і 17 фланги без передчасного фіксування центральних пішаків на центральних полях. Головні продовження. Приклади.	4
11.	Атака в своєму розвитку. Оцінка позиції і особливості. Приклади. Боротьба за ініціативу в дебюті і при переході в середину гри. Використання турями сьомої лінії. Володіння ініціативою - передумова до атаки. Чигорін і Альохін - видатні майстри атаки. Партії з поясненням.	2
12.	Ферзеві закінчення. Реалізація матеріальної переваги у ферзевих закінченнях на прикладах провідних шахістів світу. Приклади.	2
13.	Краса в шахах. Естетика шахової гри в етюдних і практичних партіях (красиві комбінаційні задуми, оригінальні жертви, нові ідеї, складні багаточисельні розгалуження, "тихі ходи" та інше). Еволюція стилів в шахах. Краса шахової думки (в оцінці Альохіна, Ботвинника, Таля, Котова) як джерело творчого інтересу до шахового мистецтва.	2
14.	Питання вдосконалення шахіста. Загальні зауваження щодо вивчення шахів. Пам'ять і увага. Комбінаційна і позиційна гра, оцінка позиції і розрахунок варіантів. Активність думки і пошук плану. Особливості гри ведучих гросмейстерів. Вибір найкращого плану, цейтнотні труднощі і самоконтроль. Спортивний режим, фізична культура до і під час змагання.	4
15.	Практика. Тематика практичних занять подана при лекціях із розрахунку в середньому 1-2 години на одне заняття. Перевірка домашнього завдання. Розгляд	4

	типових комбінацій, партій відомих шахістів. Аналіз закінчень. Сеанси одночасної гри з ходами 1.e4 і 1.d4 з подальшим переглядом найбільш цікавих партій. Повторення пройденого і методичне узагальнення основних дебютних принципів у відкритих, напіввідкритих і закритих початках.	
16.	Гра в шахи з шаховим комп'ютером "МЕФІСТО". Перевірка і закріплення учнями набутих знань та навиків з теорії і практики шахової гри на рівні "с3", "с4", "с5", "с6", шахового комп'ютера "МЕФІСТО". Використання мережі Інтернет для одержання додаткової інформації з шахів.	4
17.	Кваліфікаційні шахові турніри 2-1-го розряду. Участь учнів в кваліфікаційних шахових турнірах 2-1-го розряду. Виконання нормативу 1-го розряду і підтвердження нормативу 2-го розряду. Використання шахових годинників. Запис партій. Вручення кваліфікаційних посвідчень 2-1-го розряду.	2
	Разом	60

#### 4.4.2 заочна форма навчання

Не передбачено.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
	Разом	

#### 4.5. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Не передбачено.

#### 4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни фізичне виховання «шахи» передбачено комплексне використання різноманітних методів організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп'ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, мозковий штурм, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань, кейс-метод, проєктний метод тощо).

Навчання руховим діям забезпечується використанням різноманітних методів і методичних прийомів, як словесних (розповідь, бесіда) так і практичного метода - демонстраційного (безпосередній показ фізичних вправ).

За рівнем самостійної розумової діяльності використовуються проблемно-інформаційний, проектно-пошуковий, дослідницький методи.

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

1) Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
- наочні (презентація, демонстрування, показ);
- практичні методи (вправи; практичні завдання).

2) Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- метод проблемного викладу матеріалу;
- моделювання життєвих ситуацій;
- мозковий штурм;
- метод опори на життєвий досвід;
- навчальної дискусії.

3) Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:

- усного контролю;
- письмового контролю;
- самоконтролю та взаємоконтролю;
- рецензування відповідей.

#### **4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти.**

##### **Порядок та критерії виставлення балів**

Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання можуть бути:

- стандартизовані тести;
- аналітичні звіти, реферати, есе;
- розрахункові та розрахунково-графічні роботи;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- завдання на лабораторному обладнанні, реальних об'єктах тощо;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

Використовуються такі методи контролю (усний, письмовий), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів до навчально-пізнавальної діяльності.

**Поточний контроль.** *Завданням поточного контролю є* перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно опрацьовувати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

*Об'єктами поточного контролю знань студента є* систематичність та активність роботи на заняттях; виконання студентами окремих видів навчальної

роботи і оцінювання нарахуванням рейтингових балів за різнопланову поточну роботу шляхом контролю відвідування практичних занять, складання контрольних нормативів, участь у змаганнях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню можуть підлягати: рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах на практичних заняттях; активність при обговоренні питань практичного заняття; результати тестування тощо.

У разі невиконання завдань поточного контролю студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом завідувача кафедри. Порядок такого контролю регламентований викладачем.

**Підсумковий контроль.** *Завданням підсумкового контролю* є комплексне оцінювання якості засвоєння навчального матеріалу за сумою балів чотирьох розділів (відвідування та складання контрольних нормативів).

У кінці навчального року на основі підсумкового контролю виставляється залік.

**До заліку зараховуються: форми неформальної освіти з фізичного виховання:** очна (тренінги, майстер-класи, семінари, майстерні тощо), дистанційна (дистанційні курси, вебінари) та **форми інформальної освіти з фізичного виховання:** відеуроки, медіа-консультації, проведення практичного заняття, незаплановані випадкові бесіди з фізичного виховання – від 10 до 20 балів.

#### **4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:**

1. Історія виникнення та розвитку шахів у світі та в Україні.
2. Роль FIDE у розвитку міжнародного шахового руху.
3. Значення шахів у системі фізичного виховання і спорту.
4. Місце шахів у програмі Міжнародного олімпійського руху та їх статус як виду спорту.
5. Соціально-виховний потенціал шахів.
6. Шахівниця та початкове розташування фігур.
7. Ходи шахових фігур і їх особливості.
8. Поняття «шах», «мат», «пат», «нічия».
9. Спеціальні правила: рокіровка, взяття на проході, перетворення пішака.
10. Контроль часу в шахах (класичні, швидкі шахи, бліц).
11. Система проведення шахових турнірів (колова, швейцарська система).
12. Суддівство та регламент змагань.
13. Поняття дебюту, мітельшпілю та ендшпілю.
14. Принципи гри в дебюті (розвиток фігур, контроль центру, безпека короля).
15. Основні тактичні прийоми (вилка, зв'язка, подвійний удар, відкритий шах).
16. Стратегічні поняття: слабкі поля, відкриті лінії, ініціатива.
17. Значення пішакової структури в партії.
18. Основи техніки реалізації матеріальної переваги.
19. Вплив шахів на розвиток логічного мислення.
20. Формування концентрації уваги та пам'яті засобами шахів.

21. Шахи як засіб розвитку емоційної стійкості спортсмена.
22. Методика навчання шахів у закладах освіти.
23. Особливості роботи тренера з шахів.
24. Мотиваційні аспекти навчання грі в шахи.
27. Аналіз шахової партії: етапи та методика.
28. Використання комп'ютерних програм у підготовці шахіста.
29. Планування тренувального процесу з шахів.
30. Самостійна робота шахіста над підвищенням кваліфікації.

#### 4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

Поточне тестування													сума			
Розділ I				Розділ II				Розділ III				Розділ IV				Підсумкова річна
T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4	
Бали за розділ				Бали за розділ				Бали за розділ				Бали за розділ				
4	4	4	12	4	4	4	14	4	4	4	12	4	4	4	14	100
24				26				24				26				

**Примітка:** T<sup>1</sup> T<sup>2</sup> T<sup>3</sup> T<sup>4</sup> (за розділами I, II, III, IV) – студент отримує по 2 бали за відвідування кожного практичного заняття (до 60 балів).

T<sup>4</sup> – студент отримує за виконання вимог контрольних нормативів (до 8 балів).

T<sup>4</sup> (розділ II, IV) – додатково участь у змаганнях (2 бали).

I, II, III, IV – розділи практичних занять;

#### Нормативи

##### Розділ I

Вправа	Бали					
		4	3	2	1	
Згинання і розгинання рук в упорі лежачі	ж	18	16	14	11	
	ч	40	35	30	26	
Спортивна хода	500 м	ж	3,30	3,40	3,50	4,00
	1000 м	ч	5,40	6,00	6,20	6,40

##### Розділ II

Вправа	Бали				
		4	3	2	1
Присідання	ж	35	30	25	15
	ч	45	35	25	20
Утримання кута сидячи	ж/ч	30	25	20	10
Участь у відкритому турнірі відділення (зайняте місце) (додатково)		За I, III	За IV- V	За VI- VII	За IX-X

##### Розділ III

Вправа	Бали				
		4	3	2	1
		4	3	2	1

Човниковий біг 4X9м.	ж	10.8	11.0	11.5	12.0
	ч	9.5	9.8	10.2	10.5
Гнучкість	ж	20	18	16	9
	ч	16	14	12	8

#### Розділ IV

Вправа	Бали				
		4	3	2	1
Стрибок у довжину з місця (на вибір)	ж	180	170	160	140
	ч	210	200	195	190
Кидок набивного м'яча (1 кг) однією рукою від плеча)	ж	9	8	7	6
	ч	14	13	12	11
Піднімання зігнутих ніг на дробині (на вибір)	ж	22	18	14	10
	ч	30	24	18	12
Участь у відкритій першості відділення (зайняте місце з трьох партій) (додатково)		За I, II	За III-IV	За V-VI	За VII-VIII

**Примітка:** сеанси одночасної гри можуть проводитися під час відкритої першості відділення.

#### Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Шкала ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
<b>90-100</b>	<b>A</b>	відмінно	зараховано
<b>82-89</b>	<b>B</b>	добре	
<b>74-81</b>	<b>C</b>		
<b>64-73</b>	<b>D</b>	задовільно	
<b>60-63</b>	<b>E</b>		
<b>35-59</b>	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
<b>1-34</b>	<b>F</b>	незадовільно	не зараховано

## 5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

### 5.1. Рекомендована література

#### Основна

1. Бліц Д. І. Шахова гра як засіб розвитку мислення учнів. Вісник Київського університету імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогіка. Психологія. Соціальна робота. 2015. Вип. 2(5). С. 9-12.

2. Королев Є.В., Трофименко Є.Ю. Розвиток мислення молодших школярів через шахи: методика і вправи // Початкова школа. 2017. № 1. С. 32-34.

3. Крочиус Н. Психологічна підготовка шахматиста. Х., 1979.
4. Лаврова Л.А. Використання шахів у навчанні молодших школярів // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми та шляхи формування. 2018. Вип. 30(40). С. 89-94.
5. Лазарев Ю. Творчість шахістів України. Київ: Здоров'я, 1982.
6. Лазарев Ю. Комбінації і пастки в шахах. Київ: Радянська школа, 1984.
7. Липницький І. Вибрані партії шахістів України. Київ: Держменздрав УРСР, 1983.
8. Марусенко П., Лазарева Т. Шаховий гурток у школі. Київ: Радянська школа. 1983.
9. Марусенко П., Лазарева Т. е2-е4? (шахові початки). Радянська школа, 1983.
10. Марусенко П. Лазарева Т. Чемпіони світу з шахів. Київ : Радянська школа, 1984.
11. Савчук А.М. Застосування шахів у навчанні старших школярів // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Педагогічна». 2016. Вип. 35. С. 116-120.
12. Семенко Ю. Шахи в Україні. Львів: Календар. 1993.
13. Яремко І. 100 персон львівського спорту. Львів, Тріада плюс, 2010. 388 с.
14. Хоменко І.В. Використання шахів як засобу розвитку творчих здібностей учнів // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2015. Вип. 1(41). С. 268-273.

#### **Допоміжна**

1. Атаманюк С.І., Кириченко О.В., Терьохіна О.Л., Горобей Н.В. Традиційні та нетрадиційні оздоровлення організму для студентів всіх спеціальностей. Запоріжжя: ЗНТУ, 2012р. 38с.
2. Кириченко О.В., Терьохіна О.Л., Горобей Н.В. Методичні вказівки до контролю за станом здоров'я студента спеціального медичного відділення та ЛФК. Запоріжжя: ЗНТУ, 2013р. 22с.
3. Ковальова Ю.А., Мотузенко Т.Є. Проведення занять з фізичного виховання зі студентами звільненими від фізичних навантажень у закладах вищої освіти. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. – Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб.наук. праць / За ред. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2023. Випуск 3К (162)23. С. 187-192.
4. Методичні вказівки з дисципліни “Фізичне виховання”. Самоконтроль фізичного розвитку та функціональних можливостей організму при заняттях фізичними вправами і спортом. Укладачі: Напалкова Т.В., Мілкіна О.В. ЗНТУ, 2009. 10с.
5. Adriaanse, M. A., Gomila, A., & Murre, J. M. J. (2019). Chess expertise and its role in cognitive enhancement. *Frontiers in Psychology*, 10, 1286.

6. Charness, N. (1992). The impact of chess research on cognitive science. *Psychological Research*, 54(1), 4-9.
7. De Groot, A. D. (1978). *Thought and choice in chess*. Mouton Publishers.
8. Fernández-Espejo, A. (2018). The cognitive benefits of chess and other complex board games. *Frontiers in Neuroscience*, 12, 169.
9. Gobet, F., & Campitelli, G. (2006). Educational benefits of chess instruction: A critical review. In R. J. Sternberg & D. D. Preiss (Eds.), *Intelligence and Exceptionality: New Directions for Theory, Assessment, and Instruction* (pp. 61-78). Lawrence Erlbaum Associates.
10. Guzmán-Sepúlveda, J. R., Herrera, A. A., & Hamilton, D. (2018). The effect of chess instruction on academic and noncognitive outcomes: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30(4), 1089-1109.
11. Ramirez-Moreno, J. M., & Hämmäläinen, J. A. (2018). The cognitive and neural bases of chess expertise. *Frontiers in Psychology*, 9, 235.
12. Sala, G., & Gobet, F. (2017). Does chess instruction improve mathematical problem-solving ability? Two experimental studies with an active control group. *Learning and Individual Differences*, 57, 20-29..

## **5.2. Методичне забезпечення**

Програма курсу (робоча навчальна програма, силабус); методичні рекомендації до вивчення окремих тем. Лекційні матеріали, презентації, конспекти лекцій. Завдання для самостійної роботи студентів, матеріал для тестування, картки, періодична і наукова література, доступ до бібліотечних і мережевих джерел інформації.

Технічні засоби для демонстрування презентацій (ноутбук), корпоративний університетський сервіс Google Classroom (он-лайн, самостійна робота студента).

Програми для обробки інформації.

1. Ковальова Ю.А. Мотузенко Т.Є. Організація занять з фізичного виховання зі студентами спеціальної медичної групи у закладах вищої освіти. Стаття. – Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. – Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб.наук. праць / За ред. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Випуск 3К (110)19. С. 260-264. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K\(162\).38](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).38)

2. Ковальова Ю.А., Фріга Л.В. Організація та проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти. Методичні рекомендації. Кропивницький : ПП «Центр оперативної поліграфії «Авангард», 2018. 116с.

3. Ковальова Ю.А. Проведення занять з фізичного виховання зі студентами звільненими від фізичних навантажень у закладах вищої освіти. Стаття. – Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. – Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб.наук. праць / За ред. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2023. Випуск 3К (162) 23. С. 187-192.

### 5.3. Інформаційні ресурси

1. <http://catalog.i.ua/catalog/179/?s=1>
2. [http://vit-ol.com/news/shakhi\\_ta\\_shashki\\_rajonni\\_ta\\_oblasni\\_zmagannja/2011-03-23-326](http://vit-ol.com/news/shakhi_ta_shashki_rajonni_ta_oblasni_zmagannja/2011-03-23-326)
3. <http://www.bucha.com.ua/index.php?newsid=1151068395>
4. <http://svoboda.te.ua/sport/shahi-i-shashki.-chempioni-traditsiynih-turniriv.html>
5. [http://admvol.at.ua/news/provedeno\\_zmagannja\\_iz\\_gri\\_u\\_shakhi\\_ta\\_shashki/2011-12-02-382](http://admvol.at.ua/news/provedeno_zmagannja_iz_gri_u_shakhi_ta_shashki/2011-12-02-382)
6. <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/162/155>
8. Литвинець А. Історія виникнення шахів на українських землях [Електронний ресурс] / Антон Литвинець, Ігор Янків, Святослав Попович, Назарій Вітер // Спортивна наука України. – № 4 (55). – С. 43–48. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/162/155>
9. Федерація шахів України [Електронний ресурс]. Режим доступу : <http://ukrchess.org.ua/>
10. Шахи в Україні [Електронний ресурс] // Матеріали з Вікіпедії – вільної енциклопедії. – Режим доступу : <http://uk.wikipedia.org/wiki/>

### 6. ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

1. Академічна доброчесність – суворе дотримання принципів чесності, відмова від плагіату, самостійне виконання завдань, коректне посилання на використані джерела. **(6.1. Щодо академічної доброчесності.** Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральноукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка» (зі змінами)(затверджене вченою радою, протокол №7 від 05.02.2024)).

2. Під час практичних занять створюється творчий простір, невимушена атмосфера для формування практичних умінь і навичок. Активна участь у навчальному процесі – відвідування лекцій і практичних занять, участь у дискусіях, групових проєктах, презентаціях.

3. Регулярність і своєчасність виконання завдань – дотримання встановлених термінів подання індивідуальних і групових робіт, підготовка до обговорень.

4. Поєднання теорії з практикою – використання знань для розробки власних міні-досліджень, участь у наукових заходах (конференції, семінари, круглі столи).

5. Самостійна робота – обов’язкове опрацювання рекомендованої літератури, виконання індивідуальних завдань, написання есе, наукових статей або рефератів.

6. Взаємоповага та академічна культура – толерантне ставлення до думок інших, конструктивна критика та дотримання норм професійної етики.

7. Система оцінювання – враховується активність роботи на заняттях, теоретико-практична підготовка, урахування поточної активності, якості виконаних завдань, рівня самостійних досліджень, підсумкового контролю.

8. **6.2. Особливі умови складання дисципліни для військових**, які знаходяться в зоні бойових дій (протокол №7 від 05.02.2024 (зі змінами)(затверджене вченою радою Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка). Для студентів, які проходять військову службу в зоні бойових дій, створюються умови, що враховують їхню специфічну ситуацію. Оцінювання знань таких студентів може здійснюватися у наступних форматах: усні відповіді (через доступні засоби зв'язку); письмові відповіді (надіслані електронною поштою, через месенджери або інші доступні засоби комунікації); інші форми зворотного зв'язку, які враховують технічні можливості та безпекову ситуацію студента.

Строки складання і виконання завдань для таких студентів можуть бути адаптовані, щоб забезпечити їхню можливість завершити дисципліну в умовах обмеженого доступу до навчальних ресурсів. Усі питання організації складання і комунікації вирішуються індивідуально з викладачем та відповідальними особами кафедри.

### 9. 6.3. Щодо неформальної та інформальної освіти

Відповідно до положення університету про Порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, в Центральноукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка (протокол № 9 від 26 грудня 2022 р. ([https://cusu.edu.ua/images/files-2023/VЗЯО/Порядок\\_неформальна\\_освіта\\_2022.pdf](https://cusu.edu.ua/images/files-2023/VЗЯО/Порядок_неформальна_освіта_2022.pdf))). (пункт 1.9, 3.5, 3.6.)

Умови перезарахування результатів неформальної освіти:

1. Відповідність навчальній програмі дисципліни (участь у заходах інформальної освіти (конференціях, семінарах, тренінгах тощо) повинна відповідати темам, передбаченим робочою програмою дисципліни).

2. Форма звітування (за вибором студента) презентація або усне повідомлення.

3. Підтверджуючі документи (сертифікат, програма тощо).

4. Оцінювання. Якщо результати неформальної освіти охоплюють лише частину навчальних результатів, передбачених певним освітнім компонентом, студенту зараховуються лише окремі види навчальної роботи, які відповідають змісту заходу. Оцінювання здійснюється згідно з порядком, визначеним робочою програмою дисципліни, із обов'язковим відсотковим переведенням відповідно до встановленої кількості балів за: розділ, тему, навчальну активність.

Отримані результати включаються до підсумкового оцінювання дисципліни. Максимальна кількість балів, що може бути зарахована за участь у заходах неформальної освіти, визначається в межах кількості балів, передбачених робочою програмою на відповідний розділ/тему/завдання.

Процедура проходження неформальної освіти в межах освітнього компоненту:

1. Студент інформує викладача про участь у заході, погоджуючи його доцільність та відповідність курсу.
2. Після подає підтверджуючі документи.
3. Обирає формат представлення результатів (презентація або усне повідомлення).
4. Оцінювання викладачем. Нарахування балів.

10. 6.4. щодо додаткових балів.

*Для заохочення студентів передбачено систему додаткових балів.*

*до 4-х балів – брав активну участь у іграх(з викладачем) та дискусіях під час практичних занять (мінімум 6 разів);*

*Наукова стаття з тематики дисципліни:*

*3 бали – в університетських виданнях.*

*4 бали – в інших виданнях України та поза її межами.*

*Участь у змаганнях:*

*2 бали – зайняте призове місце в студентській універсіаді.*

*3 бали – зайняте призове місце на всеукраїнських змаганнях.*

У разі відсутності студента з поважних причин (хвороба, виїзд на змагання, збори відсутність підтверджується відповідними документами), він повинен попередити викладача обираючи для себе зручний спосіб (наприклад, в усній формі особисто викладачу, відправивши повідомлення на Viber або на електронну пошту). Ми завжди зможемо прийняти альтернативні заходи для виконання завдань. Кожному студенту дозволено один раз бути відсутнім без поважної причини. У разі неодноразової відсутності з неповажних причин такі студенти втрачають право отримати оцінку вище 80 балів. Студенту, який не зміг вчасно виконати завдання надається можливість працювати за індивідуальним графіком, розробленим викладачем.