МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА №3»

Программа рекомендована
Педагогическим советом
МБУ ДО «СШОР №3»
Протокол №3 от 24.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «СШОР №3»
Морозов Дмитрий Николаевич Подписано цифровой подписью: Морозов Дмитрий Николаевич Дата: 2025.06.23 10:25:24 +07'00' _____Д.Н.Морозов
(подпись) (инициалы, фамилия)
Приказ № 36 от 01.10. 2024г
.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»

Разработана на основании Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» приказ Минспорта РФ № 952 от 09.11.2022г. и внесения изменений, утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации от 06.09.2023г. № 638 (зарегистрированных 17.10.2023г. № 75607)
Программа реализуется в организациях, осуществляющих спортивную подготовку

Срок реализации программы неограничен

Составители программы:
тренер высшей категории,
мастер ФИДЕ
Н. Н. Зыкина,

заместитель директора по
методической работе
О.В. Барутенко,

Барнаул, 2024 год

Оглавление

I. **Общие положения** 4
1.1. Спортивные дисциплины в виде спорта «шахматы» 4
1.2 Цель Программы 4
1.3. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки 5
1.3.1 Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки 6
1.3.2 Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки 7
1.3.3 Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки 9
1.3.4 Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки 18
1.3.5 Календарный план воспитательной работы. 24
1.3.6 План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним. 27
1.3.7 Планы инструкторской и судейской практики 29
1.3.8 Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств
1.4 Система контроля 32
1.4.1 Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях 32
1.4.2 Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки 34
1.4.3 Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки. 35
1.4.4 Рабочая программа по виду спорта «шахматы» 56
II. Нормативы физической подготовки 86
2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку 86
2.1 Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы» 86
2.2 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «шахматы» 87

2.3 Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «шахматы» 88
2.4 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «шахматы» 88
III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях. 89
3.1 Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся 89
3.1.1 Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся 89
3.1.2 Половые и возрастные группы спортсменов 90
IV. Особенности осуществления спортивной подготовки отдельным по спортивным дисциплинам 91
V. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки 92
5.1 Результаты прохождения спортивной подготовки 92
5.2 Требования к результатам 92
VI. **Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия**. 93
6.1 Материально-технические условия реализации Программы 93
6.2 Кадровые условия реализации Программы 97
6.3 Информационно-методические условия реализации Программы 100

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»

I. Общие положения

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке, в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта, в спортивных дисциплинах: шахматы, блиц, быстрые шахматы, шахматная композиция, заочные шахматы, с учетом совокупности с учетом минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 09.11.2022 года № 952[1] (далее – ФССП) и изменений утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации от 06.09.2023г. № 638 (зарегистрированных 17.10.2023г. № 75607).

1.1 Спортивные дисциплины вида спорта

«Шахматы» – это абстрактно - игровой вид спорта с специальными фигурами на 64-клеточной доске для двух соперников, в которой каждый игрок должен завершить все ходы в установленное время, составляющее 60 минут и больше.

«Блиц» – это игра, в которой каждый игрок должен завершить все ходы в установленное время, составляющее 10 или меньше минут

«Быстрые шахматы» – это игра, в которой каждый игрок должен завершить все ходы или в установленное время, составляющее больше 10 минут, но меньше 60 минут.

«Шахматная композиция» — создание составление шахматных задач и этюдов.

Заочные шахматы – вид шахматных соревнований, в которых участники находятся на удалении друг от друга, а процесс передачи ходов осуществляется путём применения технических средств связи, таких как почта, телеграф, телефон, интернет и др..

«Шахматы – командные соревнования» – соревнования между коллективами игроков.

1.2 Цель программы

Целью Программы является подготовка спортсменов высокой квалификации, спортивного резерва для сборных команд России и Алтайского края, достижения спортивных результатов обучающимися на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и

поэтапного процесса спортивной подготовки, организации, планирования и проведения учебно-тренировочного процесса с лицами, проходящими спортивную подготовку (далее - спортсменами) в МБУ ДО «СШОР №3».

1.3 Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитана по виду спорта «шахматы» на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей Программу, ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях

Данная программа предназначена для групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, групп совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

1.3.1 Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки с учетом приложения №1 ФССП (Таблица 1).

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Таблица 1

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации	5	8	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	10	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	12	2

1.3.2 Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с учетом приложения №2 ФССП (Таблица 2).

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Таблица 2

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	6	8	12	14	16	20	24

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	Свыше трех лет		
Общее количество часов в год	312	416	624	728	832	1040	1248

1.3.3 Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- учебно-тренировочные занятия;
- учебно-тренировочные мероприятия с учетом приложения №3 ФССП (Таблица 3);
- спортивные соревнования с учетом приложения №4 ФССП (Таблица 4);

Виды (формы) обучения учебно-тренировочных занятий зависят от года спортивной подготовки.

Форма организации образовательного процесса: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая.

Фронтальная форма – работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.).

Коллективная – организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми обучающимися одновременно.

Групповая – организация работы совместные действия, общение, взаимопомощь, наставничество в малых группах, в т. ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого обучающегося. Группы могут выполнять одинаковые или разные задания. Состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности.

Индивидуально – групповая форма обучения организуется для отработки отдельных навыков и партнерских взаимодействий

Виды проведения обучения: лекция, беседы, игра, разыгрывание позиций, конкурсы, викторины, мастер-классы, занятие–эстафета, занятие–конкурс, занятие–игра, соревнование, тренинг, презентации, вебинары и др.

Все перечисленные формы организации занятий могут являться составной частью занятия в различных сочетаниях (за исключением официальных соревнований), а также использоваться самостоятельно, вне связи друг с другом.

Виды учебно-тренировочных мероприятий, предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки, специальные учебно-тренировочные мероприятия

Таблица 3

№	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно–тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям			21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России			18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям		14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта			14	
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и специальной физической подготовке	–	14	18	18

№	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно–тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
2.2.	Восстановительные мероприятия	–	–	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	–	–	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		–	–
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	–	До 60 суток		

Объем соревновательной деятельности

Таблица 4

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	3	4	4	4	4	1
Отборочные	-	2	2	2	4	4
Основные	-	1	1	2	3	4

1.3.4 Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки с учетом приложения №5 ФССП (Таблица 5).

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Таблица 5

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия (%)	Этапы и годы спортивной подготовки								
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До 2х лет		Свыше 2х лет	Свыше 3х лет			
Количество часов в неделю		6	8	12	12	14	16	16	20	24
1	Общая физическая подготовка	14-16	8-14	4-8	4-8	4-8	4-8	4-6	4-6	4-6
2	Специальная физическая подготовка	–	–	4-6	4-6	4-6	4-6	4-6	4-6	4-6
3	Участие в спортивных соревнованиях	–	2-4	3-5	3-5	3-5	3-5	5-12	5-12	5-14
4	Техническая подготовка	32-42	32-40	30-32	30-32	30-32	30-32	32-34	31-33	30-32
5	Тактическая, теоретическая психологическая подготовка	44-48	44-48	42-46	42-46	42-46	42-46	42-46	40-42	40-42
6	Инструкторская и судейская практика	–	1-3	2-4	2-4	2-4	2-4	2-4	2-4	2-4
7	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1-3	1-3	2-4	2-4	2-4	2-4	2-4	4-6	5-7
Всего часов		312	416	624	624	728	832	832	1040	1248

Годовой учебно-тренировочные план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на каждом этапе спортивной подготовки составлены в соответствии с приложением №2 и №5 ФССП (Таблицы 6)

Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий

Таблица 6

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап Начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До 2х лет	До 3х лет	Свыше 3х лет			
		Недельная нагрузка в часах							
		6	8	12	14	16	16	20	24
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	3	3	3		4	4
		Наполняемость групп (человек)							
		10	10	6	6	6	6	2	2
1.	Общая физическая подготовка	46	42	50	54	50	50	62	50
2.	Специальная физическая подготовка	–	–	36	42	42	42	62	50
3.	Участие в спортивных соревнованиях	1	1	31	32	39	77	124	175
4.	Техническая подготовка	113	168	192	231	264	276	323	375
5.	Тактическая подготовка	54	80	90	120	130	130	150	150
6.	Теоретическая подготовка	78	100	154	166	224	191	242	326
7.	Психологическая подготовка	12	12	35	35	30	30	24	24
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	5	6	5	5	6	6
9.	Инструкторская практика	–	5	14	14	11	8	9	10
10.	Судейская практика	–	–	4	4	10	10	12	15
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	6	6	6	6	9	9
12.	Восстановительные мероприятия	2	2	7	18	21	7	17	58
Общее количество часов в год		312	416	624	728	832	832	1040	1248

Годовые учебно-тренировочные планы, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки (Таблицы 7–14)

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов группы начальной подготовки первого года (6 часов в неделю)

Таблица 7

№	**группа НП-1**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	46
2	Техническая подготовка	10	10	10	9	9	10	10	9	9	9	9	9	113
3	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144
4	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1			2					1	2	2	1	9
	Всего часов:	27	26	26	26	24	26	26	25	26	27	27	26	312

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов группы начальной подготовки 2 года (8 часов в неделю)

Таблица 8

№	**группа НП-2**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	42

№	**группа НП-2**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
	подготовка													
2	Техническая подготовка	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	168
3	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	192
4	Инструкторская и судейская практика			2				2		1				5
5	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2			2					1	2	2		9
	Всего часов:	36	34	36	34	32	34	36	34	34	36	36	34	416

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов учебно – тренировочной группы 1-2 года обучения (12 часов в неделю)

Таблица 9

№ п/п	**группа УТ-1,2**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
2	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3	Участие в спортивных соревнованиях		1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	31
4	Техническая подготовка	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	192

№ п/п	группа УТ-1,2	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	24	24	24	23	23	23	23	23	23	23	23	23	279
6	Инструкторская и судейская практика	1		2	2	2	2	1	3	2	3			18
7	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	3			3				3		3	3	18
	Всего часов:	51	52	52	51	54	51	51	52	54	52	52	52	624

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов учебно-тренировочной группы 3 года обучения (14 часов в неделю)

Таблица 10

№	группа УТ-3	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	6	6	6	3	3	3	3	4	6	5	5	54
2	Специальная физическая подготовка	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	42
3	Участие в спортивных соревнованиях		2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32
4	Техническая подготовка	18	21	18	21	18	18	18	21	18	21	21	18	231
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	27	27	27	27	27	27	27	27	24	27	27	27	321
6	Инструкторская и судейская практика	1		2	2	2	2	1	3	2	3			18

№	группа УТ-3	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
7	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	30
	Всего часов:	56	63	61	65	59	58	58	62	57	66	63	60	728

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов учебно-тренировочной группы 4 года обучения (16 часов в неделю)

Таблица 11

№	группа УТ-4	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
2	Специальная физическая подготовка	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	42
3	Участие в спортивных соревнованиях		3	6	6	6		3	6	6			3	39
4	Техническая подготовка	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	264
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	36	33	33	30	30	33	30	30	30	33	33	33	384
6	Инструкторская и судейская практика	1	2		2	1	4	3	1	1	3	3		21
7	Медицинские, медико-биологические восстановительные	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	32

№	группа УТ-4	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
	мероприятия, тестирование и контроль													
	Всего часов:	69	72	69	69	69	69	70	69	69	69	69	69	832

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов учебно-тренировочной группы 5 года обучения (16 часов в неделю)

Таблица 12

№ п/п	группа УТ-5	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
2	Специальная физическая подготовка	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	42
3	Участие в спортивных соревнованиях	7	7	7	7	7	2	4	8	7	2	5	14	77
4	Техническая подготовка	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	276
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	30	30	30	30	30	30	27	27	30	30	30	27	351
6	Инструкторская и судейская практика	2				2	4	3	1		3	3		18
7	Медицинские, Медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1	2	1		3	3	3	2	3			18

№ п/п	**группа УТ-5**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
	Всего часов:	69	70	69	69	69	69	69	69	69	69	69	72	832

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов группы совершенствования спортивного мастерства
(20 часов в неделю)

Таблица 13

№ п/п	**группа ССМ**	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	62
2	Специальная физическая подготовка	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	62
3	Участие в спортивных соревнованиях	10	11	10	11	10	10	10	11	10	10	10	11	124
4	Техническая подготовка	27	27	27	27	27	26	27	27	27	27	27	27	323
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	34	35	35	34	34	35	34	35	34	35	35	36	416
6	Инструкторская и судейская практика	3	1	3	1	3	2	3		3	2			21
7	Медицинские, медикобиологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	32
	Всего часов:	87	87	87	86	87	85	87	86	87	87	87	87	1040

Годовой план учебно-тренировочных занятий для шахматистов группы высшего спортивного мастерства
(24 часов в неделю)

Таблица 14

№	группа ВСМ	Периоды												Количество часов в год
		Соревновательный				Переходно-восстановительный				Подготовительный				
	Виды подготовки	Месяцы												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
1	Общая физическая подготовка	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
2	Специальная физическая подготовка	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
3	Участие в спортивных соревнованиях	14	15	14	15	15	14	15	14	15	14	15	15	175
4	Техническая подготовка	31	32	31	32	31	31	31	31	32	31	31	31	375
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	42	40	42	42	40	42	42	42	42	42	42	42	500
6	Инструкторская и судейская практика	2	1	2	1	4	2	1	3	2	3	2	2	25
7	Медицинские, медико-биологические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	73
	Всего часов:	104	104	103	104	104	103	105	104	105	104	104	104	1248

1.3.5 Календарный план воспитательной работы.

Результаты шахматиста, их масштаб и стабильность зависят не столько от таланта и чисто шахматного искусства, но в огромной степени и от человеческих качеств, состояния здоровья, запаса энергии, работоспособности, боевого духа, уверенности в собственных силах, умения поддерживать высокий уровень концентрации внимания, духовно – нравственной воспитанности и других.

В календарном плане воспитательной работы предусмотрены мероприятия целенаправленные на формирование тех свойств и качеств их психики, которые обеспечивают высокую результативность спортивной деятельности.

В условиях спортивной школы организовано комплексное воспитание спортсменов: психологическое, педагогическое, социальное.

Главная цель воспитательной программы – воспитание духовно развитой личности с позитивным отношением к жизни и активной гражданской позицией.

Задачи воспитательной программы направлены:

- на развитие индивидуальных творческих способностей у обучающихся;
- на воспитание желания и стремления юных спортсменов к самопознанию, самовоспитанию, самосовершенствованию;
- на воспитание позитивного отношения к себе, на развитие «Я концепции», нравственных качеств личности;
- на развитие у обучающихся, концентрированного, критического, абстрактного мышления, способности решать проблемы, со стратегическим планированием, способным к саморазвитию.
- общественной активности, на формирование умения вести диалог и готовность к сотрудничеству, на развитие у обучающихся норм и принципов общечеловеческой морали;
- на воспитание чувства уважения к родителям, семье, на воспитание уважение к другим людям, терпимости к чужому мнению, традициям;
- на воспитание у обучающихся наличия интересов и потребностей совершать поступки в соответствии с сформированными моральными и нравственными идеалами и ценностями, на воспитание ответственности, самостоятельности, добросовестного отношения к учебной и трудовой деятельности.
- на создание условий для адаптации и самореализации, как в детских коллективах, так и в современном обществе в целом;

Оценка духовно – нравственной воспитанности обучающихся определяется тремя видами критериев: психологических, педагогических и социальных.

Психологическая подготовка помогает спортсменам, играет в целом важную роль в достижении успеха в спорте, укрепить свою мотивацию и уверенность в своих силах, эффективно справляться со стрессом, улучшать свою концентрацию.

Педагогическое воспитание, направленно на достижение высоких спортивных результатов на основе всестороннего гармоничного развития личности, совершенствование нравственных качеств, мысли и чувства спортсмена, воспитание устойчивых норм поведения и общечеловеческих ценностей. Особое значение уделяется формированию у обучающихся идеалов, образов, к которым им нужно стремиться, которые будут являться для них ценными примерами поведения.

Социальное воспитание – это целенаправленное создание условий материальных, духовных, организационных для развития обучающихся. Первичная социализация обучающихся шахматистов заключается в сфере межличностных отношений, вторичная социализация — сфера социальных отношений.

Социальное воспитание имеет практико-ориентированный характер. Организационно социальное воспитание осуществляется в МБУ ДО «СШОР

№3» через коллектив, в спортивно-игровой команде в условиях спортивно-ориентированного обучения.

Результатами социального воспитания обучающимися являются:

1. приобретение социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и социальной жизни;
2. получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом;
3. получение опыта самостоятельного общественного действия, в котором они становятся, а не просто узнают о том, как стать, гражданином, социальным деятелем, свободным человеком.

Для достижения результатов первого уровня организовывается взаимодействие учащихся с носителем положительного социального опыта, с которым обучающийся будет иметь возможность идентифицировать себя, брать с него позитивный пример.

Для достижения второго уровня результатов организовывается возможность позитивного эмоционального переживания чего-либо как ценности и позитивного эмоционального подкрепления этого переживания в дружественной просоциальной среде, в дружественном коллективе, в общении со сверстниками.

Для достижения результатов третьего уровня организовывается возможность получения опыта самостоятельного общественного действия в окружающем социуме. Воспитательные эффекты, как правило, возрастают при переходе с одного уровня результатов на другой. Чем выше уровень результатов, тем больших воспитательных эффектов мы можем ожидать. Но переход с одного уровня воспитательных результатов на другой должен осуществляется постепенно, поэтапно.

Для того, чтобы тренировка имела воспитывающий характер, в ней рационально сочетаются теоретические и практические занятия. При обучении и воспитании важным является то, чтобы обучающийся умел не только выполнять то или иное двигательное действие, но и знал его научно – теоретические основы.

Формы реализации задач воспитания:

- изучение психологических особенностей учащихся (наблюдение, индивидуальные и групповые собеседования с учащимися и родителями).
- тематические занятия, дискуссии, диспуты, ролевые, деловые, образовательные игры, встречи.

В связи с тем, что в процессе воспитания особое внимание отводится сохранению и укреплению здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку, поэтому в программе особо выделяются здоровье сберегающие технологии, используемые в процессе воспитательной работе.

Календарный план воспитательной работы (Таблица 15) составляется организацией на год с учетом годового учебно-тренировочного плана - графика, календарного плана спортивных соревнований и иных мероприятий учебно-тренировочного процесса.

Календарный план воспитательной работы

Таблица 15

	Направление воспитательной работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	**Профориентационная деятельность**		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; приобретение навыков судейства спортивных соревнований	Учебно-тренировочный график
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; формирование навыков наставничества; формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование склонности к педагогической работе	Учебно-тренировочный график года
2.	**Здоровье сбережение**		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта	В течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся, формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима, продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимального питания, профилактики переутомления и травм, поддержки физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета	Режим учебно-тренировочный процесса
2.3	Медико-биологическое	Исследование организма спортсмена	Учебно-

	Направление воспитательной работы	Мероприятия	Сроки проведения
	исследование	после/до тренировочной и соревновательной деятельности	тренировочный график
3.	**Патриотическое воспитание**		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание чувства гордости за свою страну, свой край, ответственности перед Родиной, уважение гос. символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	Учебно-тренировочный график
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; тематических физкультурно-спортивных праздниках,	Учебно-тренировочный график
3.3	День защитника Отечества	Беселы, встречи, соревнования «А ну-ка, мальчики!»	Февраль
3.4	Мемориал памяти героя Советского Союза Глушкова И.В	Беседы о подвиге Глушкова И.В.– участника Великой Отечественной войны, командира эскадрильи 10-го отдельного разведывательного авиационного полка. Соревнования	Апрель
3.5	Шахматы сражаются	Беседы о шахматной жизни в стране в период 1941—1945 гг.	Май
4.	Духовно-нравственное воспитание		
4.1.	Духовно – нравственное развитие личности (в ходе социализации развитие личностной сферы)	Участие в мероприятиях, в рамках которых предусмотрено: расширение и закрепление ценностно– смысловой области деятельности личности, формирование способности обучающегося, основываясь на традиционных моральных нормах и нравственных идеалах, проводить оценку и осознано выстраивать отношения к себе самому.	Учебно-тренировочный график в течение года
4.2.	Духовно – нравственное развитие личности (в ходе социализации развитие сферы общественных отношений)	Участие в мероприятиях, в рамках которых предусмотрено приобретение навыков выстраивать отношения с окружающими людьми, обществом	Учебно-тренировочный график в течение года
4.3.	Духовно-нравственное воспитание гражданина России, развитие сферы государственных отношений.	Участие в мероприятиях, в рамках которых предусмотрено: приобретения и осваивания учащимся фундаментальных основ национальных ценностей и государству.	Учебно-тренировочный график в течение года
	«Зимние забавы».		Январь
	Международный женский	Соревнования, посвященные 8 марта. «А	Март

	Направление воспитательной работы	Мероприятия	Сроки проведения
	день, 8 марта	ну-ка, девочки!»	
	Международный день семьи	Соревнования среди семейных команд « А вместе мы можем больше!»	15 мая
	День города	Конкурсы, соревнования	сентябрь
	День учителя	Ролевая игра	октябрь
5.	**Социально- культурная практика**		
5.1	Правовые практики: (готовность отстаивать, защищать свои права, права других людей, применяя как знания самих прав и свобод, так и умения их реализовывать)	Игры и психологические тренинги для развития у обучающихся потребностей и способностей к самопознанию «Узнай себя»; самоопределению «Выбирай себя»; самореализации «Проявляй себя»; саморегуляции «Контролируй себя»; совместной деятельности с другими «Действуй совместно».	Учебно-тренировочный график в течение года
5.2	Практики культурной идентификации (познание обучающимися мира культуры, а также осознания, одухотворения и реализации себя в мире культуры).	Коммуникативные, речевые, игровые, организационные, изобразительные мероприятия, формирующие у обучающегося представления о себе, семейных традициях; о мире, обществе, его культурных ценностях; о государстве и принадлежности к нему; развитие и возможность реализации собственного художественного замысла обучающегося и воплощения его и др.; интеграция в национальную, российскую и мировую культуру с учетом региональных особенностей.	Учебно-тренировочный график в течение года
5.3.	Практики целостности телесно-душевно-духовной организации личности обучающегося	Мероприятия, способствующие формированию у обучающегося целостности физического развития, овладению им основными культурно-гигиеническими навыками, самостоятельному выполнению доступных возрасту гигиенических процедур, а также соблюдению элементарных правил здорового образа жизни; эмоционально-ценностного развития (эмоциональной отзывчивости; сопереживания другому; способность планировать действия на основе первичных ценностных представлений); духовного развития (любознательности, способности решать интеллектуальные задачи; способности планировать свои действия).	Учебно-тренировочный график в течение года
5.4.	Практики свободы (выбора обучающимся самостоятельной деятельности по интересам и позволяющие ему взаимодействовать со	Познавательные конкурсы, викторины, игры, экскурсии, спортивные праздники и соревнования, выставки, встречи с интересными людьми, с целью научить обучающихся проявлять активность; принятию живого заинтересованного	Учебно-тренировочный график в течение года

	Направление воспитательной работы	Мероприятия	Сроки проведения
	сверстниками или действовать индивидуально)	участия; формированию способности управлять своим поведением; овладению конструктивными способами изменять стиль общения со взрослыми или сверстниками в зависимости от ситуации; формированию способности планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели, способности самостоятельно действовать в повседневной жизни, в различных видах деятельности.	
5.5.	Практики расширения возможностей ребенка	Исследовательские, коммуникативные, игровые, конструктивные мероприятия, направленные на развитие способности решать интеллектуальные задачи, адекватные возрасту; преобразовывать способы решения задач в зависимости от ситуации, применять самостоятельно усвоенные знания и способы для решения новых задач, проблем.	Учебно-тренировочный график в течение года
5.6.	Космические шахматы	Конкурс шахматных задач, посвященных космонавтике	12 апреля
5.7.	История России в шахматных задачах	Конкурс решения тематических задач	12 июня
5.8.	День народного единства.	Соревнования шахматных диаспор	Ноябрь
6.	Развитие творческого мышления		
6.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; правомерное поведение болельщиков; расширение общего кругозора юных спортсменов	Учебно-тренировочный график в течение года
6.2.	Шахматная олимпиада	Муниципальный этап	Март
6.3.	Шахматная олимпиада	Краевой этап	Апрель
6.4.	Региональный день шахмат	Конкурсы, стенгазеты, поделки на шахматную тему	Октябрь

1.3.6 План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним содержит теоретическую часть и план антидопинговых мероприятий.

Теоретическая часть содержит базовую информацию о Всемирной антидопинговой программе, в соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Спортивная школа, в рамках реализации мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, ежегодно проводит с обучающимися, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомит также с антидопинговыми правилами по виду спорта «шахматы».

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний;
- ежегодное прохождение и получение сертификата РАА «РУСАДА» лицами, проходящими спортивную подготовку.

План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (Таблица 16) составляется для каждого этапа спортивной подготовки. На основе этого плана ежегодно составляется план-график антидопинговых мероприятий в организации.

План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

Таблица 16

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	1.Теоретическое занятие	«Ценности спорта. Честная игра»	Ответственный за антидопинговое обеспечение	1 раз в год
	2. Веселые старты	«Честная игра»	Тренер	2 раза в год
	3. Теоретическое занятие	РУСАДА. Знакомство с международным стандартом лекарственных препаратов «Запрещенный список»	Тренер	1 раз в месяц

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения
	4. Практическое занятие	Проверка лекарственных препаратов Сервис по проверке препаратов на сайте РУСАДА http://list.rusada.ru/	Тренер	1 раз в месяц
	4.Антидопинговая викторина	«Играй честно»	Ответственный за антидопинговое обеспечение	По назначению
	5. Онлайн обучение на сайте РУСАДА https://newrusada.triagonal.net		Спортсмен	1 раз в год
	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год
	7. Семинар для тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формирования Антидопинговой культуры»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	1-2 раза в год
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1.Веселые старты	«Честная игра»	Тренер	1-2 раза в год
	2.Онлайн обучение на сайте РУСАДА https://newrusada.triagonal.net		Спортсмен	1 раз в год
	3. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	По назначению
	4. Семинар для спортсменов и тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств»	Ответственный за антидопинговое обеспечение	1-2 раза в год

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения
	5. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год
Этап совершенствования спортивного мастерства, Этап высшего спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА https://newrusada.triagonal.net		Спортсмен	1 раз в год
	2. Семинар	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	1-2 раза в год

1.3.7 Планы инструкторской и судейской практики

Одной из задач спортивной школы является подготовка спортсмена к роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи. Решение этих задач целесообразно начинать на учебно-тренировочном этапе и продолжать тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки.

Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения соответствующей литературы. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места тренировок, получение и сдача инвентаря).

Во время проведения занятий необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением заданий другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей, ведения протоколов соревнований.

Во время занятий на учебно-тренировочном этапе обучающимся необходимо самостоятельное ведение дневника, где нужно вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Спортсмены этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять

конспект занятия и проводить занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по шахматам в соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря. Для этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства итоговым результатом является выполнение требований на присвоение звания инструктора по спорту и судейского звания - судьи по спорту. Планы инструкторской и судейской практики (Таблица 17).

Планы инструкторской и судейской практики

Таблица 17

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Этап начальной подготовки			
1	Помощь тренеру в проведении части занятия	В течение года	тренер
2	Заполнение протокола результатов партий	В течение года	тренер
3	Изучение правил соревнований	В течение года	тренер
Тренировочный эта			
1	Проведение части занятия: разминки, основной части, заключительной части, исправление ошибок у других спортсменов	В течение года	тренер, старший тренер
2	Помощь тренеру в проведении тренировочного занятия	В течение года	тренер, старший тренер
3	Составление плана (конспекта) тренировочного занятия	В течение года	тренер
4	Участие в составлении календаря соревнований	В течение года	тренер
5	Участие в составлении положения соревнований	В течение года	тренер
6	Изучение правил соревнований	В течение года	тренер
7	Участие в судействе соревнований	В течение года	тренер
Этап совершенствования спортивного мастерства			
1	Проведение части занятия: разминки, основной части, заключительной части, исправление ошибок у других спортсменов	В течение года	тренер, старший тренер
2	Помощь тренеру в проведении тренировочного занятия	В течение года	тренер, старший тренер
3	Составление плана (конспекта) тренировочного занятия	В течение года	тренер
4	Участие в составлении календаря соревнований	В течение года	тренер
5	Участие в составлении положения соревнований	В течение года	тренер
6	Изучение правил соревнований	В течение года	тренер
7	Участие в судействе соревнований	В течение года	тренер
Этап высшего спортивного мастерства			
1	Проведение части занятия: разминки, основной части, заключительной части, исправление ошибок у других спортсменов	В течение года	тренер, старший тренер
2	Проведение части занятия: разминки, основной части, заключительной части, исправление ошибок у других спортсменов	В течение года	тренер, старший тренер

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
3	Помощь тренеру в проведении тренировочного занятия	В течение года	тренер, старший тренер
4	Составление плана (конспекта) тренировочного занятия	В течение года	тренер
5	Участие в составлении календаря соревнований	В течение года	тренер
6	Участие в составлении положения соревнований	В течение года	тренер
7	Изучение правил соревнований	В течение года	тренер
8	Участие в судействе соревнований	В течение года	тренер
9	Участие в судейских семинарах	по назначению	тренер
10	Инструктаж по безопасности	по назначению	тренер

1.3.8 Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Возросший объем и интенсивность учебно-тренировочного процесса в современных условиях вызывают необходимость в планировании и проведении эффективных мероприятий по обеспечению ускорения восстановительных процессов в организме обучающихся, с целью повышения их работоспособности, предупреждения перенапряжений и других нарушений в состоянии здоровья. Восстановительные мероприятия рассматриваться как неотъемлемая часть учебно-тренировочного процесса.

Для восстановления работоспособности спортсменов спортивной школы используется широкий круг средств и мероприятий с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов.

Для восстановления применяются естественные и гигиенические; педагогические; медико-биологические и психологические средства.

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование составляет единую систему методов восстановления.

На уровне высшего спортивного мастерства применяется более полный комплекс средств, более полное представительство из разных групп с увеличением доли медико-биологических средств.

Для начинающих спортсменов используется минимальное количество медико-биологических средств с относительным увеличением доли естественных (рациональный режим дня, правильное рациональное калорийное и сбалансированное питание, естественные факторы природы: солнечные и воздушные ванны, купание, закаливание, прогулки на свежем воздухе), гигиенических и педагогических факторов.

Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция спортсменов на процедуры.

Восстановительные процедуры осуществляются преимущественно после тренировок и в дни отдыха. После дневной тренировки используются вибромассаж, корригирующие упражнения, психо-реабилитационные процедуры. В дни отдыха используются более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна.

Объем восстановительных средств в месячных и годичных циклах определяется в соответствии с особенностями подготовки.

В подготовительном и переходном периодах увеличивается доля естественных и гигиенических средств восстановления.

В соревновательном периоде возрастает объем медико-биологических и психологических средств.

Планирование объема восстановительных мероприятий имеет те же принципы, что и планирование учебно-тренировочных нагрузок, т.е. систематичность, вариативность, учет индивидуальных особенностей организма спортсмена.

При организации восстановительных мероприятий учитываются субъективные и объективные признаки утомления, восстановления.

Субъективные признаки утомления шахматиста: не желание выполнять задания, появление вялости, апатии, иногда раздражительности, возможны плохой аппетит и сон, нарушение психической деятельности.

Объективные симптомы – снижение работоспособности, изменения в деятельности сердечно-сосудистой системы, нервно-мышечного аппарата, биохимических показателей биологических жидкостей (кровь, моча, слюна). В таком состоянии тренировки с повышенными нагрузками прекращаются, и проводится комплекс мероприятий по восстановлению организма спортсмена.

Комплекс методические и общефизических средств восстановления применяются при организации, планировании учебно-тренировочного процесса, включают активный отдых, приводит в соответствие нагрузку с функциональными возможностями организма спортсмена. Введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления способствуют созданию положительного эмоционального фона у обучающихся..

Медико-биологические средства восстановления.

К данным средствам и методам восстановления относятся: специальное питание и витаминизация; фармакологические; физиотерапевтические; бальнеологические средства. Среди медико–биологических средств, используемых в шахматах, большую значимость имеет специально подобранное питание, а также витамины.

Применение фармакологических средств, стимулирующих умственную деятельность, планирование их применения, следует осуществлять у спортсменов с уровнем квалификации не ниже мастера спорта и под руководством врача.

Практическое использование физиотерапевтических и бальнеологических средств, при всей их эффективности, не имеет должного распространения.

Психологические средства восстановления. В данной группе выделяются собственно психологические, психолого–биологические и психотерапевтические средства, к которым относятся многообразные средства восстановления: от психорегулирующих, аутогенных тренировок, индивидуальной работы с психологом до простых отвлекающих приемов. С

помощью этих средств снижается уровень нервно-психологического напряжения и уменьшается умственное утомление.

В целом особое внимание обращается на четкую организацию и планирование восстановительных мероприятий лиц, проходящих спортивную подготовку. Главное участие в этом, кроме тренера, принимает спортивный врач. Большее внимание уделяется обучению и умению использовать шахматистами весь арсенал естественных и гигиенических средств восстановительных факторов в домашних условиях.

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств (Таблица 18).

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Таблица 18

Предназначение	Задачи	Средства и мероприятия	Методические указания
Для групп НП			
Развитие физических качеств с учетом специфики, физическая и техническая подготовка	Восстановление функционального состояния организма и работоспособности	Рациональное чередование нагрузок на тренировочном занятии в течении дня и в циклах подготовки. гигиенический душ ежедневно; ежедневно водные процедуры закаливающего характера; сбалансированное питание	Чередование различных видов нагрузок, облегчающих восстановление по механизму активного отдыха, проведение занятий в игровой форме
Для групп УТ, ССМ, ВСМ			
Перед учебно-тренировочным занятием, соревнованием	Мобилизация готовности к нагрузкам, повышение эффективности тренировки, разминки, предупреждение перенапряжений и травм. Рациональное построение тренировки и соответствие ее объема и интенсивности ФССП	Упражнения на растяжение.	3 мин.
		Разминка. Массаж.	10-20 мин.
		Искусственная активизация мышц.	5-15 мин. (разминание 60%)
		Психорегуляция мобилизующей направленности.	3 мин саморегуляция

Предназначение	Задачи	Средства и мероприятия	Методические указания
Во время учебно-тренировочного занятия соревнования	Предупреждение общего, локального переутомления, перенапряжения	Чередование тренировочных нагрузок по характеру, интенсивности. Восстановительный массаж. Возбуждающий точечный массаж в сочетании с классическим (встряхивание, разминание). Психорегуляция мобилизующей направленности	В процессе тренировки. 3-8 мин 3 мин. саморегуляция
Сразу после учебно-тренировочного занятия соревнования	Восстановление функции кардиореспираторной системы, лимфоциркуляции, тканевого обмена	Комплекс восстановительных упражнений – ходьба, дыхательные упражнения, душ – теплый/ прохладный	8-10 мин
Через 2-4 час после тренировочного занятия	Ускорение восстановительного процесса	Локальный массаж, массаж мышц спины Душ теплый/умеренно холодный/теплый	8-10 мин 5-10 мин
В середине микроцикла, в соревнованиях и свободных от игр день	Восстановление работоспособности, профилактика перенапряжений. Физическая и психологическая подготовка к новому циклу тренировок. Профилактика перенапряжений	Упражнения ОФП восстановительной направленности. Сауна, общий массаж	Восстановительная тренировка. После восстановительной тренировки
После микроцикла, соревнований	Физическая и психологическая подготовка к новому циклу тренировок	Упражнения ОФП восстановительной направленности. Сауна, общий массаж, подводный массаж	Восстановительная тренировка. После восстановительной тренировки

1.4 Система контроля

1.4.1 Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях.

На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах, соблюдать их;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года обучения;
- получить уровень спортивной квалификации, необходимый для зачисления и перевода на следующий этап обучения;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и обучения;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с третьего и четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации, необходимый для зачисления и перевода на этап зачисления и перевода на следующий этап обучения.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;

- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в три года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь нарушений таких правил;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного звания «мастер спорта России» или выполнять нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного звания «гроссмейстер России» и (или) «мастер спорта России международного класса не реже одного раза в два года;
- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

1.4.2 Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

1.4.3 Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

Контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки принимаются в конце учебного года по двум показателям: теоретическая подготовка обучающегося и практические умения разыгрывания элементов шахматной партии, а также практическая сила игры в шахматы.

Теоретическая подготовка оценивается по трех бальной шкале по результатам решения 12 контрольных заданий в конце учебного года после изучения теоретического материала всех разделов программы.

Контрольные задания разрабатываются в соответствии с оцениваемыми параметрами разделов программы. Решение 0-5 заданий соответствует низкому уровню освоения программы (объем усвоенных знаний составляет менее ½ объема знаний, предусмотренных программой). Решение 6-9 заданий соответствует среднему уровню освоения программы (объем усвоенных знаний составляет более ½). Решение 10-12 контрольных заданий соответствует высокому уровню освоения программы (обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).

Практическая сила игры в шахматы оценивается по трех бальной шкале по результатам учебно-тренировочного турнира, участия детей в соревнованиях различного уровня и выполнению спортивных разрядов. Результат < 40% соответствует низкому уровню. Результат 40% – 60% соответствует среднему уровню. Выполнение третьего юношеского разряда соответствует высокому уровню.

Уровень освоения дополнительной общеобразовательной программы оценивается по среднеарифметическому баллу показателей теоретической подготовки учащегося и его практической силы игры в шахматы. Показатели и критерии для определения уровня освоения Программы (Таблицы 19–26).

Начальный этап первого года обучения

Таблица 19

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося:	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
раздел «Основы шахматной игры»:				
знание истории возникновения шахмат;				
знание основных правил шахматной игры;				
знание шахматной нотации;				
знание сравнительной ценности фигур;				
знание метода постановки линейного мата, мата ферзем, мата ладьей;				
раздел «Элементы шахматной партии»:				
знание принципов игры в дебюте;				
знание принципов игры в эндшпиле;				
знание правила квадрата;				
знание ключевой позиции при проведении пешки в ферзи;				
раздел «Основы шахматной тактики»: знание типовых тактических приемов: связка, двойной удар, вскрытое нападение, двойной шах.				
2. Практическая сила игры в шахматы ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний = 40-60% высокий–3 юношеский разряд		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы 1 года обучения	Вычисление (Теория+Практика)/2	низкий-1; средний -1,5-2; высокий=3		

Начальный этап второго года обучения

Таблица 20

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося:	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
раздел «Общие основы теории шахмат»:				
знание шахматной терминологии				
знание истории появления шахмат на Руси				
знание творчества сильнейших шахматистов				
раздел «Теория дебютов»				
знание классификации дебютов				
знание первых пяти ходов в итальянской партии и защите двух коней				
раздел «Теория миттельшпиля»				
знание типовых комбинаций				
раздел «Теория эндшпиля»				
знание метода постановки мата двумя слонами				
знание позиции Филидора в ладейном эндшпиле				
знание позиции построения «мостика».				
2. Практическая сила игры в шахматы	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний= 40-60% или 3 юношеский разряд высокий-2 юношеский разряд		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
раздел «Игровая практика»				
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы 2 года обучения	Вычисление (Теория+Практика)/2	низкий-1; средний=1,5-2; высокий-3		

Учебно-тренировочный этап первого года обучения

Таблица 21

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
Знание истории появления шахмат в Европе				
Знание творчества сильнейших шахматистов середины XX века				
раздел «Теория дебютов»				
Знание основных планов игры в итальянской партии, защите 2-х коней, дебюте четырех коней				
раздел «Теория миттельшпиля»				
Знание типовых комбинаций				
Знание ключевых понятий миттельшпиля: открытая линия, полуоткрытая линия, форпост, преимущество двух слонов, пешечные слабости, сдвоенные пешки				
Знание типового приема выключение фигуры вне игры				
раздел «Теория эндшпиля»				
Знание основных приемов игры в пешечном эндшпиле: прием отталкивания, треугольника, правило «блуждающего квадрата», прорыв.				
2. Практическая сила игры в шахматы ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний = 40–60% или 2 юношеский разряд высокий=1 юношеский разряд		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы	Вычисление (Теория+Практика)/2	низкий-1; средний=1,5-2; высокий-3		

Учебно-тренировочный этап второго года обучения

Таблица 22

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
Знание истории признания шахмат международным видом спорта				
Знание творчества сильнейших шахматистов середины XX века				
раздел «Теория дебютов»				
Знание основных вариантов шести дебютов до 8 хода.				
раздел «Теория миттельшпиля»				
Знание типовых приемов атаки на короля				
Знание принципа построения дерева расчета и выбора ходов кандидатов				
раздел «Теория эндшпиля»				
Знание метода постановки мата слоном и конем				
Знание приема создания цугцванга в пешечном эндшпиле				
Знание основных принципов игры в ладейных эндшпилях				
2**. Практическая сила игры в шахматы. раздел «Игровая практика»**	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний = 40-60% или 1ю разряд высокий- 3 разряд или призер		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы	Вычисление (Теория+Практика)/2	низкий-1; средний=1,5-2; высокий-3		

Учебно-тренировочный этап третьего года обучения

Таблица 23

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
Знание творчества ведущих российских шахматистов				
раздел «Теория дебютов»				
Знание основных вариантов не менее шести дебютов до 10 хода				
раздел «Теория миттельшпиля»				
Знание приемов активной и пассивной защиты				
Знание типового приема позиционная жертва				
раздел «Теория эндшпиля»				
Знание точных позиций с нарушенным равновесием сил				
Знание точных позиций в простейших ладейных и ферзевых окончаниях				
раздел «Управление процессом совершенствования шахматиста»				
Знание электронных обучающих шахматных программам «Шахматная стратегия», «Шахматные комбинации», «Шахматный университет»				
2. **Практическая сила игры в шахматы** ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний=3 разряд; высокий- 2 разряд или призер		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы	Вычисление (Теория+Практика) 2	низкий-1; средний=1,5-2; высокий-3		

Учебно-тренировочный этап четвертого и пятого года обучения

Таблица 24

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
знание творчества ведущих современных российских шахматистов				
раздел «Теория дебютов»				
знание основных вариантов не менее восьми дебютов до 10 хода				
раздел «Теория миттельшпиля»				
знание типовых позиций миттельшпиля: позиции с изолированной пешкой, висячими пешками				
раздел «Теория эндшпиля»				
знание метода выигрыша позиции ферзь против ладьи				
знание типовых приемов реализации материального преимущества				
раздел «Управление процессом совершенствования шахматиста»				
знание электронной шахматной программы « Chessbase»				
2. Практическая сила игры в шахматы . ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний =1 разряд; высокий = КМС разряд или призер краевых соревнований		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы	Вычисление (Теория+Практика) 2	низкий-1; средний=1,5-2; высокий-3		

Этап спортивного совершенствования мастерства

Таблица 25

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
Знание творчества современных ведущих шахматистов мира				
раздел «Теория дебютов»				
Знание основных вариантов не менее двенадцати дебютов до 10 хода				
раздел «Теория миттельшпиля»				
Знание алгоритма оценки позиции и выбора плана игры, в том числе в позициях с нарушенным материальным равновесием и иррациональных позициях				
раздел «Теория эндшпиля»				
Знание типового приема построения крепости				
раздел «Управление процессом совершенствования шахматиста»				
Знание компьютерной шахматной программы «Chess Assistant»: работа с базами данных и аналитическими модулями				
раздел «Судейство и организация соревнований»				
Знание основных положений Единой всероссийской спортивной классификации по виду спорта «шахматы»				
Знание основных требований к ведению судейской документации				
2. Практическая сила игры в шахматы ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40% средний =КМС разряд; высокий =КМС разряд и призер краевых соревнований		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Выполнение разряда				
Уровень освоения программы ССМ	Вычисление (Теория+Практика)/2	низкий-1 средний =1,5-2 высокий-3		

Этап высшего спортивного мастерства

Таблица 26

Показатели	Критерии	Уровень освоения	Кол-во баллов	Формы проведения
1.Теоретическая подготовка учащегося: ***раздел «Общие основы теории шахмат»:***	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	низкий-1 средний-2 высокий-3		Контрольные задания
Знание творчества современных ведущих шахматистов мира				
раздел «Теория дебютов»				
Отработка тактических приемов, ударов, матовых конструкций; Изучение типовых позиций эндшпиля; Изучение дебютных схем; Разбор и анализ своих партий и классических партий гроссмейстеров, построение дебютного репертуара.				
раздел «Теория миттельшпиля»				
Знание алгоритма оценки позиции и выбора плана игры, в том числе в позициях с нарушенным материальным равновесием и иррациональных позициях				
раздел «Теория эндшпиля»				
Знание типового приема построения крепости				
раздел «Управление процессом совершенствования шахматиста»				
Знание компьютерной шахматной программы «Таблицы Налимова»: работа с базами данных и аналитическими модулями				
раздел «Судейство и организация соревнований»				
Знание основных положений Единой всероссийской спортивной классификации по виду спорта «шахматы»				
2. Практическая сила игры в шахматы ***раздел «Игровая практика»***	Умение играть в шахматы	низкий<40%; средний -КМС разряд; высокий -КМС разряд и призер краевых соревнований		Учебно-тренировочный турнир, соревнование
Учебно-тренировочный турнир				
Соревнования				
Уровень освоения программы ВСМ	(Теория+Практика)/2	низкий -1; средний-1,5-2; высокий-3		

Классификация уровней освоения программы

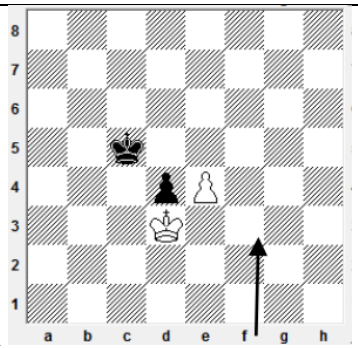
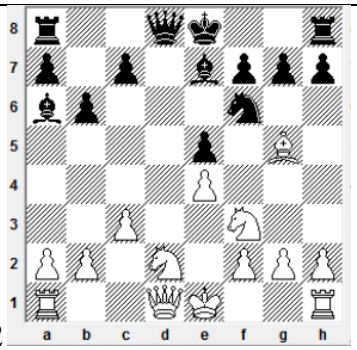
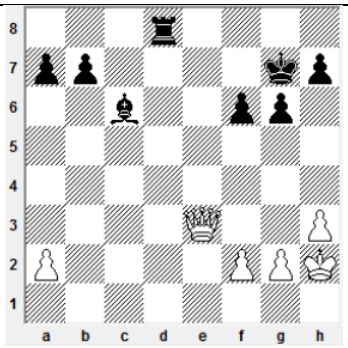
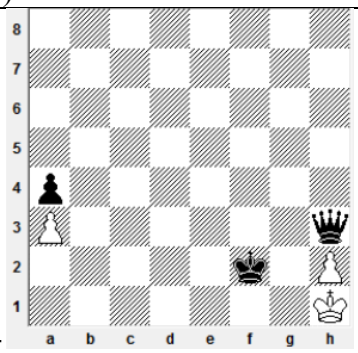
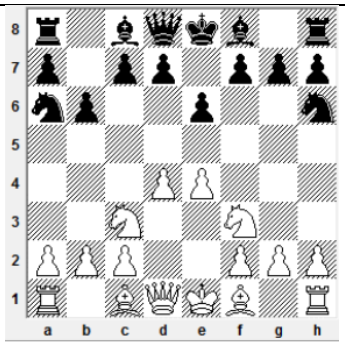
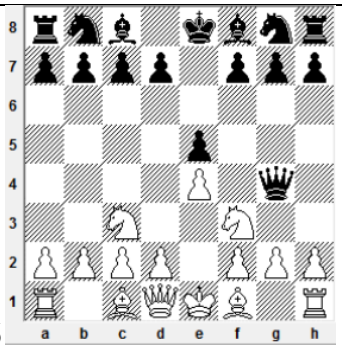
Таблица 27

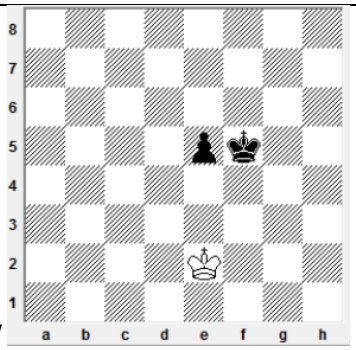
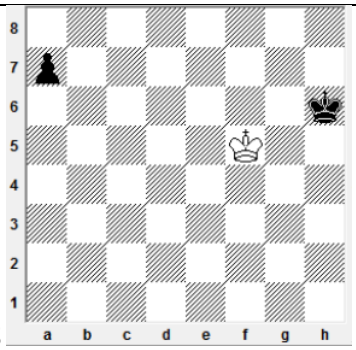
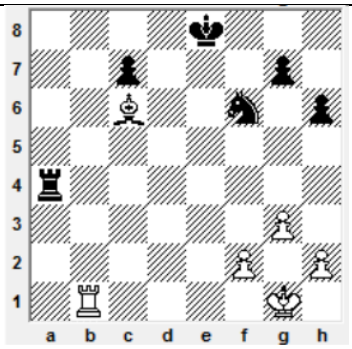
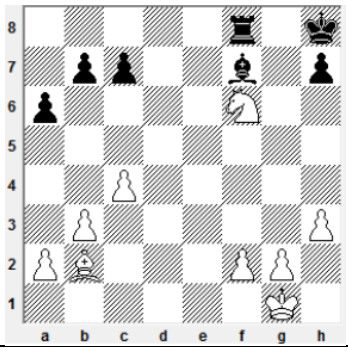
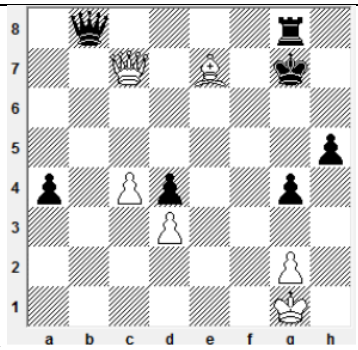
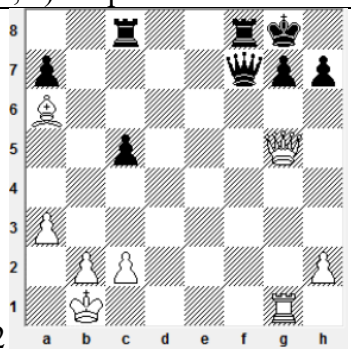
	Уровень оценки усвоения программы	Показатель уровня оценки усвоения программы
НП-1	Низкий	Решение 0-5 контрольных задании. Результат в соревнованиях ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных задании. Результат в соревнованиях 40 - 60%
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение 3 юношеского разряда.
НП-2	Низкий	Решение 0-5 контрольных задании. Результат в соревнованиях ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных задании. Результат в соревнованиях 40 - 60% или выполнение 3 юношеского разряда.
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение 2 юношеского разряда.
УТ-1	Низкий	Решение 0-5 контрольных задании. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Выполнение 2 юношеского разряда или участие в районных соревнованиях.
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение 1 юношеского разряда или призер районных соревновании.
УТ-2	Низкий	Решение 0-5 контрольных задании. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Выполнение 1 юношеского разряда или участие в районных соревнованиях.
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение 3 спортивного разряда или призер районных соревнований.
УТ-3	Низкий	Решение 0-5 контрольных заданий. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Выполнение 3 спортивного разряда или участие в районных соревнованиях.
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение 2 спортивного разряда. Призер районных или городских соревнований.
УТ-4-5	Низкий	Решение 0-5 контрольных заданий. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Выполнение 1 спортивного разряда или участие в городских соревнованиях.
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение спортивного разряда кандидат в мастера спорта или призер соревнований городского уровня и выше.
ССМ	Низкий	Решение 0-5 контрольных заданий. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Подтверждение спортивного разряда кандидат в мастера спорта или призер в городских соревнованиях, участие в соревнованиях краевого уровня и выше .

	Уровень оценки усвоения программы	Показатель уровня оценки усвоения программы
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Выполнение звания мастер спорта или призер соревнований краевого уровня и выше.
ВСМ	Низкий	Решение 0-5 контрольных заданий. Результат в учебно-тренировочном турнире ниже 40%.
	Средний	Решение 6-9 контрольных заданий. Призер в соревнованиях краевого уровня, участие в соревнованиях СФО, всероссийских, международных
	Высокий	Решение 10-12 контрольных заданий. Призер соревнований уровня СФО, всероссийских и выше.

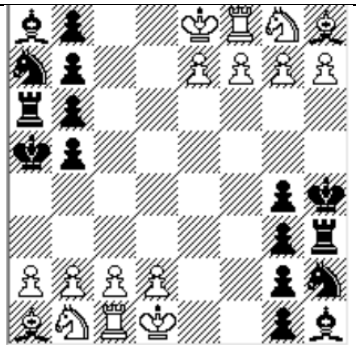
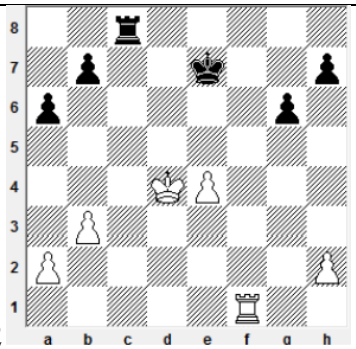
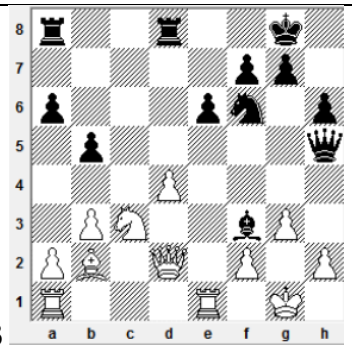
Варианты контрольных заданий для проведения промежуточной аттестации и подведения итогов реализации Программы.

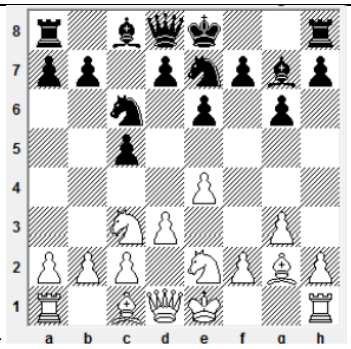
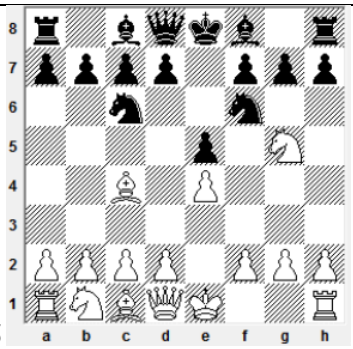
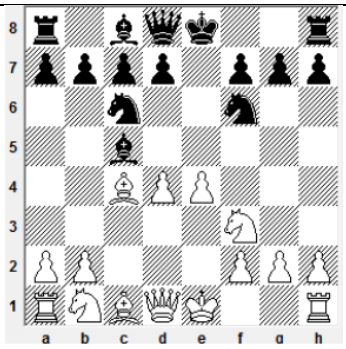
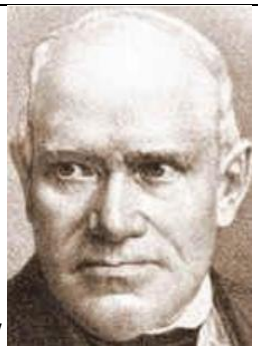
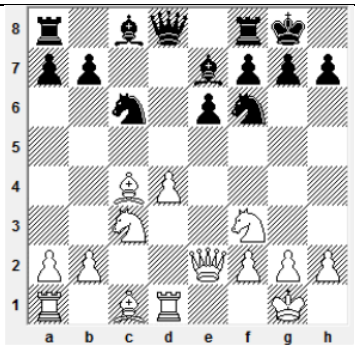
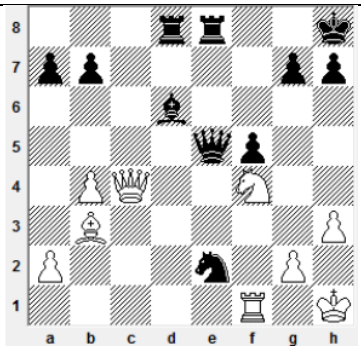
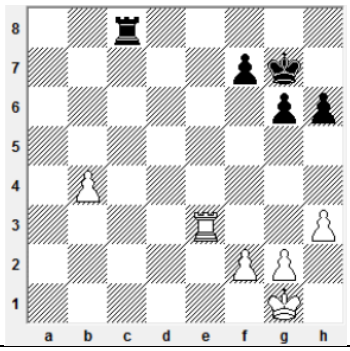
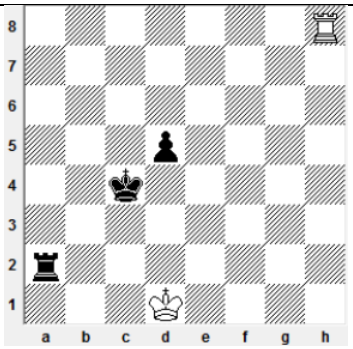
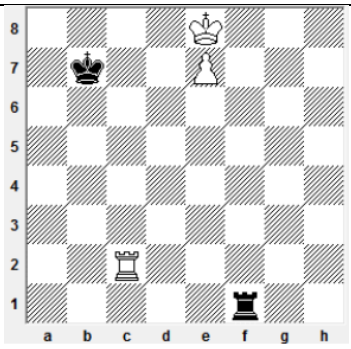
Для групп начальной подготовки первого года обучения.

1 	2 	3 
Белые сыграли e2-e4. Могут ли черные пойти d4xe3? а) да; б) нет.	Могут ли белые сделать рокировку? а) да; б) нет	Материальный перевес: а) у белых; б) у черных; в) на доске материальное равновесие.
4 	5 	6 
Ход белых. На доске: а) мат; б) шах; в) пат.	В дебюте правильно играют: а) белые; б) черные; в) оба игрока.	Какое утверждение правильно: а) В начале партии нужно захватывать центр и выводить легкие фигуры. б) В начале партии нужно быстрее выводить ферзя, чтобы поставить мат.

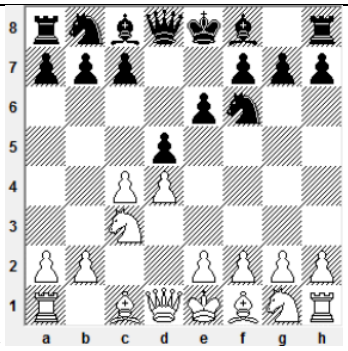
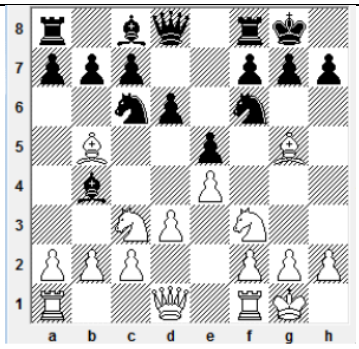
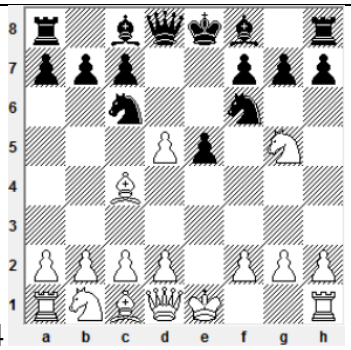
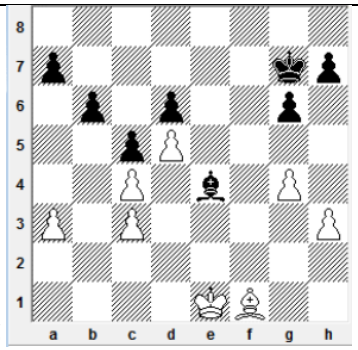
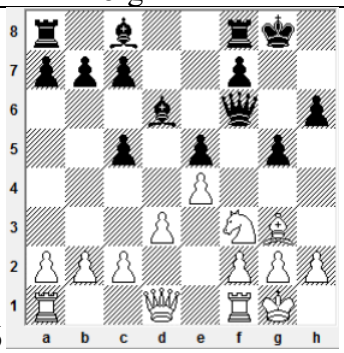
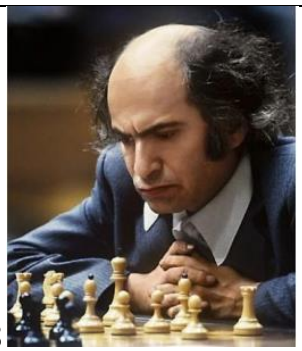
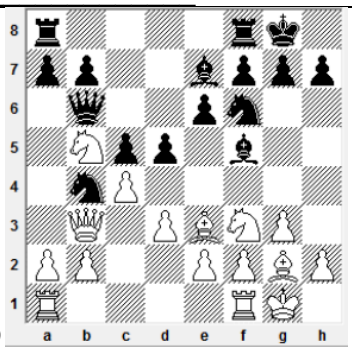
 7	 8	 9
Сильнейший ход черных: а) Крf5-f4; б) Крf5-e4; в) e5-e4.	Ход белых. Сможет ли белый король догнать черную пешку. а) да; б) нет.	Белые сыграли Cg2- c6+. Какой тактический прием они применили: а) двойной удар; б) двойной шах; в) вскрытый
10 	 11	 12
Белые начинают и дают мат в два хода с помощью тактического приема вскрытый шах. Запишите решение. 1. _____ 2. _____	Ход белых. Выигрыш ферзя с помощью тактического приема двойной шах. 1. _____	Ход белых. Выигрыш ферзя с помощью тактического приема связка. 1. _____

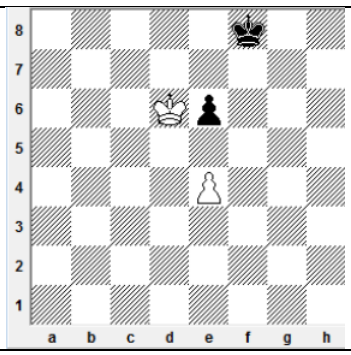
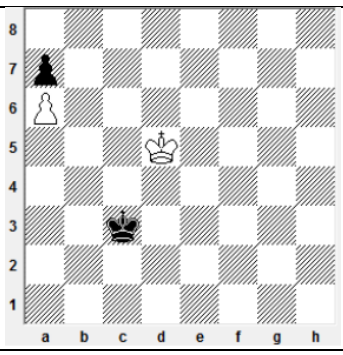
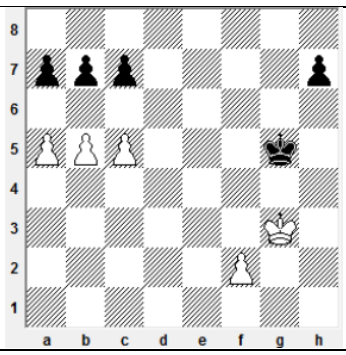
Для групп начальной подготовки второго года обучения.

 1	 2	 3
Первая родственная шахматам игра шахматам, появившаяся в Индии. а) шатрандж; б) сянци; в) чатуранга; г) сёги; д) макрук.	Напишите, как называется стадия шахматной партии на диаграмме. _____	Как для белых называются поля f3 м h3? _____

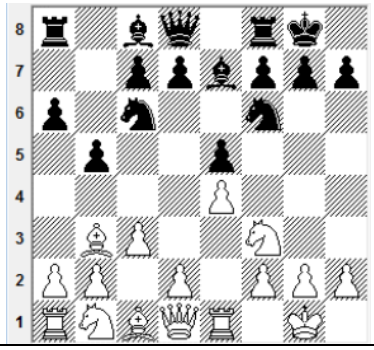
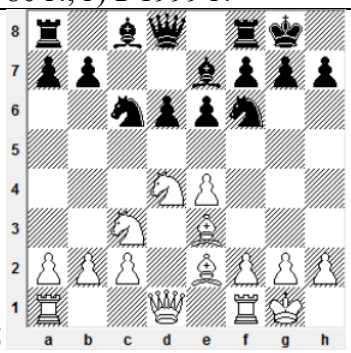
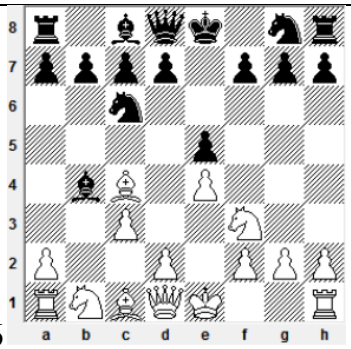
4 	5 	6 
Разыгран: а) открытый дебют; б) полуоткрытый дебют; в) полузакрытый дебют; г) закрытый дебют..	Какой разыгран дебют. Его название. Запишите сильнейший ход черных. _____	Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … Cd6; б) 1. … Ce7; в) 1. … Cb4+.
7 	8 	9 
Победитель первого международного турнира (Лондон, 1851): а) Эмануэль Ласкер б) Франсуа Филидор; в) Пол Морфи; г) Адольф Андерсен; д) Вильгельм Стейниц	Пешка d4 называется: а) проходной; б) изолированной; в) отсталой.	Белые сыграли Cg2- c6+. Какой тактический прием они применили: а) двойной удар; б) двойной шах; в) вскрытый
10 	11 	12 
Ход черных. Выберите сильнейший вариант атаки проходной пешки белых: а) 1. … Лb8; б) 1. … Лc4; в) 1. … Лc1+ 2. Крh2 Лb1.	Сильнейший ход белых: а) Лh4+; б) Лh3; в) Лc8+	Сильнейший ход белых: а) Крd7; б) Лb2+; в) Лc4.

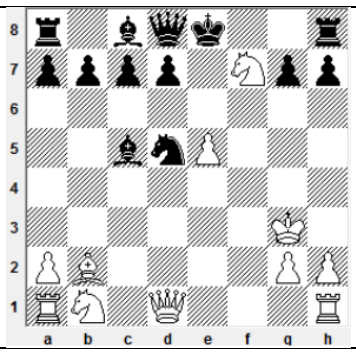
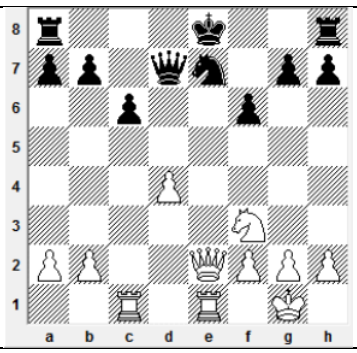
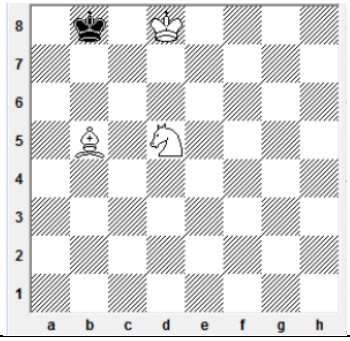
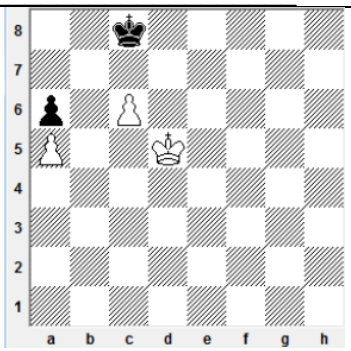
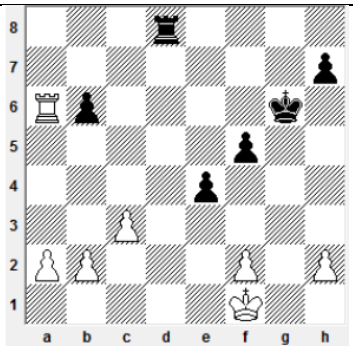
Для групп учебно-тренировочных первого года обучения.

1	2 	3 
Первая родственная шахматам игра шахматам, появившаяся в Индии. а) шатрандж; б) сянци; в) чатуранга; г) сёги; д) макрук.	Напишите название разыгранного дебюта: _____	Разыгран дебют четырех коней. Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … Cb4xc3; б) 1. … h7-h6; в) 1. … Cc8-g4.
4 	5 	6 
Разыграна защита двух коней. Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … Kf6xd5: б) 1. … Kc6-a5.	Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … g6-g5; б) 1. … h7-h5; в) 1. … a7-a5.	Какой маневр должны сделать черные, чтобы окончательно выключить из игры ограниченного в подвижности слона белых. _____
7	8 	9 
Основоположник русской шахматной школы, его именем назван вариант ферзевого гамбита: а) Семен Алапин; б) Александр Петров; в) Михаил Чигорин; г) Сергей Урусов.	Восьмой чемпион мира по шахматам: а) Борис Спасский; б) Василий Смыслов; в) Макс Эйве; г) Михаил Таль; д) Михаил Ботвинник.	Ход белых. Найдите разменную комбинацию, приведшую к образованию дефектов пешечной структуры черных. 1. _____ 2.
10	11	12

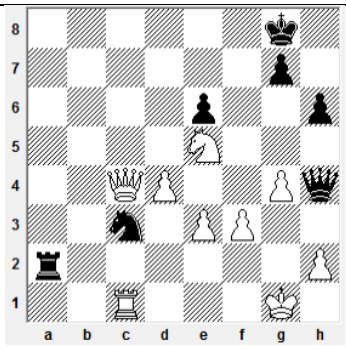
		
Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … Крf8-f7; б) 1. … Крf8-e8; в) 1. ... e6-e5.	Белые сыграли Кре6- d5. Какой прием они осуществили? _____	Ход белых. Осуществите прорыв. 1. _____ 2. _____ 3. _____

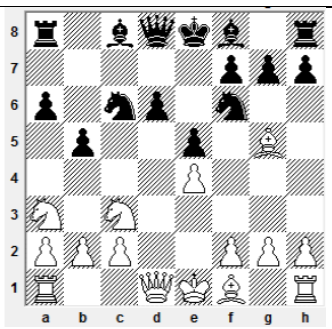
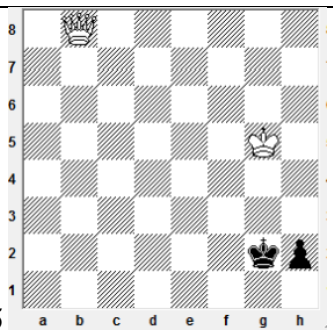
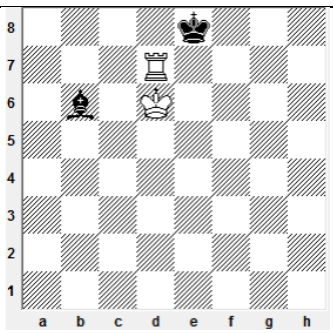
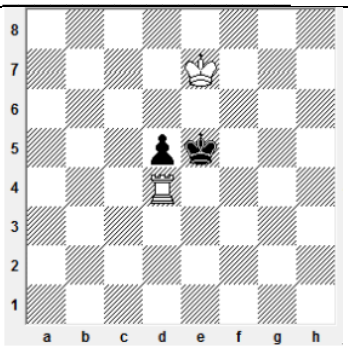
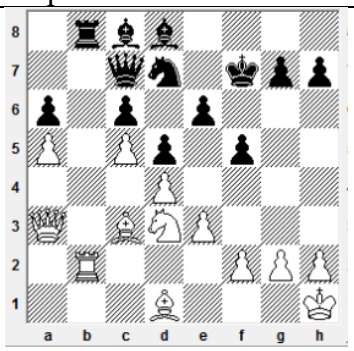
Для групп учебно-тренировочных второго года обучения.

1	2	3
Какой девиз международной шахматной организации ФИДЕ?	Международным олимпийским комитетом шахматы были признаны видом спорта: а) в 1886 г.; б) в 1924 г.; в) в 1980 г.; г) в 1999 г.	Кто играл самый продолжительный матч за звание чемпиона мира по шахматам?
4 	5 	6 
Разыграна испанская партия. Какой ход должны сделать черные, чтобы получилась контратака Маршалла?	Разыграна: а) скандинавская защита; б) французская защита; в) сицилианская защита.	Напишите название разыгранного дебюта.
7	8	9

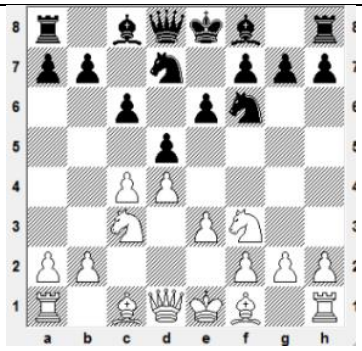
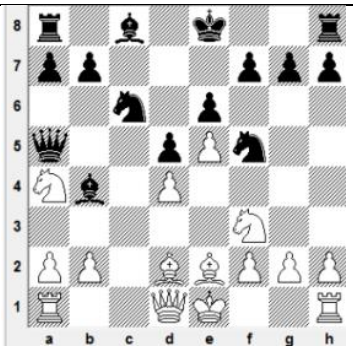
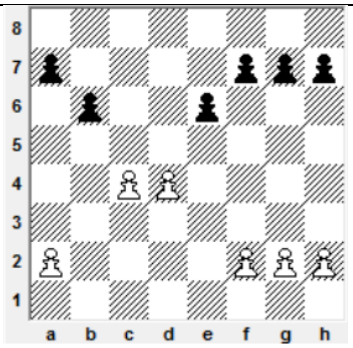
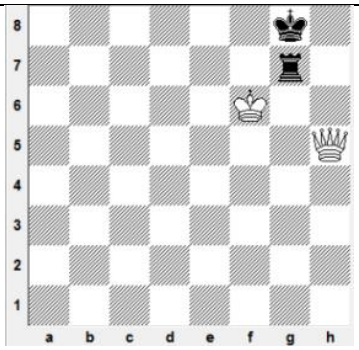
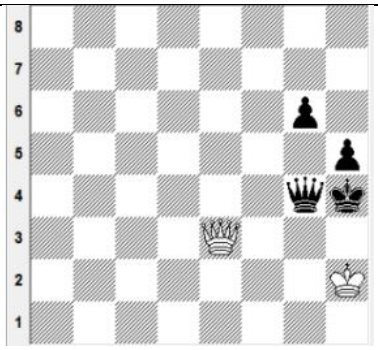
		Целью построения дерева расчета является: а) показать многообразие возможных продолжений; б) выбор сильнейшего хода; в) рассчитать все возможные варианты до мата
Ход черных. Выберите сильнейшее продолжение: а) 1. … Крxf7; б) 1. … Cf2+; в) 1. … 0-0; г) 1. … Фе7.	Продолжите атаку белых. Запишите два хода. 1. _____ 2. _____	
10 	11 	12 
Ход белых. Создайте матовую сеть за два хода. 1. _____ 2. _____	Сильнейший ход белых: а) 1. Крd6; б) 1. Крd4; в) 1. Крс5;.	Сильнейший ход черных: а) 1. … Лb8; б) 1. … Лd6; в) 1. … Лd1+; г) 1. … Лd2.

Для групп учебно-тренировочных третьего года обучения.

1	2	3 
Какой девиз международной шахматной организации ФИДЕ?	Вторая в истории шахмат и первая среди советских шахматисток чемпионка мира: а) Елизавета Быкова; б) Вера Менчик; в) Ольга Рубцова; г) Людмила Руденко..	Найдите разменную комбинацию белых, с помощью которой они перешли в выигранный эндшпиль. 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____

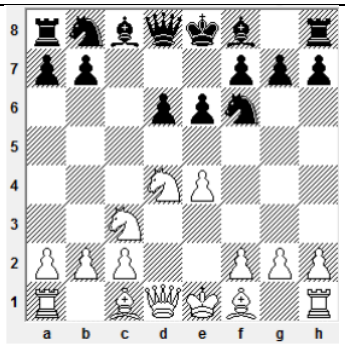
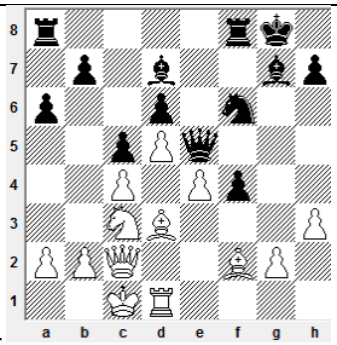
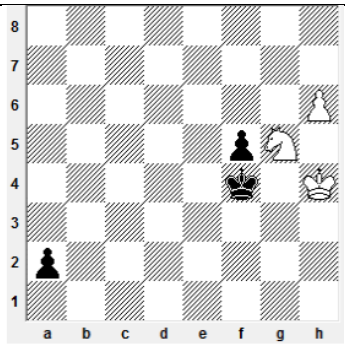
4 	5 	6 
Разыгран челябинский вариант сицилианской защиты. Запишите, как он получается (8 ходов).	Ход белых, выигрыш. 1. _____ 2. _____ 3. _____	Сильнейший ход черных: а) 1. … Cb6-a5; б) 1. … Cb6-f2; в) 1. … Kpe8-f8
7 Выберите правильные названия дебютов из списка: а) центральный гамбит; б) королевский дебют; в) французский дебют; г) шотландская партия; д) начало Каро-Кан; е) защита четырех коней; ж)испанская партия.	8 	9 
10.Запишите первые три хода испанской партии. 1. _____ _____ 2. _____ _____ 3. _____	Сильнейший ход белых: а) 1. Лd4-d1; б) 1. Лd4-d2; в) 1. Лd4-h4; г) 1. Лd4-a4.	Ход белых.Эта позиция возникла в партии Стейниц – Чигорин. Найдите позиционную жертву, позволившую Стейницу быстро выиграть партию. 1. _____ _____ 2.
11	12	
Выполнение какой операции показано на скриншоте экрана программы «Шахматный Университет»?	В программе «Шахматная Стратегия» какое обозначение в верхней панели нужно кликнуть мышью, чтобы выбрать тему?	

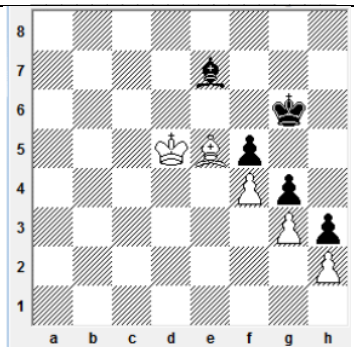
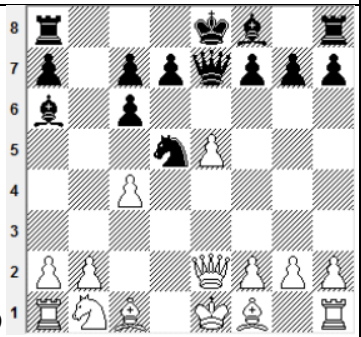
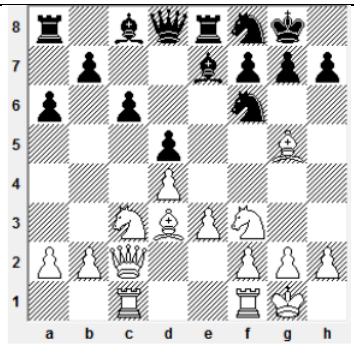
Для групп учебно-тренировочных четвертого года обучения

1	2	3 
Кто стал четырнадцатым чемпионом мира по шахматам, выиграв матч за звание чемпиона мира по версии ПША у Гарри Каспарова, а затем объединительный матч у чемпиона мира ФИДЕ Веселина Топалова?	Двенадцатая чемпионка мира по шахматам: а) Валентина Гунина: б) Екатерина Лагно: в) Александра Костенюк: г) Хоу Ифань.	Напишите название разыгранного дебютного варианта. _____
4 	5 	6 Запишите расположение пешек в карлсбадской пешечной структуре. Белые: _____ _____ Черные: _____ _____
Разыграна система Нимцовича во французской защите. Запишите, как она получается (10 ходов). _____	Как называются пешки c4 и d4? _____ _____	7 Во сколько лет и на какой срок присваивают звание спортивный судья категории «Юный судья»?
8 	9 	10 В быстрые шахматы участник играющий белыми фигурами в первый раз сделал правильное заявление о не разрешенном Правилами ходе черных в позиции, предполагающей возможность постановки мата белыми. Действия арбитра: а) добавить белым две минуты и продолжить партию; б) уменьшить черным время на две минуты и продолжить партию: в) зафиксировать результат 1:0.
Ход белых. Осуществите маневр, в результате которого ладья должна будет оторваться от короля. 1. _____ 2. _____ 3. _____	Ход белых. Найдите выигрыш, используя прием цугцванга. 1. _____ 2. _____ 3. _____	

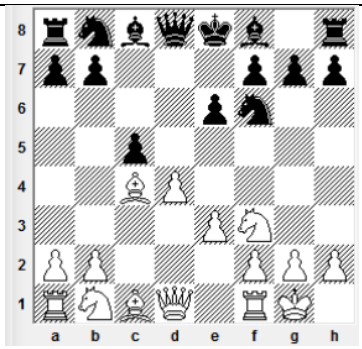
11	12
Какая функция открыта в компьютерной программе «Энциклопедия шахматных окончаний»?	Какая функция выполняется в правом нижнем поле скриншота компьютерной шахматной программы «Fritz»?

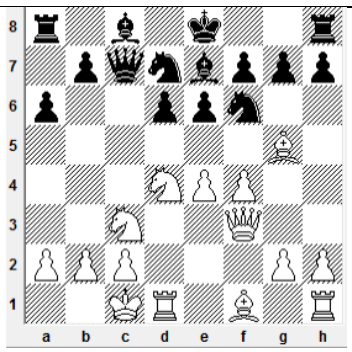
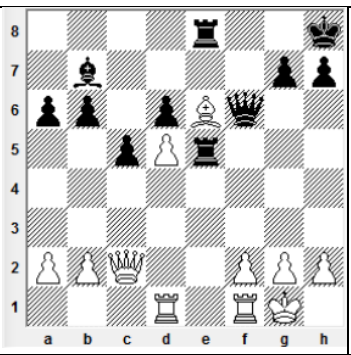
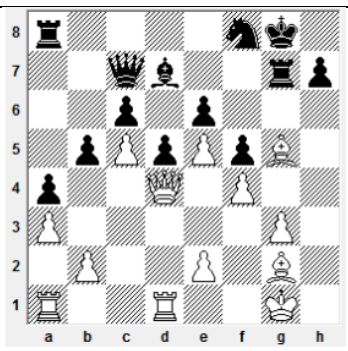
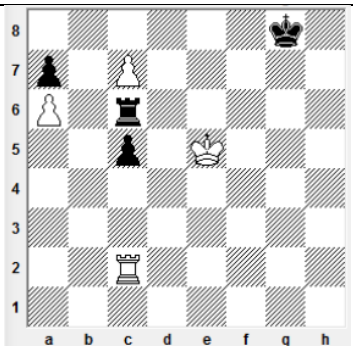
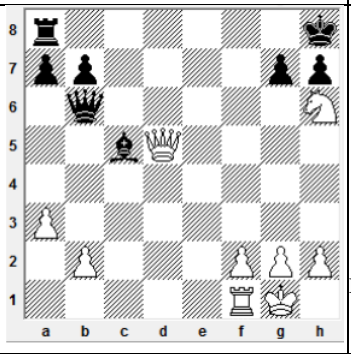
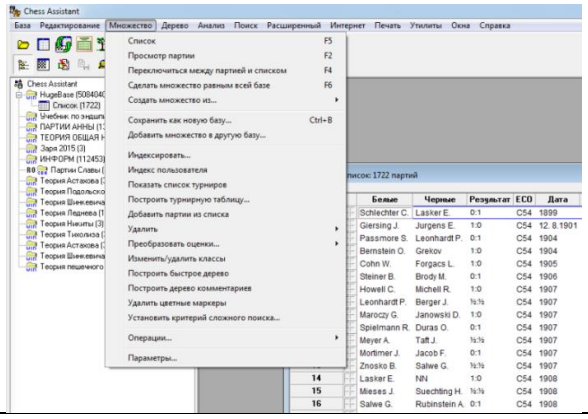
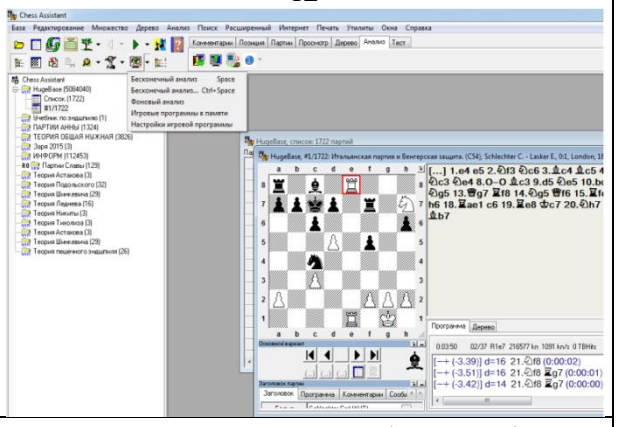
Для групп совершенствования спортивного мастерства.

1.	2	3 
Петербургский шахматист, международный гроссмейстер, чемпион мира ФИДЕ, трехкратный победитель Всемирных шахматных олимпиад в составе команды России:	Петербургский шахматист, международный гроссмейстер, двукратный победитель Всемирной Шахматной олимпиады в составе команды России, тренер юношеской сборной России:	Разыгран схевенингенский вариант сицилианской защиты. Каким ходом начинается атака Кереса: а) 6. Сс4: б) 6. Се2; в) 6. g4; г) 6. f4.
4 	5 	6.В каких соревнованиях в качестве дополнительного показателя используется система Койя: а) личные турниры по круговой системе; б) командные соревнования по круговой системе: б) личные турниры по швейцарской системе; в) командные соревнования по швейцарской системе.
В этой позиции из партии Котов - Глигорич белые сыграли 21. Kb1, планируя с помощью маневра Kb1-d2- f3 отогнать черного ферзя с e5. Найдите сильнейшее продолжение черных,	Ход белых. Выигрыш. 1. _____ 2. _____ 3. _____ _____ 4. _____	7 Для личных турниров система Зонненборна-Бергера это: а) число очков, набранных против всех соперников, которые достигли результата 50% или более; б) сумма очков каждого из соперников игрока; в) сумма числа

препятствующее этому маневру и усиливающее блокаду. 21. _____ 22. _____ 23.		очков, набранных соперниками, у которых игрок выиграл, и половины числа очков, набранных соперниками, с которыми он сыграл вничью.
8 	9 	10 
Ход черных. Выигрыш. 1. _____ 2. _____ 3.	Запишите название разыгранного дебюта	Каким ходом белые могут начать атаку пешечного меньшинства? 1. _____
11.В каких соревнованиях в качестве дополнительного показателя используется система Койя: а) личные турниры по круговой системе; б) командные соревнования по круговой системе: б) личные турниры по швейцарской системе; в) командные соревнования по швейцарской системе.	12.Для личных турниров система Зонненборна-Бергера это: а) число очков, набранных против всех соперников, которые достигли результата 50% или более; б) сумма очков каждого из соперников игрока; в) сумма числа очков, набранных соперниками, у которых игрок выиграл, и половины числа очков, набранных соперниками, с которыми он сыграл вничью.	

Для групп высшего спортивного мастерства.

1.	2.	
Первый в истории обладатель сразу трех шахматных корон - чемпион мира по классическим шахматам, по рапиду и блицу: Магнус Карлсон	Индийский шахматист, международный гроссмейстер, чемпион мира по версии ФИДЕ, 15-й чемпион мира (2007 - 2013): Вишванатан Ананд	Запишите название разыгранного дебюта.

4 	5 	6. 
Запишите основной вариант защиты Найдорфа в сицилианской защите (9 ходов).	Ход черных. Выигрыш. 1. …. _____ 2. _____	Ход белых. Найдите сильнейшее продолжение, используя метод профилактического предвидения.
7 	8 	9. В спортивной дисциплине шахматы сколько партий должно быть фактически сыграно в спортивном соревновании по круговой или швейцарской для выполнения нормы II, III спортивных разрядов и I-III юношеских спортивных разрядов?
Ход белых. Выигрыш. 1. _____ _____ 2. _____ _____ 3. _____ _____ _____ 4. _____ _____ 5. _____	Ход белых. Выигрыш. 1. _____ _____ 2. _____ _____ 3. _____ _____ 4. _____ _____ 5. _____ _____ 6. _____ _____	10. Сколько судей должно быть на соревнованиях с нормой 2 спортивного разряда: а) 2; б) 3; в) 5; г) 7.
11 	12 	
Какую операцию нужно выполнить в программе «Chess Assistant», чтобы преобразовать текущее множество в базу:	Для чего в программе «Chess Assistant» используется функция «Бесконечный анализ …»?	

Ответы на контрольные задания

1 год обучения 1. а; 2. б; 3. в; 4. в; 5. а; 6. а; 7. б; 8. а; 9. а3; 10. 1. Kg4+ Kpg8 2. Kh6#; 11. 1. Cf8 ++; 12. 1. Cc4. 2 год обучения 1. в; 2. г; 3. Эндшпиль; 4. б; 5.

d5; 6. в; 7. Слабые поля; 8. б; 9. 1. Кg6+ hg 2. Фh4#; 10. в; 11. Отталкивание («отталкивание плечом»); 12. 1. b6 axb6 (1. … cxb6 2. a6 bxa6 3. c6) 2. c6 bxc6 3. a6. 3 год обучения 1. б; 2. в; 3. г; 4. Ферзевый гамбит; 5. а; 6. б; 7. а; 8. Сс8-g4xf3 ; 9. 1. Фxb4 cxb4 2. Cxb6 axb6; 10. 1. Кg4+ Крg8 2. Kh6#; 11. 1. Cf8 ++ Крxf8 2. Фxb8; 12. 1. Сс4. 4 год обучения 1. «Все мы – одна семья»; 2. г; 3. Анатолий Карпов и Гарри Каспаров; 4. d5; 5. в; 6. Гамбит Эванса; 7. в; 8. 1. d5 cxd5 2. K d4; 9. б; 10. 1. Са6 Кра7 2. Сс6; 11. б; 12. г. 5 год обучения 1. Петр Свидлер; 2. г; 3. а,г; 4. 1.e4 e5 2.Kf3 Kc6 3.Cb5; 5. 1.e4 c5 2.Kf3 Kc6 3.d4 cd 4.K:d4 Kf6 5.Kc3 e5 6.Kdb5 d6 7.Cg5 a6 8.Ka3 b5; 6. 1.Фxa2 Кxa2 2.Лс8+ Крh7 3.Лh8+ Крxh8 4.Kg6+ Крg8 5.Kxh4; 7. 1. Лb6 Кxb6 2. Cxb6; 8. в; 9. б; 10. 1. Фb2+ Крg1 2. Крg4 h1Ф 3. Крg3; 11. Поиск позиций с заданным положением фигур; 12. Навигатор. 6 год обучения 1. Владимир Крамник; 2. в; 3. Меранский вариант славянской защиты; 4. 1.e4 e6 2.d4 d5 3.e5 c5 4. c3 Kc6 5.Kf3 Фb6 6. Ce2 cxd4 7. cxd4 Kh6 8.Kc3 Kf5 9. Ка4 Cb4+ 10. Cd2 Фа5; 5. Висячие; 6. Белые: a2, b2, d4, e3, f2, g2, h2. Черные: a7, b7, c6, d5, f7, g7, h7; 7. 1.Фd5+ Крh8 2. Фh1+ Крg8 3. Фh5; 8. 1.Фe7+ Фg5 2.Фe4+ Фg4 3.Фe3; 9. Классификатор; 10. Анализ позиции; 11. в; 12. Один календарный год, предшествующий дате представления. 49 7 год обучения 1. Александр Хадифман; 2. Константин Сакаев; 3. Шотландская партия; 4. б; 5. 1. a3;6. 21. … f3 22. gf Kh5 23. Kd2 Kf4; 7. 1. … Ch4 2. gh g3 3. hg h2; 8. 1. Ke6+ Крe3 2. Kd4 Крxd4 3. h7 a1Ф 4. h8Ф; 9. С помощью функции «Игроки»; 10. Глубокий анализ с несколькими параллельными движками;11. а;12. в. 8 год обучения 1. Магнус Карлсен; 2. Вишванатан Ананд; 3. Принятый ферзевый гамбит; 4. 1. e4 c5 2. Kf3 d6 3. d4 cd 4. Kxd4 Kf6 5. Kc3 a6 6. Cg5 e6 7. f4 Ce7 8. Фf3 Фc7 9.0-0-0 Kbd7;5. 1. … Л8xe6 2. de Фf3;6. Ch4; 7. 1. Лb2 Лxc7 2. Лb8+ Крf7 (g7, h7) 3. Лb7 Лe7+ (f7, g7) 4. Крd6 (e6, f6) 5. Лxb7 ab; 8. 1. h3+ Крg5 2. h4+ Крg4 3. Лf8 Лb2+ 4. Лf2 Лxf2 5. Крxf2 a2 6. b8Ф a1Ф 7. Фc8#; 9. «Сохранить как новую базу»; 10. Для настройки параметров программы анализа позиции;11. в; 12. Не менее 7.

1.4.4 Рабочая программа по виду спорта «шахматы»

Рабочая программа по виду спорта «шахматы» состоит из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

1.4.4.1 Программный материал дополнительной образовательной программы

Программный материал содержит требования по основным разделам теории, практики и организации учебно-тренировочных занятий вида спорта «шахматы» применительно к условиям работы спортивной школы.

Учебно-тематическим планом предусматриваются теоретические и практические занятия, занятия общей и специальной физической подготовкой, психологической подготовкой, сдача контрольных нормативов, прохождение тренерской и судейской практики, восстановительные

мероприятия и участие в соревнованиях. На теоретических занятиях спортсмены знакомятся с развитием шахматного движения, историей шахмат, методике подготовки и тренировки, правилам и судейству соревнований. На практических занятиях спортсмены применяют полученные знания, развивают волевые качества, трудолюбие, целеустремленность и настойчивость в устранении недостатков. Участие в соревнованиях организуется в соответствии с годовым календарным планом. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях: физкультминутки, динамические паузы; минутки релаксации; дыхательная гимнастика; гимнастика для глаз; массаж активных точек; речевая гимнастика.

Программный материал для групп начальной подготовки.

Рабочая программа дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» для групп начальной подготовки имеет интеллектуально-познавательную направленность. Она выполняет сразу несколько функций: познавательную, воспитательную, физическую.

Познавательная учит мыслить, логически рассуждать, просчитывать свои действия, предвидеть реакцию соперника, сравнивать. Обучающийся узнает много нового и интересного. Кроме того, игра способствует развитию фантазии и творческих способностей.

Воспитательная направлена на выработку у обучающихся начальных групп выдержки, собранности, внимательности, дисциплинированности. Обучающиеся учатся самостоятельно принимать решения и спокойнее относиться к неудачам.

Физическая подготовка шахматистов направлена на укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения, гармоническое физическое развитие, поддержание общего уровня функциональных возможностей организма, многолетнее сохранение высокого уровня трудоспособности;

Программный материал Программы на этапе начальной подготовки первого года обучения

Вводное занятие

Физическая культура и спорт в России. Понятие о физической культуре. О виде спорта «шахматы». Инструктаж по технике безопасности.

Общая физическая подготовка

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, мышц шеи и туловища, мышц ног, мышц всего тела. Упражнения и виды спорта, развивающие выносливость и быстроту реакции (плавание, бег,теннис).

Техническая подготовка.

Теория. Реализация большого материального преимущества. Матование одинокого короля тяжелыми фигурами.

Король и пешка против короля Король и крайняя (ладейная) пешка против короля. Король, слон и крайняя (ладейная) пешка против короля.

Практика. Разыгрывание позиций.

Тактическая подготовка.

Теория. Понятие о тактике. Основы шахматной тактики. Основные тактические приёмы. Использование геометрических мотивов. Тактические приемы с помощью линейных фигур – ферзя, ладьи, слона. Связка. Методы борьбы со связкой. Двойной удар. «Вилка». Вскрытое нападение. Вскрытый шах. «Мельница». Двойной шах. Отвлечение. Завлечение. Понятие о комбинации.

Практика.

Теоретическая подготовка

Теория. Инструктаж по технике безопасности.

Исторический обзор развития шахмат.

История возникновения шахмат. Легенда о радже и мудреце. Развитие шахмат. Родственные игры. Чатуранга – прообраз современных шахмат. Шатрандж.

Практика. Игра по истории шахмат.

Основы шахматной игры.

Теория. Шахматная доска. Шахматная диаграмма. Название шахматных фигур и расстановка их на доске.

Центр. Ферзевый фланг. Королевский фланг.

Шахматные горизонтали, вертикали и диагонали.

Сравнительная ценность шахматных фигур. Тяжелые и лёгкие фигуры.

Шахматные фигуры. Ходы шахматных фигур. Ход ладьи. Ход слона. Ход ферзя. Ход коня. Ход короля.

Дальнобойные фигуры.

Ход пешки и её превращение в любую другую фигуру того же цвета, кроме короля. Правило взятия на проходе.

Безопасность короля. Рокировка. Короткая рокировка. Длинная рокировка.

Значение короля. Определение понятия «шах». Способы защиты от шаха.

Вскрытый шах. Двойной шах. Защита от шаха.

Нападение, как способ достижения материального перевеса.

Цель игры. Определение понятия «мат». Пат. Вечный шах. Ничья.

Мат одинокому королю. Линейный мат. Мат ферзем. Мат ладьей.

Ценность фигур. Абсолютная и относительная сила фигур.

Шахматная нотация. Запись шахматной позиции.

Шахматная партия. Запись шахматной партии.

Оппозиция. Цугцванг.

Практика. Дидактические игры и задания. Разыгрывание позиций. Конкурс «Шахматное лото».

Дебют.

Теория. Дебют – определение. Основные принципы развития в дебюте. Принципы игры в дебюте. Принцип быстрейшего развития. Мобилизация фигур. Принцип централизации. Принцип активности. Принцип взаимодействия фигур.

Борьба за центр. Безопасность короля. Пункт "f7" у черных и "f2" у белых – самые слабые поля в начале партии. Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры.

Итальянская партия. Стратегические идеи итальянской партии..

Практика. Практическая игра. Разыгрывание позиций.

Миттельшпиль.

Теория. Миттельшпиль – определение. Простейшие принципы разыгрывания середины партии: целесообразное развитие фигур, мобилизация сил определение ближайшей и последующей задач. Организация атаки на короля после дебюта. Размен. Принципы реализации материального преимущества. Принцип централизации. Принцип активности. Принцип взаимодействия фигур.

Практика. Консультационные партии. Сеанс одновременной игры.

Эндшпиль.

Теория. Определение эндшпиля. Принципы игры в эндшпиле. Принцип активности. Принцип централизации. Роль короля в эндшпиле. Активность фигур в эндшпиле. Матование одинокого короля. Реализация материального перевеса. Пешечные окончания. Правило квадрата. Король и пешка против короля. Ферзь против пешки. Ладья против пешки. Проведение пешки в ферзи. Оппозиция. Правило квадрата. Крайняя пешка.

Практика. Разыгрывание позиций.

Психологическая подготовка

Упражнение на развитие зрительного внимания, памяти, на гармонизацию зрительного внимания, на развитие слухового внимания, слуховой памяти.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований

Спортивные правила вида спорта «шахматы»: «взялся – ходи», «отпустился – ход сделан». Турнирная дисциплина. Требования к игроку. Спортивная этика шахматиста. Шахматные часы. Правила выполнения хода. Невозможный ход.

Участие в соревнованиях.

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста.

Практика. Учебно-тренировочный турнир. Разбор партий.

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Основы шахматной игры».

Решение контрольных заданий по разделу «Элементы шахматной партии».

Решение контрольных заданий по разделу «Основы шахматной тактики». Решение итоговых контрольных заданий

Программный материал дополнительной образовательной программы на этапе начальной подготовки второго года обучения

Физическая культура и спорт в России.

Физкультура как составная часть всестороннего развития человека. Значение физической культуры в укреплении здоровья.

Общая физическая подготовка

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, мышц шеи и туловища, мышц ног, мышц всего тела. Упражнения и виды спорта, развивающие выносливость и быстроту реакции (плавание, бег,теннис).

Техническая подготовка.

Теория. Использование большого материального перевеса. Организация атаки на не рокированного короля.

Вечный шах двумя ладьями или ладьей и конем.

Реализация лишней пешки в пешечных окончаниях. Образование проходной пешки.

Практика. Разыгрывание позиций.

Тактическая подготовка.

Теория. Виды комбинации. Матовые комбинации. Шахматные задачи. Ловушки.

Практика. Решение матовых комбинаций.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат.

Теория. История шахмат. Появление шахмат на Руси. Шахматы в культуре стран Арабского Халифата. Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью. Табии Мансуба «Мат Диларам» как типичная задача средневекового Востока. Испанские и итальянские шахматисты XVI-XVII веков. Ранняя итальянская школа. Калабрией. Греко. Шахматы - как придворная игра. Три стадии шахматной партии. Терминология в шахматах.

Практика. Игра по истории шахмат. Конкурс по истории шахмат. Конкурс по терминологии шахмат.

Дебют.

Теория. Основные принципы развития дебютов. Скорейшая мобилизация фигур. Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов**.** Подрыв центра.

Характеристика открытых начал. Гамбиты. Королевский гамбит. Гамбит Эванса. Северный гамбит. Защита двух коней. Итальянская партия. Шотландская партия. Характеристика полуоткрытых дебютов. Принципы разыгрывания полуоткрытых дебютов. Характеристика закрытых дебютов. Принципы разыгрывания закрытых дебютов. Ловушки в дебюте.

Стратегические идеи итальянской партии Борьба за центр в шотландской партии. Гамбиты, определение и стратегические идеи. Ознакомление с гамбитом Эванса, венской партией, королевским гамбитом, северным гамбитом.

Практика. Тематические партии.

Миттельшпиль.

Теория. Комбинации с мотивом «спертого мата», использованием слабости последней горизонтали, разрушение пешечного прикрытия, освобождение поля, уничтожение защиты, отвлечение, завлечение. Комбинации с мотивом освобождения линии, перекрытие, блокировки, превращение пешки.

Пешечные слабости. Изолированные, отсталые и сдвоенные пешки. Сильные и слабые пункты (поля).

Открытая линия. Седьмая (вторая) горизонталь.

Виды преимущества. Материальное и позиционное преимущество. Пространственное преимущество. Преимущество во времени.

Комбинации, основанные на диагональном действии слонов.

Коневые комбинации. «Спертый мат». Вилка.

Пешечные комбинации. Нестандартное превращение пешки.

Тяжелофигурные комбинации. Слабость первой и восьмой горизонталей. «Форточка».

Типичные комбинации, основанные на взаимодействие фигур. Взаимодействие ладьи и слона. «Мельница». Взаимодействие слона и коня. Взаимодействие ладьи и коня. Комбинации на завлечение. Комбинации на блокировку. Комбинации на отвлечение. Комбинации на освобождение поля

(линии). Комбинации на перекрытие. Комбинации на уничтожение защиты. Комбинации на захват пункта. Комбинации на разрушение. Атака на не рокированного короля. Атака на короля при односторонних рокировках. Атака на короля при разносторонних рокировках.

Практика. Нахождение комбинаций. Разыгрывание позиций. Конкурс «Шахматное лото».

Эндшпиль.

Теория. Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Опаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Пешечный прорыв.

Расширенное знание пешечных окончаний. Ознакомление с окончаниями: слон против пешки, конь против пешки, коневые окончания, король, конь и пешка против короля, слоновые окончания, король, слон и пешка против короля.

Цугцванг. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Случаи ничьи при большом материальном перевесе. Слон и ладейная пешка. Конь и ладейная пешка.

Элементарные ладейные окончания. Позиция Филидора. Построения «мостика». Местонахождение ладьи по отношению к проходной пешки (принцип Тарраша).

Активность в эндшпиле. Мат двумя слонами. Окончания, в которых слон сильнее коня. Окончания, в которых конь сильнее слона. Окончания с одноцветными слонами. Окончания с разноцветными слонами.

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Теория. Основные положения правил вида спорта «шахматы». Значение спортивных мероприятий и их место в учебно-тренировочном процессе. Шахматные часы.

Практика. Практическая игра с шахматными часами с разными контролями времени.

Участие в соревнованиях.

Теория. Требования к участнику соревнований по шахматам. Поведение за доской. Этика шахматиста.

Практика. Учебно-тренировочный турнир. Анализ партий.

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат». Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение итоговых контрольных заданий.

Группы учебно-тренировочного этапа подготовки первого года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Значение физической культуры в укреплении здоровья. Основные формы организации занятий физической культурой и спортом среди детей и юношей.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Теория. Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские.

План соревнований. Появление шахмат в Европе.

Практика. Ролевая игра по судейству шахмат.

Общая физическая подготовка

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, мышц шеи и туловища, мышц ног, мышц всего тела. Упражнения и виды спорта, развивающие выносливость и быстроту реакции (плавание, бег,теннис).

Специальная физическая подготовка

Физические упражнения быстроты ответной реакции. Подвижные спортивные игры (теннис). Дыхательная гимнастика.

Упражнения улучшения кровоснабжения головного мозга, предупреждения туннельного синдрома.

Техническая подготовка

Слабые и сильные поля: слабые поля в лагере противника; слабость комплекса полей; о некоторых сильных полях. Особенности расположения пешек. Пешечные слабости в эндшпиле.

Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях. Прием отталкивания. Прием треугольника

Два слона в миттельшпиле. Метод реализации преимущества двух слонов.

Практика. Решение позиций. Разыгрывание позиций.

Тактическая подготовка

Теория. Типовые шахматные комбинации: на завлечение, отвлечение, на перекрытие, на уничтожение защиты.

Практика. Конкурс задач по тактике

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат.

Теория. Мастера XVII века. Филипп Стамма. Алгебраическая нотация. Андре Франсуа Даникан Филидор – основоположник научного подхода к шахматам и его теория. Моденское трио.

Знакомство с чемпионами мира. Общие биографические сведения. Первый международный турнир (Лондон, 1851 г.), его значение. Сильнейшие мастера середины 19 века. П. Морфи. А.Андерсен. В. Стейниц. Э. Ласкера. Х.-Р.Капабланки. А.Алехин.

Практика. Конкурсы по истории шахмат. Конкурс «Шахматный брейн». Конкурс «Портрет шахматиста».

Дебют.

Теория. План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Стратегические идеи, план игры, основные варианты итальянской партия, дебюта четырех коней, защиты двух коней, защиты Филидора, шотландской партии, шотландского гамбита, сицилианской защиты, ферзевого гамбита. Системы защиты в принятом и отказанном ферзевом гамбите.

Практика. Сеанс одновременной игры. Тематические партии. Конкурс «Шахматный теоретик».

Миттельшпиль.

Теория. Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Атака фигурами. Пешечно–фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле.

Хорошие и плохие слоны. Два принципа Капабланки. Разноцветные слоны в миттельшпиле. Выключение фигуры из игры. План игры. Типовые позиции.

Использование открытых и полуоткрытых линий. План игры. Типовые позиции. Форпост на открытой и полуоткрытой линии. План игры. Типовые позиции. Способы борьбы за открытую линию.

Сильный пешечный центр. Подрыв пешечного центра. Пешечные слабости. Сдвоенные пешки. Отсталая пешка на полуоткрытой линии

Практика. Решение позиций. Выбор хода. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета.

Эндшпиль.

Теория. Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях. Конь с пешкой против двух и более пешек. Конь против пешек. Слон с пешкой против двух и более пешек. Слон против пешек. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи.

Пешечный эндшпиль. Прием отталкивания. Прием треугольника. Окончания с проходными пешками у обеих сторон. Правило «блуждающего квадрата». План игры. Типовые позиции. Прорыв. План игры. Типовые позиции.

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций.

Психологическая подготовка

Психологическая устойчивость вырабатывается через следование определённым рекомендациям здорового образа жизни (далее – ЗОЖ). Это и полноценный сон, и сбалансированное питание, создание внутреннего покоя, выработка чувства ответственности и адекватная самооценка обучающихся. Помимо рекомендации к соблюдению ЗОЖ – важно объяснить обучающемуся регламент предстоящих соревнований, подготовить к наиболее сильным соперникам, разбирая дебютные схемы, тактические приёмы.

Основы методики тренировки шахматиста.

Понятие об обучении и тренировке Обучение и тренировка как единый педагогический процесс. Дидактические принципы педагогики в процессе обучения и тренировки.

Спортивный режим и медицинский контроль

Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены, физических упражнений и спорта. Гигиена умственного труда. Личная гигиена шахматиста.

Участие в соревнованиях.

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-психологическая подготовка к сопернику.

Практика. Участие в официальных соревнованиях. Учебно-тренировочный турнир. Блиц-турнир. Разбор партий.

Контрольные занятия.

Практика. Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля». Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение итоговых контрольных заданий.

***<u>Группы учебно-тренировочного этапа подготовки второго года обучения</u>*.**

Физическая культура и спорт в России.

Спортивная классификация и её значение для развития спорта. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания. Основные формы организации занятий физической культурой и спортом среди детей и юношей.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Системы соревнований; круговая, олимпийская, швейцарская, шевенингенская. Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очерёдности игры в соревнование. Правила определения цвета фигур.

Общая физическая подготовка

Для мышц всего тела, упражнения на формирование правильной осанки. Легкоатлетические упражнения: ходьба, бег, прыжки. Плавание.

Специальная физическая подготовка

Физические упражнения или их элементы упражнения: для развития общей выносливости, быстроты ответной реакции. Дыхательная гимнастика.

Техническая подготовка

Теория. Открытые и полуоткрытые линии. Использование открытых и полуоткрытых линий. Открытые и полуоткрытые линии и атака на короля. Борьба за открытую линию. Проблема центра: сильный пешечный центр; подрыв пешечного центра; роль центра при фланговых операциях.

Мат слоном и конем.

Техника расчета. Дерево расчета. Ходы – кандидаты. Возможные случаи ошибок при расчете. Связка. Ошибка при расчете. Промежуточный ход или контр –нападение.

Тактическая подготовка

Комбинация. Наиболее характерные комбинационные возможности различных фигур: комбинации, основанные на диагональном действии слонов; - жертва слона на h7 (h2); коневые комбинации; тяжело фигурные комбинации; типичные комбинации, на взаимодействии.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат.

Теория. Французские и английские шахматисты первой половины XIX века. Матч Лабурдоне - Мак-Доннель. Автомат Кемпелена. Кафе «Режанс», Журнал «Паламед». Немецкие шахматисты середины XIX века. Адольф Андерсен. Наследие Пола Морфи. Шахматы во второй половине XIX века.

Борьба за звание чемпиона мира. Р.Фишер. А.Карпов. Г.Каспаров. Обзор шахматистов XX века.

Практика. Конкурс «Портрет шахматиста». Кроссворд «Короли шахмат».

Дебют.

Теория. Потеря инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Гамбиты. Шотландский гамбит. Королевский гамбит. Основные варианты. Гамбит Эванса. Стратегические идеи гамбита Эванса. Основные варианты. Гамбиты в полуоткрытых и закрытых дебютах.

Открытые дебюты. Итальянская партия. Спокойная система. Испанская партия. Разменная система. Контратака Маршалла. Открытый вариант. Защита двух коней. Вариант 4.d4. Шотландская партия. Основные варианты.

Полуоткрытые дебюты. Сицилианская защита. Схевенингенский вариант. Вариант Паульсена. Вариант Свешникова. Вариант дракона. Вариант Найдорфа. Защита Алехина. Основные варианты. Французская защита. План игры. Основные варианты. Защита Каро-Канн. Основные варианты. Скандинавская защита. Основные варианты.

Закрытые дебюты. Дебют ферзевых пешек. Основные идеи. Защита Нимцовича. Основные варианты. Славянская защита. Основные варианты.

Практика. Тематические партии. Сеанс одновременной игры. Конкурс «Шахматный теоретик».

Миттельшпиль.

Теория. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей. Сложные комбинации на сочетание идеи. Форпост. Вторжение на седьмую (вторую) горизонталь.

Проблема центра. Закрытый пешечный центр Пешечный клин. Подвижный пешечный центр Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечно–фигурный центр. Открытый центр. Центр и фланги. Осада центра с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях Борьба с образованием у противника пешечного центра.

Типовые планы проведения атаки. Типовые планы защиты. Атака на короля при разносторонних рокировках. Типовые планы проведения атаки. Типовые планы защиты.

Оценка позиции. Выбор плана. Позиционные основы плана.

Практика. Анализ позиций. Разыгрывание позиций.

Эндшпиль.

Теория. Метод оценки позиции в пешечном эндшпиле. Активность короля. Создание цугцванга. Запасные темпы. Поля соответствия в пешечных окончаниях. Переход в пешечный эндшпиль как метод реализации материального перевеса.

Конь с пешками против коня с пешками. Борьба слона с пешками против слона с пешками: слоны одноцветные, слоны разноцветные. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Ладья и не крайняя пешка против ладьи. Принцип Тарраша. Позиция Филидора. Построение «мост».

Ладейный эндшпиль. Владение седьмой (второй) горизонталью. Использование открытой линии. Окончания с проходными пешками. Способ выигрыша при блокировке ладьей проходной пешки.

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета.

Основы методики тренировки шахматиста.

Формы и методы тренировки шахматиста. Групповая как основная форма организации учебно-тренировочного процесса. План, содержание и построение теоретического занятия. Содержание практического занятия.

Спортивный режим и медицинский контроль.

Закаливание и его сущность. Роль закаливания в деле предупреждения инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

Шахматная литература.

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста

Участие в соревнованиях

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-волевые качества шахматиста.

Практика. Учебно-тренировочный турнир. Блиц – турнир. Анализ партий.

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат». Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение итоговых контрольных заданий.

Группы учебно-тренировочного этапа подготовки третьего года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Детско-юношеские спортивные школы. Юношеские соревнования и спартакиады, их значение для массового развития спорта.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка мест соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Праздничность соревнований. Порядок оформления отчета о соревнованиях.

Общая физическая подготовка

Для мышц рук и плечевого пояса, для мышц шеи и туловища, для мышц ног, для мышц всего тела, упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба, бег, прыжки.

Специальная физическая подготовка

Физические упражнения или их элементы упражнения: для развития общей выносливости, быстроты ответной реакции.

Техническая подготовка

Атака на короля: - атака на не рокировавшего короля; - атака на короля при односторонних рокировках; - атака на короля при разносторонних рокировках Тренировка техники расчета.

Тактическая подготовка

Теория. Об этюдной композиции. Жанры шахматной композиции. Задачи и этюды. Некоторые этюдные идеи на практике

Оценка позиции. Жертва ферзя. Возможные мотивы жертвы ферзя.

Жертва ладьи. Возможные мотивы жертвы качества.

Легкая фигура против трех пешек. Оценка позиции. Жертва легкой фигуры.

Практика. Конкурсы решения комбинаций и задач-миниатюр, блицконкурс, конкурс решения задач двухходовых, решение этюдов.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат.

Теория. Проникновение шахмат в Россию. Шахматы в русском былинном творчестве. Шахматы в культуре Киевской Руси Шахматы и торговые связи русских купцов с Востоком. Шахматы в Московском государстве. Изготовление шахмат как вид ремесла. Археологические находки на территории Русского государства. Шахматы на Петровских ассамблеях.

Шахматы в культурной жизни русского общества XVIII-XIX веков. Первая шахматная книга на русском языке Ивана Бугримова. Первый русский шахматный мастер А.Д.Петров, К.А.Яниш, братья Урусовы, И.С. Шумов. «Самоучитель шахматной игры П.С.Шифферса». Шахматные собрания Петербурга, журнал «Шахматный листок». Шахматы и деятели русской культуры. М.И. Чигорин - основоположник русской шахматной школы. Первый чемпион мира В.Стейниц и его учение.

Практика. Конкурс «Шахматный брейн».

Дебют.

Теория. Эволюция взглядов на дебютную теорию. Характеристика современных дебютов. Стратегические идеи русской партии, скандинавской зашиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской зашиты.

Практика. Тематические и консультационные партии. Сеанс одновременной игры. Анализ и комментирование партий. Конкурс «Шахматный теоретик».

Учебный материал дается в зависимости от индивидуального дебютного репертуара обучающихся.

Миттельшпиль.

Теория. Атака на короля. Атака на короля в центре. Способы ведения атаки. Тактический удар. Жертва фигуры. Атака позиции короткой рокировки. Оценка позиции. План атаки. Атака на короля при односторонних и разносторонних рокировках.

Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающих ходов.

Оценка позиции. План атаки. Принципы защиты. Пассивная защита. Активная защита. Способы активной защиты. Конкретно-тактическая защита. «Чувство опасности». Тактические удары.

Роль центра при фланговых операциях. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку.

Фигурно-пешечный центр. Фигуры против пешечного центра. Оценка позиции в центре. Создание опорного пункта в центре. Создание опорных пунктов для коней.

Успешная борьба против двух слонов.

Ферзь против двух ладей. Оценка позиции. Ферзь против ладьи и легкой фигуры. Точные позиции. Ферзь против трех легких фигур.

Две легкие фигуры против ладьи (с пешками). Оценка позиции.

Ладья против легкой фигуры и двух пешек. Оценка позиции.

Возможные мотивы компенсации за легкую фигуру.

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций.

Эндшпиль.

Теория. Ладья против легкой фигуры. Способ защиты. Позиции исключения. Ферзь против легкой фигуры. Метод выигрыша.

Ладья против пешки. Способы борьбы. Точные позиции. Конь против пешки. Способ борьбы. Точные позиции. Ладья и пешка против ладьи. Способы борьбы. Точные позиции. Ладья с пешкой против ладьи с пешкой.

Ферзь и пешка против ферзя. Способы борьбы. Точные позиции. Много пешечные окончания. Реализация лишней пешки в много пешечных окончаниях.

Сравнительная сила коня и слона в эндшпиле.

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета.

Интегральная подготовка

Интегральная подготовка – управление процессом совершенствования шахматиста.

Теория. Организация самостоятельной работы учащихся. Поиск дебютных вариантов в шахматной литературе и их систематизация. Психические и физические качества шахматиста. Технические средства обучения шахматам. Компьютерные шахматные программы Компьютерные шахматные обучающие программы. Компьютерные шахматные игровые программы.

Практика. Работа с шахматной литературой. Работа с компьютерными шахматными программами.

Основы методики тренировки шахматиста.

Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретения им специальных знаний, навыков и качеств.

Круглогодичность тренировок. Циклы, периоды, этапы подготовки шахматиста.

Тренировочные нагрузки и работоспособность. Система восстановительных мероприятий Основные требования, предъявляемые к организации тренировочного процесса. Структура индивидуального занятия

Спортивный режим и медицинский контроль.

Значение питания как фактора обеспечения и укрепления здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при основных физических и умственных нагрузках и восстановлению их..

Понятие о калорийности и усвояемости пищи. Вредное воздействие курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста.

Шахматная литература.

Обзор мировой шахматной литературы: первые рукописи, средневековые трактаты, первые книги и журналы, литература XIX-XX столетия, современная литература.

Участие в соревнованиях

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-волевые качества шахматиста.

Практика. Учебно-тренировочный турнир. Блиц – турнир. Разбор партий.

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат».
Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».
Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».
Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».
Решение контрольных заданий по разделу «Управление процессом совершенствования шахматиста».
Решение итоговых контрольных заданий.

Группы учебно-тренировочного этапа подготовки четвёртого года обучения

Физическая культура и спорт в России.

Организационная структура и руководство физкультурным движением в России. Федерация. Комитет по физической культуре и спорту, его задача.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Теория. Судейская документация. Системы соревнований. Электронные шахматные часы. Установка режимов. Специфика судейства детских соревнований. Судейство командных соревнований

Практика. Судейский тренинг. Зачетное тестирование. Судейская практика.

Общая физическая подготовка

Для мышц рук и плечевого пояса, для мышц шеи и туловища, для мышц ног, для мышц всего тела, упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба, бег, прыжки.

Специальная физическая подготовка

Физические упражнения или их элементы упражнения: для развития общей выносливости, быстроты ответной реакции. Спортивные и подвижные игры; дыхательная гимнастика.

Техническая подготовка

Теория. Реализация материального перевеса в ладейных окончаниях.

Реализация пешечного перевеса на одном из флангов. Реализация лишней пешки при игре на одном фланге.

Использование дефектов пешечного расположения. Использование принципа двух слабостей. Правила Капабланки. Выключение слона Мотив Ласкера. Мнимая жертва пешки. Имитация размена.

Практика. Анализ позиций. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета

Тактическая подготовка

Теория**.** Позиционная жертва пешки. Жертва пешки в дебюте. Прорыв в центре. Вскрытие вертикали или диагонали для атаки на короля.

Практика. Конкурсы решения комбинаций, блиц – конкурс; конкурс решения задач.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат.

Теория. М.И.Чигорин - основоположник русской шахматной школы. Эм. Ласкер и его подход к шахматам. Критика догматизма в шахматах. Творчество З.Тарраша, Г.Пильсбери, А.Рубинштейн. Шахматная жизнь в начале XX века. Становление советской шахматной организации Деятельность Н.В.Крыленко. Первый чемпион РСФСР. Первые международные советские турниры. Плеяда советских мастеров. Р.Фишер. А..Карпов. Г..Каспаров. Обзор современных соревнований.

Практика. Конкурс «Портрет шахматиста». Кроссворд «Короли шахмат».

Дебют.

Теория.. Учебный материал дается в зависимости от индивидуального дебютного репертуара обучающихся. Дебютные схемы и новинки выбранных дебютов. Переход из дебюта в миттельшпиль и в эндшпиль.

Практика. Конкурс «Шахматный теоретик». Тематические и консультационные партии. Анализ и комментирование партий.

Миттельшпиль.

Теория. Изолированная пешка в центре доски. Закрытый центр. План игры. Пешечная пара «c3+d4». План игры. Висячие пешки. План игры. Атака на королевском фланге при поддержке форпостного коня. «Карлсбадская структура». План игры. Позиционная жертва пешки. Жертва пешки в дебюте. Прорыв в центре. Вскрытие вертикали или диагонали для атаки на короля. Оценка позиции. Определяющие позиционные факторы. Статическая оценка. Динамическая оценка. Выбор плана. Влияние пешечной структуры на выбор плана. Влияние положения короля на выбор плана.

Практика. Конкурс «Играем вместе с гроссмейстерами». Разыгрывание позиций. Расчет вариантов.

. 5. Теория эндшпиля. Теория. Реализация материального перевеса в ладейных окончаниях. Активная позиция ладьи. Пешечные слабости. Активность короля. Ферзь против ладьи. Реализация материального перевеса в ферзевых окончаниях. Безопасность короля. Приемы укрытия от шахов. Конь против пешки. Способы борьбы. Крайняя пешка. Точные позиции. Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций. Конкурс задач по тактике. Тренировка техники расчета.

Эндшпиль.

Теория. Слон против пешек. Точные позиции и этюды. Одноцветные слоны. Точные позиции и этюды. Реализация лишней отдаленной пешки. Реализация преимущества в позициях с активным королем. Разноцветные слоны. Особенности позиций, позволяющие рассчитывать на победу. Связанные проходные пешки. Конь против пешек. Точные позиции. Коневые окончания. Игра на цугцванг. Реализация лишней пешки при игре на одном фланге. Отдаленная проходная пешка. Дефекты пешечного расположения. Слон против коня. Особенности фигур в их борьбе друг против друга. Позиции с преимуществом слона над конем. Открытые позиции с игрой на двух флангах. Позиции с преимуществом коня над слоном. Закрытые позиции

Практика. Решение задач. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета**.**

Интегральная подготовка.

Теория. Организация самостоятельной работы обучащихся. Создание индивидуальной дебютной базы данных. Компьютерная шахматная программа «ChessBase». Работа с базами данных. Поиск партий по различным критериям. Аналитический модуль «Рыбка». Аналитический модуль «Shredder».

Практика. Работа с шахматной литературой. Работа с компьютерными шахматными программами. Решение задач.

Основы методики тренировки шахматиста.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в периоды между соревнованиями. Особенности построения учебно-тренировочного процесса перед соревнованиями.

Спортивный режим и медицинский контроль.

Гигиенические основы режима, отдыха, занятий спортом. Значение правильного режима дня юного шахматиста Место ежедневной утренней гимнастики и водных процедур в режиме дня шахматиста.

Участие в соревнованиях

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-волевые качества шахматиста.

Практика. Участие в официальных соревнованиях согласно единому календарному плану физкультурно-спортивных мероприятий. Учебно-тренировочный турнир. Блиц – турнир. Разбор партий.

Шахматная литература.

Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований.

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат». Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Управление процессом совершенствования шахматиста».

Тестирование по разделу «Судейство соревнований».

Решение итоговых контрольных заданий.

<u>Группы совершенствования спортивного мастерства</u>

Физическая культура и спорт в России.

Физкультурные и спортивные движения в России на совершенном этапе.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Теория. Судейская документация. Системы соревнований. Электронные шахматные часы. Установка режимов. Специфика судейства детских соревнований. Судейство командных соревнований.

Практика. Судейский семинар. Зачетное тестирование по судейству. Организация соревнований. Судейская практика.

Общая физическая подготовка

Для мышц рук и плечевого пояса, для мышц шеи и туловища, для мышц ног, для мышц всего тела, упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба, бег, прыжки.

Спортивные и подвижные игры; дыхательная гимнастика. Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать гигиеническими процедурами и закаливанием.

Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка направлена на развитие физических качеств применительно к специфике избранного вида спорта,

Упражнения: для развития общей выносливости, быстроты ответной реакции, вестибулярной устойчивости, координационных способностей, укрепления мышц Кора, улучшения кровоснабжения головного мозга, предупреждения туннельного синдрома;

Средства, используемые специальной физической подготовкой в основном соревновательные упражнения или их элементы, выполняемые близкой к соревновательной скорости, соревновательные условия.

Техническая подготовка

Теория. Контратака: контрудар в центре; контратака на разных флангах; переход контратаку с жертвой.

Тренировка техники расчета: ошибки при расчете.

Стратегия. Различная подвижность (активность) фигур. Ограничение подвижности фигур. Открытые и полуоткрытые линии. Вскрытие линий. Центр. Проблема центра:

Создание слабостей в лагере соперника

Преимущество двух слонов.

Два коня: успешная борьба против двух коней. Техника мата двумя конями короля с пешкой.

Алгоритм реализации Лавирование против слабостей

Практика. Разыгрывание позиций. Расчет вариантов.

Тактическая подготовка

Теория. Комбинация. Наиболее характерные комбинационные возможности различных фигур. Комбинации, основанные на диагональном действии слонов. Коневые комбинации. Пешечные комбинации. Тяжелофигурные комбинации. Комбинации, основанные на взаимодействии фигур;

Тактические осложнения. Переход в эндшпиль, как метод защиты.

Практика.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат

Теория. Х-Р.Капабланка и его стиль А.Алехин - первый русский чемпион мира. Шахматное творчество М.Эйве. Гипермодернизм как новое течение шахматной мысли Творчество А.Нимцовича, Р.Рети, С.Тартаковера. Крупнейшие международные соревнования середины XX века. Образование ФИДЕ. Система розыгрыша звания чемпиона мира. Обзор современных международных соревнований. Современные ведущие российские шахматисты. Современные ведущие шахматисты

Практика. Конкурс «Шахматный брейн».

Дебют.

Теория. Методы углублённой работы над дебютом. Формирование дебютного репертуара. Углубление и расширение знаний стратегических идей испанской партии, сицилианской защиты, отказанного ферзевого гамбита. Знание главных систем зашиты Грюнфельда и защиты Нимцовича.

Понятие о концентрическом методе изучения дебютных систем.

Практика. Анализ позиций. Анализ партий ведущих шахматистов.

Миттельшпиль.

Защита в шахматной партии. Составления максимально обоснованного плана защиты, перегруппировка сил, экономизм защитных мероприятий. Тенденция перехода в контратаку. Слабость комплекса полей. Теория пешечных «островков». Создание слабостей в лагере соперника.

Пешечный перевес на ферзевом фланге. Создание проходной пешки. Пешечный перевес в центре или на королевском фланге. Борьба с пешечным перевесом на фланге. Атака пешечного меньшинства. Качественное пешечное превосходство (А. Нимцович). Ограничение подвижности и блокада. Активная защита. Маневрирование с целью завоевания преимущества. План игры. Типовые позиции. Алгоритм реализации Лавирование против слабостей. План игры. Типовые позиции.

Практика. Анализ и разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета.

Эндшпиль.

. Теория. Слон против пешек. Точные позиции и этюды. Одноцветные слоны. Точные позиции и этюды. Реализация лишней отдаленной пешки. Реализация преимущества в позициях с активным королем. Разноцветные слоны. Особенности позиций, позволяющие рассчитывать на победу. Связанные проходные пешки. Конь против пешек. Точные позиции. Коневые окончания. Игра на цугцванг. Реализация лишней пешки при игре на одном фланге. Отдаленная проходная пешка. Дефекты пешечного расположения. Слон против коня. Особенности фигур в их борьбе друг против друга. Позиции с преимуществом слона над конем. Открытые позиции с игрой на двух флангах. Позиции с преимуществом коня над слоном. Закрытые позиции.

Практика. Анализ и разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета.

Интегральная подготовка

Теория. Организация самостоятельной работы учащихся. Создание индивидуальной дебютной базы данных. Компьютерная шахматная программа «ChessBase». Работа с базами данных. Поиск партий по различным критериям. Аналитический модуль «Рыбка». Аналитический модуль «Shredder».

Практика. Работа с шахматной литературой. Работа с компьютерными шахматными программами. Решение задач.

Психологическая подготовка

Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика.

Основы методики тренировки шахматиста.

Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста. Основные закономерности тренировки шахматиста: совершенствование - как многолетний тренировочный процесс, периодизация спортивной тренировки, общая подготовка (физическая подготовка, волевая и психологическая подготовка, специфическая выносливость), специальная подготовка.

Спортивный режим и медицинский контроль.

Двигательная активность шахматиста. Требования к режиму шахматиста. Режим во время соревнований. Содержание врачебного контроля и самоконтроля. Медосмотр у спортивного врача.

Участие в соревнованиях

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-волевые качества шахматиста.

Практика. Участие в официальных соревнованиях. Анализ партий.

Шахматная литература.

Обзор современной литературы (периодические издания, специальные издания, тематические серии).

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат». Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Управление процессом совершенствования шахматиста».

Тестирование по разделу «Судейство соревнований».

Решение итоговых контрольных заданий.

<u>Группы высшего спортивного мастерства</u>.

Правила вида спорта «шахматы». Судейство и организация соревнований.

Теория. Судейская документация. Единая Всероссийская спортивная классификация.

Практика. Судейский семинар. Зачетное тестирование.

Общая физическая подготовка

Для мышц рук и плечевого пояса, для мышц шеи и туловища, для мышц ног, для мышц всего тела, упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба, бег, прыжки.

Спортивные и подвижные игры; дыхательная гимнастика.
Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать гигиеническими процедурами и закаливанием.

Специальная физическая подготовка

Физические упражнения или их элементы упражнения: для развития общей выносливости, быстроты ответной реакции, вестибулярной устойчивости, координационных способностей, укрепления мышц Кора, улучшения кровоснабжения головного мозга, предупреждения туннельного синдрома.

Техническая подготовка

Переход в эндшпиль с целью реализации материального или позиционного преимущества.

Позиции, в которых ладья сильнее слона. Позиции, в которых слон сильнее ладьи. Позиции, в которых ладья сильнее коня. Нестандартный путь: для ладьи, для коня.

Построение крепости

Потенциальная проходная: крайняя пешка, пешка в центре.

Волнорез.

Взятие по Рубинштейну. Метод Ботвинника. Профилактика Тайманова.

Рецепт Ботвинника. Набор Капабланки.

Тактическая подготовка

Конкурсы решения комбинаций и задач-миниатюр: конкурс решения комбинаций, блицконкурс, конкурс решения задач в три хода, решение этюдов.

Комбинация. Наиболее характерные комбинационные возможности различных фигур: комбинации, основанные на диагональном действии слонов; коневые комбинации; пешечные комбинации; тяжелофигурные; комбинации, основанные на взаимодействии фигур.

Классификация комбинации по идеям: комбинации на завлечение, отвлечение; блокировку, освобождение поля, освобождение линии,

перекрытие, уничтожение защиты, захват пункта, разрушение, комбинации с сочетанием идей.

Тактические приемы при проведении пешки.

.Контратака: контрудар в центре, контратака на разных флангах, переход в контратаку с жертвой.

Теоретическая подготовка

Исторический обзор развития шахмат

Теория. Обзор современных соревнований. Современные ведущие шахматисты мира.

Практика. Конкурс «Шахматный брейн».

Дебют.

Теория. Учебный материал зависит от индивидуального дебютного репертуара учащихся. Углубленное изучение избранных дебютов, с множеством вариаций и разветвлением: за черных на е4, за белых, за черных на d4.

Практика. Конкурс «Шахматный теоретик». Тематические и консультационные партии. Сеанс одновременной игры. Анализ и комментирование партий.

Миттельшпиль.

Теория. Динамическая и статическая оценка позиции. Выбор плана. Временные факторы при оценке позиции. Оценка позиции с нарушенным материальным равновесием. Оценка позиции в иррациональных позициях. Психологический подход при выборе плана. Выбор плана при неудачном положении фигуры. Переход в эндшпиль с целью реализации материального преимущества. Переход в эндшпиль с целью реализации позиционного преимущества.

Практика. Решение задач. Конкурс задач по тактике. Разыгрывание позиций. Тренировка техники расчета

Эндшпиль.

Теория. Ладейные окончания. Сложные случаи реализации материального перевеса. Реализация позиционного перевеса. Ладья против пешек. Точные позиции. Методы борьбы. Ладья против легкой фигуры. Позиции, в которых ладья сильнее слона. Позиции, в которых слон сильнее ладьи. Позиции, в которых ладья сильнее коня. Наличие отдаленной проходной пешки. Игра на двух флангах. Позиции, в которых конь сильнее ладьи. Наличие проходной пешки. Тактические приемы при проведении пешки. Дефекты пешечной структуры. Ферзевые окончания. Этюдные идеи. Виды преимущества в сложных окончаниях. Проходная пешка. Защищенность короля. Реализация материального и позиционного перевеса. Ферзь против ладьи. Построение крепости. Наличие двух опорных пунктов. План выигрыша.

Практика. Анализ, расчет и разыгрывание позиций.

Интегральная подготовка

Теория. Организация самостоятельной работы учащихся. Работа с шахматными базами данных в компьютерной программе «Chess Assistant».

Практика. Работа с шахматной литературой. Работа с компьютерными шахматными программами. Решение задач.

Психологическая подготовка

Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика.

Шахматная литература.

Обзор современной шахматной литературы (периодические издания, специальные издания, тематические серии).

Участие в соревнованиях

Теория. Требования к участнику соревнований. Этика шахматиста. Морально-волевые качества шахматиста.

Практика. Участие в официальных соревнованиях. Анализ партий

Контрольные занятия.

Практика.

Решение контрольных заданий по разделу «Общие основы теории шахмат». Решение контрольных заданий по разделу «Теория дебютов».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория миттельшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Теория эндшпиля».

Решение контрольных заданий по разделу «Управление процессом совершенствования шахматиста».

Тестирование по разделу «Судейство соревнований».

Решение итоговых контрольных заданий.

1.4.4.2 Учебно-тематический план

Таблица 28

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (час)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	312/416		
	Общая физическая подготовка	46/42	ежемесячно	Физическая культура и спорт в России. Понятие о физической культуре и спорте. О виде спорта «шахматы». Инструктаж по технике безопасности. Физкультура как составная часть всестороннего развития человека. Значение физической культуры в укреплении здоровья.
	Участие в спортивных соревнованиях	1/1	май	Спортивные правила вида спорта «шахматы»: «тронул – ходи», «отпустился – ход сделан». Невозможный ход Требования к участнику соревнования. Спортивная этика шахматиста Участие в контрольных соревнованиях.
	Техническая подготовка	113/168	ежемесячно	Понятие о технических элементах вида спорта. Обучение базовым элементам техники вида спорта. Дидактические игры и задания.
	Тактическая подготовка	54/80	ежемесячно	Понятие о тактике. Основы шахматной тактики. Основные тактические приёмы
	Теоретическая подготовка	78/100	ежемесячно	История возникновения вида спорта и его развитие. Основы шахматной игры. Характеристика современных дебютов.
	Психологическая подготовка	12/12	ежемесячно	Упражнение на развитие зрительного внимания, памяти, на гармонизацию зрительного внимания, на развитие слухового внимания, слуховой памяти
	Контрольные мероприятия	4/4	август	Решение контрольных заданий по разделу «Основы шахматной игры», «Элементы шахматной партии», «Основы шахматной

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (час)	Сроки проведения	Краткое содержание
	(тестирование и контроль)			тактики». Решение итоговых контрольных заданий. Сдача норм по общей физической подготовке.
	Инструкторская практика	0/5	апрель-май	Понятие – инструкторская работа. Базовые навыки инструктора в спорте.
	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2/2	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом.. Понятие о травматизме. Понятие о гигиене и санитарии. Медицинское обследование.
	Восстановительные мероприятия	2/2	октябрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до года/до двух лет/ до трех лет обучения/ свыше трех лет обучения:	624/728/832/832		
	Общая физическая подготовка	50/54/50/50	ежемесячно	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков. Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Специальная физическаяподготовка	36/42/42/42	ежемесячно	Упражнения на развитие общей и скоростной выносливости, быстроты ответной реакции, вестибулярной устойчивости, координационных способностей, укрепления мышц Кора, улучшения кровоснабжения головного мозга, предупреждения

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (час)	Сроки проведения	Краткое содержание
				туннельного синдрома;
	Участие в спортивных соревнованиях	31/32/39/77	ежемесячно	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Техническая подготовка	192/231/264/276	ежемесячно	Основы стратегии. Различная подвижность (активность) фигур. Открытые и полуоткрытые линии. Проблема центра:
	Тактическая подготовка	96/120/130/130	ежемесячно	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретическая подготовка	154/166/224/191	ежемесячно	Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	35/35/30/30	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	5/6/5/5	декабрь, май	Решение контрольных заданий по разделам спортивной подготовки. Решение итоговых контрольных заданий. Сдача норм по общей физической подготовке.
	Инструкторская практика	14/14/11/8	январь, март	Расписание учебно-тренировочного занятия. План–конспект.
	Судейская практика	4/4/10/10	январь, август	Система спортивных соревнований. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
	Медицинские, медико-биологические мероприятия	6/6/6/6	январь, август	Режим дня. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание. Медицинское обследование.
	Восстановительные мероприятия	7/18/21/7	январь, март, июль	Педагогические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Особенности применения различных восстановительных средств

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (час)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	1040/1248		
	Общая физическая подготовка	62/50	ежемесячно	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта.
	Специальная физическаяподготовка	62/50	ежемесячно	Упражнения на развитие общей и скоростной выносливости, быстроты ответной реакции, вестибулярной устойчивости, координационных способностей, укрепления мышц Кора, улучшения кровоснабжения головного мозга, предупреждения туннельного синдрома.
	Участие в спортивных соревнованиях	124/175	согласно ЕКП	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Техническая подготовка	323/375	ежемесячно	Контратака: контрудар в центре, контратака на разных флангах, переход в контратаку с жертвой. Тренировка техники расчета: ошибки при расчете, тренировка техники расчета. Основы стратегии
	Тактическая подготовка	150/150	ежемесячно	Современныетенденциисовершенствованиясистемыспортивной тренировки.Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
	Теоретическая подготовка	242/326	ежемесячно	Дебют: углубленное изучение избранных дебютов. Типовые позиции эндшпиля.

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (час)	Сроки проведения	Краткое содержание
	Психологическая подготовка	в переходный период спортивной подготовки 24/24		Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.
	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	6/6	декабрь, май	Решение контрольных заданий по разделам спортивной подготовки. Решение итоговых контрольных заданий.
	Инструкторская практика	9/10	январь, март	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Судейская практика	12/15	январь, август	Участие в судейском семинаре. Сдача зачетного тестирования на судейскую категорию. Судейство спортивных соревнований в качестве волонтера
	Медицинские, медико-биологические мероприятия	9/9	январь, август	Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки. Медицинское обследование.
	Восстановительные мероприятия	17/58	январь, март, июль	Педагогические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Медико-биологические средства восстановления. Особенности применения различных восстановительных средств.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «шахматы» (спортивных дисциплин), уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку (далее — обучающиеся), на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «шахматы» и включают:

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы» с учетом приложения № 6 к ФССП (Таблица 29).

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «шахматы» с учетом приложения № 7 к ФССП (Таблица 30),

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «шахматы» с учетом приложения № 8 к ФССП (Таблица 31).

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «шахматы» с учетом приложения № 9 к ФССП (Таблица 32)

2.1. Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы»

Таблица 29

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки						
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
3.	Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115

2.2. **Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «шахматы»**

Таблица 30

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы обшей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,2
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			17	11
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+9
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			9,2	9,5
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			10	8
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			2	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

2.3. Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «шахматы»

Таблица 31

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			9,5	10,1
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			28	14
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			7,9	8,2
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	165
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз		не менее
			46	40
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			18	12
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			8	8
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода на этапе высшего спортивного мастерства по виду спорта «шахматы»

Таблица 32

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			34	13

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз		не менее
			49	43
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			22	16
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			12	12
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивные звания «мастера спорта России» и (или) «гроссмейстер России» и (или) «мастер спорта России международного класса»			

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»

3.1 Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся

3.1.1 Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положению (регламенту) об официальном спортивном соревновании согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «шахматы»;
- соответствие плану спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора (если требуется);
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

3.1.2 Половые и возрастные группы спортсменов.

Согласно Правилам вида спорта «шахматы», утвержденных приказом Министерства спорта РФ от 29 декабря 2020 г. № 988 с изменениями, внесенными приказами Министерства спорта Российской Федерации от 10 апреля 2023 г. № 243, от 11 мая 2023 г. № 315, соревнования проводятся в возрастных группах:

мужчины;
женщины;
юниоры (17-25 лет);
юниорки (17-25 лет);
юниоры (до 21 года);
юниорки (до 21 года);
юноши (до 19 лет);
девушки (до 19 лет);
юноши (до 17 лет);
девушки (до 17 лет);
юноши (до 15 лет);
девушки (до 15 лет);
мальчики (до 13 лет);
девочки (до 13 лет);
мальчики (до 11 лет);
девочки (до 11 лет);
мальчики (до 9 лет);
девочки (до 9 лет).

В возрастной группе «юниоры, юниорки (17-25 лет)» соревнования проводятся среди студентов. Допускается участие спортсменов в спортивных соревнованиях, в старших возрастных группах, при условии соответствия требованиям, предъявляемым к классификации участников Положением о соревновании.

Допускается участие женщин (юниорок, девушек, девочек) в спортивных соревнованиях,, проводимых среди мужчин (юниоров, юношей, мальчиков).

Организация, реализующая дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе, в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях

IV. Особенности осуществления спортивной подготовки отдельным по спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» основаны на особенностях вида спорта «шахматы» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «шахматы», по которым осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта: шахматы - командные соревнования, шахматы, блиц, быстрые шахматы, шахматная композиция, заочные шахматы учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы».

К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» относятся:

Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь уставленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «шахматы» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шахматы» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп. При объединении в одну группу занимающихся, разных по возрасту и спортивной подготовленности, рекомендуется не превышать разницу в уровне их спортивного мастерства свыше двух спортивных разрядов.

V.Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки

5.1 Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

5.2 Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки и направлены:

На этапе начальной подготовки на:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «шахматы»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «шахматы»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (спортивной специализации) на:

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «шахматы»; формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «шахматы»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- укрепление здоровья.

На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, теоретической, тактической и психологической подготовленности;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;
- сохранение здоровья.

На этапе высшего спортивного мастерства на:

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «шахматы»;

- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;
- сохранение здоровья.

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.

6.1 Материально-технические условия реализации Программы

Условиями реализации Программы соответствуют требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющей спортивную подготовку, и иным условиям предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых, является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие шахматного зала для проведения соревнований;
- наличие кабинетов для проведения учебно-тренировочных занятий;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)1;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки с учетом приложения № 10 к ФССП (Таблицы 33 – 34);
- обеспечение спортивной экипировкой с учетом приложения № 11 к ФССП (Таблица 35);

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем

Таблица 33

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами	комплект	2
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта «шахматы»)	штук	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	10
6.	Стулья	штук	10
7.	Часы шахматные	штук	10
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
10.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства			
11.	Доска шахматная с электронными фигурами	комплект	2
12.	Ноутбук со специальным программным обеспечением для вида спорта «шахматы»	штук	3
13.	Веб-камера	штук	2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

Таблица 34

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)
1	Шахматная доска складная с шахматными фигурами	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	3	1	3
2.	Ноутбук со специальным программным обеспечением для вида спорта «шахматы»	штук	на обучающегося	-	-	-		1	3	1	3

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица 35

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)
1	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
2	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-		1	2	1	1
3	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося					1	1	1	1
4	Кроссовки утеплённые	пар	на обучающегося					1	1	1	1
5	Футболка спортивная	штук	на обучающегося					2	1	2	1
6	Шапка спортивная	штук	на обучающегося					1	2	1	1
7	Шорты спортивные	штук	на обучающегося					2	1	2	1

6.2 Кадровые условия реализации Программы

Укомплектованность организации педагогическими, руководящими и иными работниками.

Организация, реализующая Программу спортивной подготовки, укомплектована согласно штатному расписанию:

- тренерами-преподавателями;
- методистами;
- руководящим персоналом;
- вспомогательным персоналом.

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «шахматы». А также на всех этапах спортивной подготовки допускается привлечение иных специалистов при условии их одновременной работы с обучающимися, руководящие работники, вспомогательный персонал.

Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского – преподавательского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация дополнительной образовательной Программы.

Уровень квалификации тренеров – преподавателей и иных работников организации.

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников организации осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным профессиональным стандартом "Тренер – преподаватель", утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный N 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

Непрерывность профессионального развития тренеров – преподавателей организации.

Одна из особенностей тренера – преподавателя профессии характеризуется необходимостью непрерывного образования.

Формирование индивидуального преподавательского стиля профессиональной деятельности.

Формирование устойчивой профессионально-педагогической позиции.

Формирование позиции педагога-наставника

С целью профессионального роста и присвоения квалификационных категорий тренеры – преподаватели учреждения повышают свою квалификацию не реже одного раза в три года.

Иные условия реализации Программы.

К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относятся объемы времени на ее реализацию с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Формирования учебно-тренировочных групп.

В группы первого года обучения принимаются все желающие. Учебные группы последующих годов обучения комплектуются по результатам тестирования, учебно-тренировочных соревнований, соревнований, изменения рейтинга и выполнения спортивных разрядов.

В группы со второго года обучения и следующие зачисление не обучавшихся ранее по дополнительной образовательной программе спортсменов проходит по результатам собеседования, контрольного тестирования и предоставленных документов о шахматной квалификации.

Учащиеся, показавшие низкий уровень освоения программы текущего года обучения, либо не освоивший программу учебного года в полном объеме, по своему желанию (старше 14 лет) или родителей (законных представителей), могут пройти повторное обучение.

Списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом вида деятельности, санитарных норм, по норме наполняемости.

Обучение может осуществляться как в группах одной возрастной категории, так и в разновозрастных группах с учетом интеллектуально-психологических особенностей детей. Обучение в разновозрастной группе позволяет достичь положительных результатов, поскольку создает благоприятные условия для взаимодействия тренера – преподавателя с обучающимися и обучающихся между собой. Обучающиеся быстрее усваивают материал на фоне интеллектуального соперничества, получают навыки общения и взаимного обучения. Специфика шахмат позволяет не только

старшим обучать младших, становясь на место тренера – преподавателя, но в ряде случаев дает возможность младшим по возрасту оказывать помощь в обучении старших. Это приводит к повышению уровня ответственности и созданию благоприятного психологического микроклимата.

При реализации Программы возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В этом случае практические занятия по разделу «Игровая практика» ведутся на платформе Lichess.org. Учебный материал теоретических занятий по разделам «Теория дебютов». «Теория миттельшпиля», «Теория эндшпиля» создается в шахматных компьютерных программах ChessBase и Chess Assistant Транслирование занятий проводится в режиме видеоконференций в Zoom.

Объемы времени на ее реализацию.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – четырех часов;

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

6.3 Информационно-методические условия реализации Программы

Список литературных источников

1. Богданович Г. Сицилианская защита. Вариант Рубинштейна, Русский шахматный дом, 2007 г. - 320 с.
2. Бондаревский И.З. Комбинации в миттельшпиле/ И.З.Бондаревский. – Ростов-на Дону: Феникс, 2001 г. – 128 с.
3. Гуфельд Э.Е. Староиндийская длиною в жизнь / Э.Е.Гуфельд, О.В.Стецко, Рипол Классик, 2002 г. - 304 с.
4. Гуфельд Э.Е. Искусство староиндийской защиты/ Э.Гуфельд. - М.: Russian chess house, 2008 г. - 320 с.
5. Дворецкий М.И. Учебник эндшпиля Марка Дворецкого/ М.И.Дворецкий, Факт, 2006 г. – 496 с.
6. Калиниченко Н.М. Дебютный репертуар атакующего шахматиста – М.: Russian chess house, 2005 г. – 241 с.
7. Калиниченко Н.М. Дебютный репертуар позиционного шахматиста– М.: Russian chess house, 2009 г. – 220 с.
8. Карпов А.Е. Учись играть защиту Каро–Канн/А.Е.Карпов. – Можайск, 1999 г.-183 с.
9. Карпов А.Е. Защита Каро-Канн. Атака Панова/ А.Е.Карпов, М.Я.Подгаец. - М.: Russian chess house , 2006 г. - 320 с.
10. Карпов А.Е. Защита Каро-Канн. Закрытая и гамбитная / А.Е. Карпов, М.Я. Подгаец. - М.: Russian chess house, 2006 г. - 332 с.
11. Каспаров Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры (6 томов) М.:РИПОЛ классик, 2005 г. – 502 с. 1
12. Михальчишин А.Б. Магнус Карлсен. 60 партий лидера современных шахмат – М.: Russian chess house, 2011 г. - 296 с.
13. Михальчишин А.Б. Сицилианская защита. Атака Созина-Фишера, 2007 - 378 с.
14. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум/ Я.И.Нейштадт. – М.: Физкультура и спорт, 1980 г. – 239 с.
15. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум-2/ Я.И.Нейштадт - Олимпия Пресс, 1998 г. – 256 с. 39 1
16. Панченко А.Н. Теория и практика миттельшпиля - РИПОЛ, 2004 г. – 256 с.
17. Панченко А.Н. Теория и практика шахматных окончаний/ М.: Russian chess house, 2013 г. – 400 с.
18. Полугаевский Л.А. В сицилианских лабиринтах/Л.А.Полугаевский. – М.:Элекс-КМ, 2003 г. - 336 с.
19. Программа подготовки шахматистов-разрядников. II разряд - КМС / Под ред. В.Е. Голенищева - М.: Russian chess house, 2004 г. - 276 с.
20. Тарраш З. Учебник шахматной стратегии/З.Тарраш - Фолио, 2001 г. – 333 с.

21. Тимощенко Г.А. Дебютный репертуар будущего мастера, Рипол Классик, 2009 г. - 240 с.
22. Франко З. Тесты по стратегии и тактике /М.:Russian chess house, 2014 г.-344 с.
23. Халифман А.В. Дебют белыми по Ананду 1.c4, том 2/ СПб.: Гарде, 2005 г. - 512 с.
24. Халифман А.В. Дебют белыми по Ананду 1.e4, том 1/ СПб.: Гарде, 2004 г. - 280 с.
25. Халифман А.В. Дебют белыми по Крамнику 1.Kf3, том 3/ СПб.: Гарде, 2006. - 292 с.
26. Шахматные окончания: Ладейные. / Под ред. Ю.Л. Авербаха- Физкультура и спорт, 1984 г. – 352 с.
27. Шахматные окончания: Пешечные. / Под ред. Ю.Л. Авербаха- Физкультура и спорт, 1983 г. – 303 с.
28. Шахматные окончания: Слон против коня, ладья против легкой фигуры. / Под ред. Ю.Л. Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1981 г. – 288 с.
29. Шахматные окончания: Слоновые и коневые. / Под ред. Ю.Л.Авербаха- Физкультура и спорт, 1980 г. – 239 с.
30. Шахматные окончания: Ферзевые. / Под ред. Ю.Л. Авербаха- Физкультура и спорт, 1982 г. –336 с.
31. Шипов С.Ю. Ёж: Учебник стратегии и тактики/ М.: Рипол Классик, 2005 г. - 576 с.
32. Якович Ю.Р. Сицилианский миттельшпиль. Атаки на разных флангах /М.: ООО ИПК Парето-Принт, 2013 г. – 256 с.

Дидактические шахматные сказки

1. Сухин И.Г. Удивительные приключения в Шахматной стране. – М.: Поматур, 2000.. – 320 с., ил.
2. Сухин И.Г. Лена, Оля и Баба Яга // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1995. – Вып. 5. – 45с.
3. Сухин И. Удивительные приключения шахматной доски. Сухин И. Хвастуны в Паламеде. Сухин И. Черно-белая магия Ущелья Великанов // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1994. – Вып. 2. . – 15с.
4. Сухин И. Шахматная сказка // Сухин И. Приключения в Шахматной стране. – М.: Педагогика, 1991. – 75с.

Сказки и рассказы для детей о шахматах и шахматистах

1. Аматуни П. Королевство Восемью Восемь. //Гришин В., Осипов Н. В гостях у Короля / Гришин В., Осипов Н. Малыши открывают спорт. – М.: Педагогика, 1976. – 35 с.

2. Добрыня, посол князя Владимира (былина). Драгунский В. Шляпа гроссмейстера. Ильин Е. В стране деревянных королей. – М.: Малыш, 1985. – 36 с.
3. Кумма А., Рунге С. Шахматный Король. Медведев В. Как капитан Соври-голова чуть не стал чемпионом, или Фосфорический мальчик. Молодцу и семидесяти искусств мало (узбекская сказка). Остер Г. Полезная девчонка. Пермяк Е. Вечный Король. Сендюков С. Королевство в белую клетку. – М.: Малыш, 1973. – 54с

Стихотворения о шахматах и шахматистах

1. Берестов В. В шахматном павильоне. Берестов В. Игра. Ильин Е. Приключения Пешки. – М.: ФиС, 1975. - 12с
2. Ильин Е. Средневековая легенда. Квитко Л. Турнир. Никитин В. Чья армия сильней? – Красноярск, 1977. - 18 с.

Перечень аудиовизуальных средств

1. CHESSMASTER 10.
2. Шахматная Стратегия (CD) - Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium-75 МГц, 20 Mb RAM, 15 Mb свободного места на жестком диске, 4- скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит.
3. Шахматные этюды - Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium-75 МГц, 20 Mb RAM, 15 Mb свободного места на жестком диске, 4 скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит. 40
4. Houdini 4 Aquarium - Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium75 МГц, 20 Mb RAM, 15 Mb свободного места на жестком диске, 4скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит.
5. Chess Assistant 11 Профессиональный пакет + Deep Rybka (Рыбка) 4 (DVD) - Системные требования: IBM-совместимый компьютер с частотой 1000 МГц, 256 MB оперативной памяти (RAM), жесткий диск (5 Гб свободного места), Windows XP/Vista/7, накопитель DVD-ROM.
6. Deep Rybka 4.1 Аквариум 2011 - Системные требования: RAM 256 Мб, 4 Гб свободного места на жестком диске, Windows XP/Vista/7.
7. Fritz 13 - Системные требования: Intel Core 2 Duo 2.4 ГГц, 3 Гб RAM, DirectX10-совместимая видеокарта с 512 Мб памяти, Windows Media Player 11, Windows XP SP3/Vista.

Перечень ресурсов информационно - телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для использования в работе лицами, проходящими спортивную подготовку и лицами ее осуществляющими

1. http://webchess.ru/ - сайт шахматной литературы
2. http://www.chesspro.ru/ - информационный сайт
3. http://www.crestbook.com/ - регулярная шахматная аналитика, обзоры текущих турниров, комментарии гроссмейстера С. Шипова и других гроссмейстеров.
4. http://www.e3e5.com/ - регулярные шахматные новости, комментарии, обзоры известных гроссмейстеров
5. http://www.russiachess.org/ - сайт Российской шахматной федерации
6. http://www.ruschess.com/indexrus.php - сайт баз партий minsport.gov.ru-Министерство спорта Российской Федерации. rusada.ru-Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА

Нормативные документы

1. Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 952
3. Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ;
4. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4.07.2014 г.№41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организацию режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
5. Концепции развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4.09.2014 г. №1726р.
6. Федерального проекта «Успех каждого ребёнка», утверждённый президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. N 16)
7. Приказа Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2020 № 103 «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного

общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

9. Приказа № 104 от 17 марта 2020 г. «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации».
10. Письма Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 12 мая 2020 г. № 02/9060-2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы образовательных организаций в условиях распространения COVID-19».
11. Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в РФ, утверждённых министром спорта РФ от 12.05.2014 года, а также обобщений научных исследований в области детско-юношеского спорта и системы многолетней спортивной подготовки, передового опыта работы тренеров с шахматистами национальных сборных команд различных возрастных групп.
12. Правила вила спорта «шахматы», утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 декабря 2020 г. № 988 с изменениями, внесенными приказами Министерства спорта Российской Федерации от 10 апреля 2023 г. № 243, от 11 мая 2023 г. № 315
13. Краевых нормативных актов Алтайского края, действующих в области физической культуры, спорта и образования, а также нормативных актов муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва №3» г. Барнаула (далее – МБУ ДО «СШОР № 3).