

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Программа принята на
педагогическом совете
Протокол №1 02.03.2026г.

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МБУДО СШ

О.В.Щербинина



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА
«ШАХМАТЫ»**

Программа разработана на основании Федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»,
утвержденного Приказом Министерства спорта РФ от 24.10.2025 г. № 876

Возраст обучающихся – 6-18 лет
Срок реализации программы – 8 лет

Составили:
Инструктор-методист Тимошенко Мария Юрьевна,
тренеры-преподаватели Коновалов В.А.
Ткаченко Е.П.

г.Ленинск-Кузнецкий

2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Тематическое планирование	7
3. Содержание учебного материала	11
4. Нормативная часть	33
5. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	39
6. Методическое обеспечение образовательной программы	44
7. Список использованной литературы	63

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Шахматы - это не только интеллектуальная игра, доставляющая детям много радости, но и действенное, эффективное средство их умственного развития.

В сердцевине современной концепции общего образования – идея развития личности ребёнка, формирование его творческих способностей, воспитание важных личностных качеств. Всему этому и многому другому способствует процесс обучения игре в шахматы.

Процесс обучения шахматной игры помогает развитию у детей способностей ориентироваться на плоскости, развитию аналитико-синтетической деятельности мышления, суждений, умозаключений, учит ребенка запоминать, сравнивать, обобщать, предвидеть результаты своей деятельности, содействует формированию таких ценнейших качеств как усидчивость, внимательность, самостоятельность и др.

Образовательная программа дополнительного образования детей по шахматам (далее - программа) составлена в соответствии с:

Федеральным законом от 04.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ред. от 02.08.2019г.);

Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;

Требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденные Приказом Министерства спорта РФ от 24.10.2025 г. № 876.

Общероссийские антидопинговые правила от 19.01.2026 г.

Программа является основным документом при организации образовательного процесса по шахматам, однако она не может рассматриваться как единственно возможный вариант организации и планирования учебно-тренировочного процесса.

Особенности календаря спортивно-массовых мероприятий, организации занятий, наличие дополнительной материально-технической базы, могут вносить коррективы в данную Программу.

Программа предназначена для: детей, желающих развивать творческие и интеллектуальные способности, в совершенстве овладеть техникой и тактикой игры в шахматы тренеров-преподавателей учреждения спортивной направленности.

В основу Программы положены нормативные требования по теоретической и практической подготовке, современные научные и методические разработки по шахматам отечественных специалистов, практические рекомендации по теории и методике воспитания, педагогике, психологии.

Цель и задачи программы

МБУДО СШ, являясь учреждением дополнительного образования, призвана способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям детей. Исходя из задач СШ и системы многолетней подготовки обучающихся в клубе, целью Программы является: развитие личности ребёнка, формирование его творческих способностей, воспитание важных личностных качеств, рост спортивного мастерства юного шахматиста, укрепление здоровья воспитанников на основе личностно-ориентированного подхода.

Изложенный в Программе материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки обучающихся и *предполагает решение следующих задач:*

- Обучающая: обучение технике и тактике шахмат, умению учиться на шахматном материале, формирование умений принимать обоснованные решения, подготовка юных спортсменов массовых разрядов;
- Развивающая: содействие гармоническому, интеллектуальному и духовному развитию, развитие наглядно-образного, логического, стратегического, тактического и комбинаторного мышления. Развитие памяти, внимания, воображения;
- Воспитательная: воспитание смелых, волевых, настойчивых, инициативных, трудолюбивых и дисциплинированных спортсменов, обладающих высоким уровнем игровой подготовки и бойцовыми качествами спортсменов, готовых к трудовой деятельности и защите Родины;
- Оздоровительная: формирование здорового образа жизни.

Характеристика Программы

Данная Программа составлена для СШ на основе типовой программы по шахматам для внешкольных учреждений по методическим рекомендациям, предназначенных для обучения юных шахматистов.

Программа составлена с учетом многолетней подготовки шахматистов, особенности формирования их интеллектуальных способностей и продиктована необходимостью подготовки спортсменов уровня кандидата в мастера спорта.

Тип Программы – дополнительная образовательная.

Направленность – физкультурно-спортивная (по цели и содержанию).

Сроки реализации – не ограничивается

Организационно-педагогические основы

Образовательная Программа позволяет поэтапно распределить учебный материал, который рассчитан на последовательное изучение и освоение материала по теоретической, технической, тактической, и психологической подготовки в соответствии с этапами и годами обучения, что позволяет соблюсти принципы комплексности, преемственности и целостности требований и подходов в построении образовательного процесса.

Возраст обучающихся на начало освоения программы 6-10 лет, завершение обучения в возрасте до 18 лет.

Композиционно Программа спланирована в виде шахматных занятий. Каждое занятие состоит из повторения прошлого материала, объяснения теоретического материала и практической части. Изложение теоретической части занимает не более 30-45 минут, выполнение закрепляющих заданий рассчитано на 20 – 35 минут. Практическая часть также включает решение задач, дидактические игры. Набор детей в группы начальной подготовки (НП) - 1 года обучения осуществляется на основании медицинского заключения о состоянии физического здоровья, личного заявления родителей (законных представителей) и личного желания ребенка.

Группы формируются с учетом начальной шахматной подготовки. Определение уровня начальной подготовленности обучающихся проводится в начале цикла обучения. Однако необходимо подчеркнуть, что при стартовых «срезах» низкие показатели уровня подготовленности детей не могут быть препятствием для зачисления в учебную группу. Показатели нужны тренеру-преподавателю для выстраивания учебно-воспитательного процесса с учетом индивидуальных показателей. Состав обучающихся в группах постоянный, разнополый, разновозрастной. Возможен прием детей в группы других годов обучения при условии уже имеющихся умений и навыков теоретической и практической подготовки ребенка.

Продолжительность занятий с воспитанниками от 1.5 до 2 часов, родители могут посещать учебные занятия и заниматься вместе с детьми (по согласованию с тренером-преподавателем).

Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением тренера-преподавателя и педагогического совета на основании комплексной оценки подготовки занимающихся: теоретических знаний, технической и практической подготовленности, личных достижений обучающихся.

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

1. Привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям и формирование стойкого интереса к шахматам.
2. Выявление задатков и способностей детей.
3. Утверждение здорового образа жизни.
4. Всестороннее гармоничное развитие интеллектуальных способностей, укрепление

здоровья.

5. Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры по шахматам.
6. Диагностика уровня воспитанности, выполнение контрольных тестов и задач.
7. Освоение основными техническими, тактическими и практическими навыками.
8. Приобретение теоретических знаний.
9. Повышение уровня общего интеллектуального развития. Развитие памяти, внимания, воображения и логического мышления. Овладение всеми основными техническими приемами на уровне умений и навыков. Обучение тактическим действиям и совершенствование их в игре.
10. Совершенствование соревновательной деятельности. Участие в городских, областных и российских соревнованиях.
11. Совершенствование технических, тактических и практических навыками.
12. Повышение спортивного мастерства, выполнение спортивных разрядов.

2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план группы начальной подготовки до года (4,5 часа в неделю)

Задачи обучения:

1. Привитие интереса к занятиям шахматами;
2. Знакомство с основами шахматной игры (ходы фигур, шахматная нотация, правила игры, основы дебюта и эндшпиля);
3. Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры по шахматам;
4. Развитие коммуникативности, самостоятельности и инициативы;
5. Выявление задатков и способностей детей, предрасположенных к занятиям шахматами;
6. Формирование детского коллектива;
7. Диагностика уровня воспитанности.

№ п/п	Название базовой темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	2		2
2.	История шахмат. Шахматная доска. Фигуры	28		28
3.	Правила игры	30		30
4.	Начало партии	14		14
5.	Пешечные окончания	16		16
6.	Тактические приемы	36		36
7.	Психологическая подготовка		6	6
8.	Восстановительные мероприятия		12	12
9.	Шахматный практикум соревнования, квалификационные турниры, анализ сыгранных партий		86	86
10.	Промежуточная аттестация обучающихся		4	4
ИТОГО		126	108	234

Учебно-тематический план группы начальной подготовки свыше года (6 часов в неделю)

Задачи обучения:

1. Привитие стойкого интереса к занятиям шахматами;
2. Овладение шахматными умениями (атака на короля, основы стратегии и дебютных принципов) и навыками для формирования обобщенных умственных операций;

3. Тренировка и развитие природных данных в учебно-воспитательном процессе;
4. Развитие коммуникативности, самостоятельности и инициативы;
5. Формирование детского коллектива;
6. Диагностика уровня воспитанности.

№ п/п	Название базовой темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	3		3
2.	Как изучать дебют	27		27
3.	Тактика	81		81
4.	Основы стратегии	24		24
5.	Эндшпиль	42		42
6.	Психологическая подготовка		9	9
7.	Восстановительные мероприятия		12	12
8.	Шахматный практикум соревнования, квалификационные турниры, анализ сыгранных партий		108	108
9.	Промежуточная аттестация обучающихся		6	6
ИТОГО		177	135	312

Учебно-тематический план
учебно-тренировочной группы до трех лет
(12 часов в неделю)

Задачи обучения:

1. Привитие стойкого интереса к занятиям шахматами;
2. Овладение шахматными умениями и навыками (изучение дебютов, тренировка техники расчета, обучение элементам стратегии и эндшпиля) для формирования обобщенных умственных операций и дальнейшей самостоятельной работы;
3. Повышение спортивного мастерства, выполнение спортивных разрядов;
4. Воспитание активных черт личности и, в первую очередь, трудолюбия, самостоятельности и инициативы, организованности и настойчивости, пытливости;
5. Диагностика уровня воспитанности.

	Название темы	Количество часов		Всего
		Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	3		3
2.	Дебют	60		60
2.1.	Изучение истории развития дебюта	6		
2.2.	Французская защита	24		
2.3.	Русская партия	18		
2.4.	Королевский гамбит	12		
3.		60		60

3.1.	Тактика	18		
3.2.	Атака на короля	42		
4.	Тренировка техники расчета	51		51
4.1.	Стратегия	27		
4.2.	Центр	24		
5.	Особенности расположения пешек	42		42
5.1.	Эндшпиль	21		
5.2.	Пешечные окончания	21		
6.	Ладейные окончания		384	384
	Шахматный практикум			
	соревнования, блицтурниры, квалификационные			
7.	турниры, анализ сыгранных партий		6	6
8.	Психологическая подготовка		12	12
9.	Восстановительные мероприятия		6	6
	Промежуточная аттестация обучающихся			
Итого		216	408	624

Учебно-тематический план
учебно-тренировочной группы свыше трех лет
(14 часов в неделю)

Задачи обучения:

1. Овладение шахматными умениями и навыками (освоение основных вариантов сицилианской и славянской защиты, накопление багажа знаний по миттельшпилю и эндшпилю);
2. Повышение спортивного мастерства, выполнение спортивных разрядов;
3. Повышение уровня общего интеллектуального развития;
4. Освоение повышенных тренировочных нагрузок;
5. Воспитание активных черт личности и, в первую очередь, трудолюбия, самостоятельности и инициативы, организованности и настойчивости, пыливости;
6. Диагностика уровня воспитанности.
7. Пропаганда здорового образа жизни.

	Название темы	Количество часов		всего
		теория	практика	
1.	Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	3		3
2.	Дебют	69		69
2.1.	Сицилианская защита	51		
2.2.	Славянская защита	18		
3.	Тактика	36		36
3.1.	Тренировка техники расчета	28		
3.2.	Конкурс решения задач, комбинаций, этюдов	8		
	Стратегия			
4.	Расположение пешек	72		72
4.1.	Компенсация за пешку	58		
4.2.		14		

5.	Эндшпиль	72		72
5.1.	Коневые окончания	18		
5.2.	Легкофигурные окончания	36		
5.3.	Ладейные окончания	18		
6.	Шахматный практикум, соревнования, сеансы одновременной игры, консультационные партии		440	440
	Психологическая подготовка			
7.	Восстановительные мероприятия		15	15
8.	Промежуточная аттестация обучающихся		15	15
9.			6	6
	Итого	252	476	728

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Содержание разделов учебно-тематического плана группы начальной подготовки 1 года обучения

1. *Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (2 часа)*

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.

- Получение информации о каждом ученике группы, рассказ о себе, традициях детского объединения шахматистов.

- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. **История шахмат. Шахматная доска. Фигуры. (28 часов)**

- История шахмат.

- Шахматная доска. Шахматные фигуры.

- Ходы и взятие фигур.

- Взятие на проходе, превращение пешки.

- «Горизонталь». Двое играющих по очереди заполняют одну из горизонтальных линий шахматной доски пешками.

- «Вертикаль». То же, но заполняется одна из диагоналей шахматной доски.

- «Диагональ». Заполняется одна из диагоналей шахматной доски.

- «Волшебный мешочек». В непрозрачном мешочке по очереди прячутся все шахматные фигуры, каждый из учеников на ощупь пытается определить, какая фигура спрятана.

- «Мешочек». Дети по одной вынимают из мешочка шахматные фигуры и постепенно расставляют начальную позицию.

- «Игра на уничтожение» - важнейшая игра курса. У ребенка формируется внутренний план действий. Тренер-преподаватель играет с учениками ограниченным числом фигур. Выигрывает тот, кто побьет все фигуры противника.

- «Лабиринт». Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не становясь на «заминированные» поля» и не перепрыгивая их.

- «Сними часовых». Белая фигура должна побить все черные фигуры, избирается та- кой маршрут передвижения по шахматной доске, чтобы белая фигура ни разу не оказалось под ударом черных фигур.

- «Двойной удар». Белой фигурой надо попасть одновременно на две черные фигуры.

- «Захват контрольного поля». Игра фигурой против фигуры ведется с целью установить свою фигуру на определенное поле. При этом запрещается ставить фигуры на клетки, находящиеся под ударом фигуры противника.

3. Правила игры (30 часов)

- Шахматная нотация.
- Рокировка.
- Ценность фигур.
- Мат тяжелыми фигурами. Мат ладьей. Координация действия фигур при матовании ладьей, т.к. одна ладья не может оттеснить короля на край доски. Принцип матования на примере позиции. Оппозиция. Приведение типичных финальных позиций при матовании ладьей. Упражнения на мат. Задания для самостоятельного решения. Усвоение всех видов матования.

- Ничья. Пат. Возникновение позиций, в которых мат не возможен. В каких случаях возникает ничья. Что такое пат. Пат возникающий вследствие неумелого матования короля у начинающих шахматистов.

- Ничья. Вечный шах. Рассмотрение серии шахов, от которых король не может скрыться. В каких случаях партия признается ничейной. Трехкратное возникновение позиции. В каких случаях фиксируется ничейная позиция.

- Теоретические ничейные позиции. Позиции, относящиеся к теоретически ничейным. Король и слон против короля, король и конь против короля. Короли и одноцветные слоны. Ничейные результаты при взаимном согласии партнеров.

- Правила поведения во время игры. Разбор основных, наиболее важных правил поведения, которые необходимо соблюдать любому шахматисту, «тронул – ходи», «поправляю».

- «Шах или не шах». Приводится ряд положений, в которых ученики должны определить, стоит ли король под шахом или нет.

- «Мат или не мат». Приводится ряд положений, в которых ученики должны определить, дан ли мат королю.

- «Рокировка». Дети должны определить, можно ли рокировать в тех или иных случаях.

4. Начало партии (14 часов)

- Как начинать партию. Различие в партии трех стадий. Дебют – начало игры. Миттельшпиль – середина игры. Эндшпиль – конец игры. Основные дебютные принципы. Центр. Чего следует избегать. Разбор в качестве примера короткой партии.

- Понятие о дебютах. Открытые дебюты. Полуоткрытые дебюты. Закрытые дебюты. Ознакомление с некоторыми открытыми, полуоткрытыми и закрытыми дебютами. Термин

«гамбит». Возникновение названия дебютов. Основные правила разыгрывания дебютов. Порядок ходов. Задания для самостоятельного решения.

- «Два хода». Для того чтобы ученик научился создавать и реализовывать угрозы, он играет с тренером-преподавателем следующим образом: на каждый ход тренера-преподавателя ученик отвечает двумя своими ходами.

5. Пешечные окончания (16 часов)

- Пешечные окончания. Правило квадрата. Окончание король и пешка против короля.
- Эндшпиль. Рассмотрение позиций, в которых король сильнейшей стороны не может помочь своей пешке пройти в ферзи. Когда действует правило квадрата. Строение квадрата мысленно. В каких случаях правило квадрата неприменимо.

- Король и крайняя (ладейная) пешка против короля. Значение расположения короля сильнейшей стороны. В каких случаях получается ничья.

- Король и не крайняя пешка против короля. Позиции, в которых лишняя пешка у одной из сторон не крайняя. Основная позиция, к которой рано или поздно приходят все окончания с не крайней пешкой. Особенности основной позиции. Оппозиция ближняя, оппозиция дальняя.

- Разыгрывание позиций король и пешка против короля.

6. Тактические приемы (36 часов)

- Нападение и защита. Из чего состоит шахматная борьба. Способы защиты атакованной фигуры. Уничтожение атакующей фигуры. Уход атакованной фигуры из-под удара неприятельской, перекрытие линии действия атакующей фигуры.

- Защита атакованной фигуры другой своей фигурой. Контратака какой-нибудь своей фигурой на равноценную неприятельскую фигуру. Рассмотрение позиций на данную тему. Задания для самостоятельного решения.

- Использование большого материального перевеса. Главное составляющее мастерства любого шахматиста. Умение использования материального преимущества. Пути реализации материального преимущества. Рассмотрение позиций на данную тему.

- Тактические приемы. Геометрические мотивы. Объяснение терминов. Арсенал тактических средств: двойной удар, связка, открытое нападение, открытый шах, двойной шах, завлечение, отвлечение, блокировка, перекрытие, устранение защиты, освобождение линии и поля. Фигуры, пригодные для использования геометрических мотивов. Рассмотрение

приемов. Связка. Нападение линейной фигуры (ферзя, ладьи, слона) на фигуру противника, которая прикрывает собой другую фигуру, участвующую в связке: связывающая, связанная, прикрываемая. Типы связок: полная и неполная. Рассмотрение приемов связки.

- Решение шахматных комбинаций с сочетанием тактических идей.

7. Психологическая подготовка (6 часов)

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;

- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

8. Восстановительные мероприятия (12 часов)

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;
- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

9. Шахматный практикум (86 часов)

- Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

- За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования: фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

- Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

10. Промежуточная аттестация обучающихся (4 часа)

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных задач и тестов

Содержание разделов учебно-тематического плана группы начальной подготовки 2 года обучения

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа)

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в

учебной группе, перспективами роста обучающихся.

- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Как изучать дебют (27 часов)

- Знакомство с открытыми дебютами. Знакомство с полуоткрытыми дебютами.

Знакомство с закрытыми дебютами.

- Как изучать дебют.
- Анализ подобранных партий.
- Тематические турниры.
- Сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий
- Конкурсный анализ партий.

3. Тактика (81 час)

Атака на короля. Атака на neroкировавшегося короля. Атака на короля при односторонних рокировках. Атака на короля при разносторонних рокировках. Задания для самостоятельного решения.

- Комбинация и её составные части. Связка. Двойной удар. Жертва слона на h7(h2). Коневые комбинации. Пешечные комбинации. Тяжелофигурные комбинации. Комбинации, основанные на взаимодействии фигур. Ловушки.

- Решение специально подобранных упражнений
- Конкурсы решения задач
- Сеансы одновременной игры

4. Основы стратегии (24 часа)

- Хорошие и плохие слоны.
- Сильные и слабые поля.
- Пешечные слабости
- 7-я (2-я) горизонталь.
- Решение специально подобранных упражнений
- Конкурсы решения задач
- Сеансы одновременной игры
- Анализ сыгранных партий

5. Эндшпиль (42 часа)

- Пешечные окончания. Реализация лишней пешки. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка.

- Борьба ферзя против пешки.

- Некоторые случаи ничьей при большом материальном перевесе.
- Элементарные ладейные окончания.
- Решение специально подобранных упражнений
- Изучение точных позиций
- Разыгрывание позиций с укороченным контролем времени.

6. Психологическая подготовка (9 часов)

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- Тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;

- Релаксационные занятия;
- Проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- Работа в контакте с психологом клуба;
- Изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

7. Восстановительные мероприятия (12 часов)

- Упражнения для активного отдыха;
- Отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);

- Корректирующие мероприятия;
- Дни профилактического отдыха;
- Создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

8. Шахматный практикум (147 часов)

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

• За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования»: фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

• Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

9. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов)

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных задач и тестов

**Содержание разделов учебно-тематического плана
группы начальной подготовки 3 года обучения**

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа)

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.

- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (30 часов)

- Расположение пешек и пешечные слабости в дебюте. Изучение итальянской партии.

Защита двух коней.

- Анализ подобранных партий.
- Тематические турниры.
- Сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий.
- Конкурсный анализ партий.

3. Тактика (66 часов)

- Атака на короля. Атака на neroкировавшегося короля. Атака на короля при односторонних рокировках. Атака на короля при разносторонних рокировках. Фигурная атака. Фигурно-пешечная атака. Использование диагоналей для атаки.

- Тренировка техники расчета. Ошибки при расчете.
- Этюды.
- Решение специально подобранных упражнений.
- Конкурсы решения задач.
- Тренировка техники расчета.
- Сеансы одновременной игры.

4. Стратегия (42 часа)

- Хорошие и плохие слоны.
- Слон сильнее коня.
- Конь сильнее слона.
- Использование открытых и полуоткрытых линий.
- Открытые и полуоткрытые линии, атака на короля.
- Различные виды преимущества. Преимущество в развитии. Преимущество в пространстве. Материальное преимущество.

- Решение и разыгрывание специально подобранных упражнений.
- Конкурсы решения задач.
- Анализ сыгранных партий.

5. Эндшпиль (36 часов)

- Легкофигурные окончания. Конь сильнее слона. Слон сильнее коня. Окончания с одно- цветными и разноцветными слонами.

- Пешечные окончания. Прием «отталкивания». Окончания с проходными пешками с обеих сторон. Прорыв.

- Решение специально подобранных упражнений.
- Изучение точных позиций.
- Разыгрывание позиций с укороченным контролем времени.

6. Психологическая подготовка (9 часов)

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- Тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;

- Релаксационные занятия;
- Проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- Работа в контакте с психологом клуба;
- Изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

7. Восстановительные мероприятия (12 часов)

- Упражнения для активного отдыха;
- Отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);

- Корректирующие мероприятия;
- Дни профилактического отдыха;
- Создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

8. Шахматный практикум (147 часов).

- Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

- За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования»: фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

- Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

9. Промежуточная аттестация обучающихся. (6 часов)

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.

- Решение контрольных задач и тестов

Содержание разделов учебно-тематического плана учебно-тренировочной группы 1 года обучения

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа).

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.
- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (60 часов).

- Изучение истории развития дебюта. Развитие дебютных принципов от Морфи до Ботвинника. Современные дебютные принципы, основные факторы, определяющие оценку дебютной стратегии. Виды дебютов по внешней конструкции.
- Французская защита. Система Нимцовича. Вариант Тарраша. Система 3.e5
- Русская партия. Система Стейница. Вариант Ласкера.
- Королевский гамбит. Принятый королевский гамбит. Контргамбит Фалькбеера. Отказанный королевский гамбит.

- Анализ подобранных партий.
- Тематические турниры.
- Сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий.

3. Тактика (60 часов).

- Атака на короля при разносторонних рокировках. Атака на нерокированного короля.
- Тренировка техники расчета. Ошибки при расчете.
- Решение упражнений без перемещения фигур.
- Разбор подобранных партий.
- Конкурсы решения комбинаций.
- Блицконкурсы.
- Конкурсы решения задач–двухходовок.

4. Стратегия (51 час).

Элементы стратегии:

- Центр сильный пешечный центр подрыв пешечного центра фигуры против пешечного центра фигурно-пешечный центр роль центра при фланговых операциях
- Особенности расположения пешек пешечные слабости сдвоенные пешки отсталая пешка на полуоткрытой линии проходная пешка

- Анализ классических партий. Разбор специально подобранных примеров.

5. Эндшпиль (42 часа).

Пешечные окончания:

- лучшее

пешечное расположение;

- запасные темпы;
- активность короля;
- переход в пешечный эндшпиль;
- этюды.

Ладейные окончания:

- учебные позиции;
- владение 7-й горизонталью;
- использование открытой линии;
- окончания с проходными пешками;
- активная ладья.
- Решение упражнений. Изучение точных позиций эндшпиля. Разыгрывание позиций

с укороченным контролем времени.

6. Шахматный практикум (228 часов).

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования» фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

7. Психологическая подготовка (6 часов).

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;
- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

8. Восстановительные мероприятия (12 часов).

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;
- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

9. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов).

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов;
- Решение контрольных задач.

Содержание разделов учебно-тематического плана учебно-тренировочной группы 2 года обучения

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа).

- знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.
- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (30 часов).

Защита Каро-Канн:

- классическая система
- атака Панова. Защита Нимцовича:
- система Рубинштейна
- система Земиша.
- анализ подобранных партий.
- тематические турниры.
- сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий
- конкурсный анализ партий.

3. Тактика (48 часов).

Атака при односторонних рокировках:

- расположение пешек
- фигурная атака
- атака по слабым полям.

Атака при разносторонних рокировках:

- вскрытие вертикалей

- типовые позиции. Тренировка техники расчета:
- дерево расчета
- расчет вариантов
- оценка, анализ, план.

Конкурс решения задач и комбинаций:

- блиц - конкурсы
- конкурсы решения этюдов.
- решение специально подобранных упражнений
- конкурсы решения задач
- тренировка техники расчета
- сеансы одновременной игры

4. Стратегия (72 часа).

Открытые и полуоткрытые линии:

- форпост на открытой и полуоткрытой линии
- борьба за открытую линию
- разноцветные слоны в миттельшпиле
- выключение фигуры

Игры Два слона:

- два слона в миттельшпиле
- два слона в эндшпиле
- успешная борьба против двух

слонов.

Слабые и сильные поля:

слабые поля в лагере противника

- слабость комплекса полей
- о некоторых сильных полях.
- решение специально подобранных упражнений
- конкурсы решения задач
- сеансы одновременной игры
- анализ сыгранных партий

5. Эндшпиль (60 часов).

Ладейные окончания:

- использование пешечных слабостей
- некоторые защитные ресурсы
- реализация материального перевеса
- реализация позиционного перевеса
- ладейные этюды Слоновые окончания:
- слоны одноцветные слон и пешка против слона слон и две пешки против слона «хорошие» и «плохие» слоны
- разноцветные слоны особенности эндшпиля с разноцветными слонами слон и две пешки против слона окончания с большим числом пешек
- решение специально подобранных упражнений
- изучение точных позиций
- разыгрывание позиций с укороченным контролем времени.

6. Шахматный практикум (228 часов).

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования» фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

7. Психологическая подготовка (12 часов).

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;
- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

8. Восстановительные мероприятия (9 часов).

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;

- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

9. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов).

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных задач.

Содержание разделов учебно-тематического плана учебно-тренировочной группы 3 года обучения

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа).

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.
- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (69 часов).

Сицилианская защита:

- закрытый вариант
- вариант Найдорфа
- вариант Дракона
- Челябинский вариант
- Редкие системы.

Славянская защита:

- разменный вариант
- меранская система
- московский вариант
- славянский гамбит
- анализ подобранных партий.
- тематические турниры.
- сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий
- конкурсный анализ партий.

3. Тактика (36 часов).

- Тренировка техники расчета.
- Конкурсы решения комбинаций, задач, этюдов.

4. Стратегия (72 часа).

Расположение пешек:

- пешечный перевес на одном из флангов

- пешечная цепь
- качественное пешечное превосходство
- пешечная пара «с3+d4» на полуоткрытых линиях
- изолированная пешка
- висячие пешки
- сильная проходная в центре
- сдвоенные пешки
- отсталые пешки. Компенсация за пешку:
- динамическая жертва пешки
- позиционная жертва пешки.
- решение специально подобранных упражнений
- конкурсы решения задач
- сеансы одновременной игры
- анализ сыгранных партий

5. Эндшпиль (72 часа).

Коневые окончания:

- конь против пешек
- конь и пешка против коня
- окончания с большим числом пешек Легкофигурные окончания:
- особенности легких фигур
- слон сильнее коня
- конь сильнее слона Ладейные окончания:
- ладья против пешек
- сложные случаи материального перевеса
- реализация материального перевеса
- активность фигур
- решение специально подобранных упражнений
- изучение точных позиций
- разыгрывание позиций с укороченным контролем времени.

6. Шахматный практикум (414 часов).

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования» фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство

республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

7. Психологическая подготовка (15 часов).

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;

- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

8. Восстановительные мероприятия (15 часов).

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;
- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

9. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов).

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных задач.

Содержание разделов учебно-тематического плана учебно-тренировочной группы 4 года обучения

Содержание

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа).

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.
- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (72 часа).

Типовые схемы игры в сицилианской защите:

- жертва коня на d5, b5 за белых
- пешечный «кулак» d6 – e6 – f6 – f7 Ферзевый гамбит (1. d4 d5 2. c4):

- принятый ферзевый гамбит
- Кембридж-Спрингский вариант Испанская партия (1.e4 e5 2.Kf3 Kc6 3.Cb5):
- разменный вариант
- контратака Маршалла
- Чигоринские системы
- анализ подобранных партий
- тематические турниры
- сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий
- конкурсный анализ партий

3. Стратегия (72 часа).

Ограничение подвижности сил противника:

- выключение фигуры из игры
- плохой слон
- уничтожение активной фигуры разменом или жертвой. Блокада:
- блокада проходной пешки
- блокада пешечной цепи
- цугцванг
- жертва качества – как метод блокады

Борьба при необычном соотношении сил и компенсация за материал:

- ферзь против трех легких фигур
- компенсация за ферзя
- две ладьи против трех легких фигур
- ладья против легкой фигуры и двух пешек
- компенсация за ладью
- легкая фигура против трех пешек
- компенсация за легкую фигуру Карлсбадская структура:
- атака пешечного меньшинства
- фигурная атака на ферзевом фланге
- продвижение e3-e4
- пешечный штурм на королевском фланге.
- решение специально подобранных упражнений
- конкурсы решения задач

- сеансы одновременной игры
- анализ сыгранных партий

4. Эндшпиль (54 часа).

Лишнее качество:

- ладья против слона
- ладья против коня Ферзевые окончания:
- пешка против ферзя
- окончания с большим числом пешек
- реализация материального перевеса
- реализация позиционного перевеса
- ферзь против ладьи Ладейные окончания:
- активность ладьи
- активность короля
- король на краю доски
- отрезание короля
- решение специально подобранных упражнений
- изучение точных позиций
- разыгрывание позиций с укороченным контролем времени.

5. Формирование индивидуального подхода к шахматам (27 часов).

- подборка партий сильных шахматистов, изучение особенностей вытекающих из дебюта, миттельшпильных и эндшпильных позиций
- методы индивидуальной подготовки к соревнованиям
- физическая и психологическая подготовка шахматиста.
- систематический анализ собственных партий
- выбор одного, двух дебютов за белых и за черных.
- понимание основных идей дебюта, типичные стратегические планы.
- расстановка фигур, типичные комбинации, ловушки и ошибки.

6. Основы судейства и организации соревнований (24 часа).

Системы проведения соревнований:

- швейцарская система
- круговая система
- схевиненгенская система.

Правила игры при различных контролях времени:

- правила игры с классическим контролем времени
- правила игры с укороченным контролем времени
- правила блица.
- судейство турниров с различной системой проведения.

7. Шахматный практикум (414 часов).

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования» фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

8. Психологическая подготовка (15 часов).

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;
- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

9. Восстановительные мероприятия (15 часов).

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;
- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса

10. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов).

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных задач

Содержание разделов учебно-тематического плана учебно-тренировочной группы 5 года обучения

Содержание

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (3 часа).

- Знакомство обучающихся с образовательной программой, правилами работы в учебной группе, перспективами роста обучающихся.
- Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.
- Легенды и забавные истории о шахматах.

2. Дебют (54 часа).

Углубленное изучение систем индивидуального дебютного репертуара

- индивидуальная работа с шахматной литературой
- тематические турниры
- сеансы одновременной игры, разбор сыгранных партий
- тренировочные партии с укороченным контролем времени

3. Тактика (57 часов)

Тренировка техники расчета

- метод «туннеля»
- решение подобранных упражнений

4. Стратегия (60 часов).

Стратегическая игра. Планирование

- перегруппировка фигур
- изменение пешечной структуры
- размен

Ограничение фигур и пешек противника

- профилактика

5. Эндшпиль (60 часов).

Накопление багажа знаний точных позиций эндшпиля

- ладейные окончания
- коневые окончания
- слоновые окончания
- ферзевые окончания
- ладья против слона
- ладья против коня
- решение специально подобранных упражнений
- практическое закрепление знаний точных позиций эндшпиля
- разыгрывание позиций с укороченным контролем времени

8. Формирование индивидуального подхода к шахматам (18 часов).

- методы индивидуальной подготовки к соревнованиям
- физическая и психологическая подготовка шахматиста
- методы сохранения спортивной формы
- режим во время соревнований
- систематический анализ собственных партий

9. Основы судейства и организации соревнований (18 часов).

- организация и проведение шахматных соревнований
- положения о соревнованиях, регламент
- инструкторская и судейская практика
- правила ФИДЕ

10. Шахматный практикум (402 часа).

Соревнования, консультационные партии, сеансы, анализы сыгранных партий, тренировочные игры, блицтурниры, квалификационные турниры.

За время учебного года обучающиеся играют во многих соревнованиях. Проводятся официальные соревнования» фестивали, квалификационные турниры, выезды на первенство республики, полуфиналы и финалы России по возрастам.

Сильнейшие шахматисты проводят сеансы одновременной игры с более слабыми шахматистами. Играются партии с возможностью консультаций с тренером-преподавателем или другими обучающимися.

11. Психологическая подготовка (12 часов).

Введение в занятия психологических умений и навыков:

- тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания;
- релаксационные занятия;
- проведение психологических тестов на выявление лидеров коллектива;
- работа в контакте с психологом клуба;
- изучение индивидуальных психологических качеств обучающихся.

10. Восстановительные мероприятия (12 часов).

- упражнения для активного отдыха;
- отвлекающие мероприятия (слушания музыки, экскурсии, посещение музеев, театров);
- корректирующие мероприятия;
- дни профилактического отдыха;

- создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса

11. Промежуточная аттестация обучающихся (6 часов).

- Значение и порядок проведения контрольных нормативов.
- Решение контрольных зада

4. Нормативная часть

Объемы дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этап подготовки	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		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-16	16-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	468-624	624-832	936-1248	1248-1664

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

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)	2-5	8	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	10	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	12	2

№ п/п	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	-	14	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 Российской Федерации, федеральной территории «Сириус»	-	14	14	14

2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
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

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	2	4	4	4	2	1
Отборочные	-	2	2	2	4	4
Основные	-	1	1	2	3	4

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

№ 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 трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	14-16	8-14	4-8	4-6	4-6	4-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)	-	-	2-4	2-4	4-6	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	10-15	15-20	20-25	20-25	25-30
4.	Техническая подготовка (%)	34-40	28-32	26-30	24-28	22-24	18-20
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	44-48	40-44	38-42	36-40	36-40	32-34
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	-	2-4	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4	4-6	5-7

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			9,6	10,1	8,6	9,1
2.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			85	77	95	87
4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более		не более	
			11,2	11,7	10,8	11,3

**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»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,6
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			11	7
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,8	10,2
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			122	117
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»		

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,3	5,5
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			22	13
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+8	+11
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			162	152
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,4	8,6
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»			

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры/ мужчины	девушки/ юниорки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,0	5,2
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			29	15
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,7	8,0
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 «мастер спорта России», и (или) «гроссмейстер России», и (или) «мастер спорта России международного класса»			

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.	Шахматная доска складная с шахматными фигурами	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	1	3	1	3

Обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая 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	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	2
2.	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
3.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1
4.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1

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

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» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с общероссийскими антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта от 19.01.2026 г.

На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых актуальных проблем в мировом спортивном движении. Понятие «допинг» введено в спорт в 1865 г. и долгое время связывалось со стимуляцией лошадей при проведении скачек.

Первоначально под допингом понималось использование субстанций, искусственно повышающих эффективность выступлений. Наиболее полной можно считать определение допинга, данное Международным конгрессом по спортивной медицине (Страсбург, 1965 г.):

«Допинг - это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, какой-либо физиологической субстанции в ненормальном количестве или какого-либо вещества неестественным путем для того, чтобы искусственно и нечестно повысить результат спортсмена во время выступления на соревнованиях». В узком смысле слова, данное определение не потеряло своего значения и сегодня, хотя с точки зрения противодействия нечестным подходам к достижению высоких спортивных результатов является неполным и недостаточным. Организация, ориентированная исключительно на работу по противодействию допингу в спорте во всем мире — Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА).

Всемирный антидопинговый Кодекс ВАДА определяет допинг как нарушение одного или нескольких антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил Кодекс ВАДА относит:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля

со стороны спортсмена или иного лица.

6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.

7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.

8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.

9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

10. Запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.

11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Кодекс ВАДА принимает правило строгой ответственности, введенное Антидопинговым кодексом олимпийского движения. Согласно данному принципу, ответственность лежит на спортсмене, поэтому обнаружение в пробе спортсмена запрещенной субстанции всегда определяется как нарушение антидопинговых правил.

При работе необходимо применять доступную для понимания форму подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта. Использование плакатов, фильмов, презентаций, наглядных пособий, в том числе медицинских макетов, демонстрирующих последствия применения допинга для здоровья, позволит более эффективно донести до стрелков материал. Важно делать акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника; отойти от принципа «победа любой ценой».

Прохождение онлайн-курса РУСАДА возможно с возраста не менее 7 лет. Для спортсменов 7 -12 лет на портале онлайн-образования РУСАДА с 2022 г. доступен Онлайн-курс по ценностям чистого спорта. Для спортсменов 13 лет и старше на портале онлайн-образования

РУСАДА доступен Антидопинговый онлайн курс.

Спортсмены отделения	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	1.Веселые старты	«Честный старт»	Тренер-преподаватель	1-2 раза в год
	2. Теоретическое занятие	«Ценность спорта»	Тренер-преподаватель Инструктор-методист	1 раз в год
	3. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		Занимающиеся Тренер-преподаватель Родитель	1 раз в год
	4.Антидопинговая викторина	«Начистоту»	Тренер-преподаватель	1 раз в год
Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5. Семинар для тренеров- преподавателей	«Виды нарушений антидопингов ых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формировани я антидопингов ой культуры»	Ответственны й за антидопинговое обеспечение в регионе РУСАДА	1-2 раза в год
Этап совершенствования спортивного мастерства	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер-преподаватель	1-2 раза в год
	7. Участие в онлайн семинарах по антидопингу		Занимающиеся Тренер-преподаватель	1-2 раз в год
	8. Проверка лекарственных препаратов		Тренер-преподаватель Медицинский работник учреждения	1 раз в полугодие

Для создания среды, свободной от допинга, и поддержания уровня образованности спортсменов и персонала спортсменов, на постоянной основе, необходимо реализовывать образовательные программы со спортсменами и персоналом спортсменов на обязательной основе в соответствии с ежегодным планом-графиком антидопинговых мероприятий в организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Определения терминов

Антидопинговая деятельность - антидопинговое образование и информирование, планирование распределения тестов, ведение Регистрируемого пула тестирования, управление

Биологическим паспортом спортсмена, проведение тестирования, организация анализа проб, сбор информации и проведение расследований, обработка запросов на получение Разрешения на терапевтическое использование, обработка результатов, мониторинг и обеспечение исполнения применяемых последствий нарушений, а также иные мероприятия, связанные с борьбой с допингом, которые осуществляются антидопинговой организацией или от ее имени в порядке установленном Всемирный антидопинговый кодексом и (или) международными стандартами.

Антидопинговая организация - ВАДА или Подписавшаяся сторона, ответственная за принятие правил, направленных на инициирование, внедрение и реализацию любой части процесса Допинг-контроля. В частности, Антидопинговыми организациями являются Международный олимпийский комитет, Международный паралимпийский комитет, другие Организаторы крупных спортивных мероприятий, которые проводят Тестирование на своих Спортивных мероприятиях, Международные федерации и Национальные антидопинговые организации.

ВАДА - Всемирное антидопинговое агентство.

Внесоревновательный период – любой период, который не является соревновательным.

Всемирный антидопинговый Кодекс (Кодекс) - основополагающий и универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Цель Кодекса заключается в повышении эффективности борьбы с допингом в мире путем объединения основных элементов этой борьбы.

Запрещенная субстанция - любая субстанция или класс субстанций, приведенных в Запрещенном списке.

Запрещенный список - список, устанавливающий перечень Запрещенных субстанций и Запрещенных методов.

Запрещенный метод - любой метод, приведенный в Запрещенном списке.

Персонал спортсмена - любой тренер, инструктор, менеджер, агент, персонал команды, официальное лицо, медицинский, парамедицинский персонал, родитель или любое иное лицо, работающие со спортсменом, оказывающие ему медицинскую помощь или помогающие спортсмену при подготовке и в участии в спортивных соревнованиях.

РУСАДА – Российское антидопинговое агентство «РУСАДА».

Соревновательный период - период, начинающийся в 23:59 накануне дня спортивного соревнования, на котором запланировано участие спортсмена, и заканчивающийся в момент окончания соревнования или процесса отбора проб, относящегося к данному соревнованию, в зависимости от того, что позднее.

Спортсмен - любое Лицо, занимающееся спортом на международном уровне (как это

установлено каждой Международной федерацией) или национальном уровне (как это установлено каждой Национальной антидопинговой организацией). Антидопинговая организация имеет право по собственному усмотрению применять антидопинговые правила к Спортсмену, который не является Спортсменом ни международного, ни национального уровня, распространяя на него определение «Спортсмен». В отношении Спортсменов, которые не являются Спортсменами ни международного, ни национального уровня, Антидопинговая организация может действовать следующим образом: свести к минимуму Тестирование или не проводить Тестирование вообще; анализировать Пробы не на весь перечень Запрещенных субстанций; требовать предоставления меньшего количества информации о местонахождении или вообще не требовать ее предоставления; не требовать заблаговременной подачи запросов на Разрешения на терапевтическое использование. Однако если Спортсмен, находящийся под юрисдикцией Антидопинговой организации и выступающий на уровне ниже международного и национального, совершает нарушение антидопинговых правил, предусмотренное в статьях 2.1, 2.3 или 2.5, то к нему применяются Последствия, предусмотренные Кодексом. Для целей статей 2.8 и 2.9, а также для проведения информационных и образовательных программ Спортсменом является любое Лицо, занимающееся спортом под юрисдикцией любой Подписавшейся стороны, правительства или другой спортивной организации, которая приняла Кодекс.

6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Методически грамотное обучение детей основам шахматной игры состоит в том, что обучение должно идти на один шаг впереди развития, и свойственные детям потребности и возможности – действенное, эффективное средство их умственного развития. Правильно организованный учебный процесс должен помочь тренеру-преподавателю наилучшим образом разрешать образовательные и воспитательные задачи занятий.

Многолетняя подготовка в шахматах строится на основе следующих методических требований:

- единая педагогическая система, обеспечивающая преемственность задач, средств, методов организации образовательного процесса;
- неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно меняется;
- поступательное увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок.

Обучение и тренировка, как специально организованный процесс тренером-преподавателем, строятся в соответствии с дидактическими принципами, то есть принципами, отражающими общие закономерности процесса обучения.

К основным принципам обучения и тренировки относятся принцип воспитывающего обучения, принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип систематичности, принцип доступности и принцип прочности. Все эти принципы тесно взаимосвязаны.

Ведущим является *принцип воспитывающего* обучения. В процессе обучения и тренировки тренер-преподаватель не только сообщает шахматистам необходимые специальные знания и прививает им нужные умения и навыки, но и всеми мерами содействует формированию у них положительных черт характера.

Принцип сознательности и активности обучения означает оптимальное соотношение тренерского руководства и сознательной, активной, творческой деятельности обучающегося.

Без сознательного отношения к занятиям нельзя добиться положительных образовательных результатов. Активность особенно важна в соревнованиях. В процессе игры шахматист должен действовать самостоятельно, принимать необходимые решения в условиях ограниченного контроля времени, в постоянно меняющихся условиях, полностью отвечать за свои действия и поступки.

Для правильного формирования навыков, более прочного их закрепления, повышения интереса к занятиям большое значение имеет *принцип наглядности*. Наглядности в обучении и

тренировке помогают различные способы. Тренер-преподаватель может показать прием сам или поручить это опытному шахматисту. Можно посмотреть с обучающимися примеры из творчества сильных шахматистов, использовать на занятиях фото, рисунки, схемы, видеозаписи и т.д.

Принцип наглядности реализуется на всех этапах обучения и тренировки.

Принцип систематичности предусматривает установление строгой последовательности изучения материала и определенной системы в самих занятиях.

Принцип системности в обучении обязывает располагать учебный материал так, чтобы последующая работа являлась логическим продолжением предыдущей.

Принцип доступности означает необходимость строить процесс с учетом индивидуальных возрастных, физиологических и иных особенностей обучающихся.

Доступность обучения не исключает необходимости приучать шахматистов к преодолению трудностей, к выполнению упражнений, требующих максимальных волевых и умственных усилий, связанных с неприятными ощущениями.

Принцип прочности заключается в том, что в ходе учебно-тренировочного процесса у шахматиста при регулярном и многократном повторении упражнений формируются прочные навыки, которые он способен проявить в условиях спортивной борьбы.

Основными формами организации учебно-воспитательного процесса на всех этапах освоения программы являются: теоретические и практические занятия, соревнования, инструкторская и судейская практика, профилактические и оздоровительные мероприятия.

На практике, применительно к шахматной педагогике, будут применяться пришедшие из общей педагогики типовые формы учебных занятий:

- занятие-беседа;
- занятие-диспут (консультационные партии);
- занятие-лекция;
- занятие разбора и анализа партий-первоисточников;
- занятие-соревнование: по быстрым шахматам, блицтурниры, конкурс решения позиций;
- контрольные занятия (учет и оценка знаний и умений).

Каждое из этих учебных занятий может создать наиболее благоприятные условия для эффективности педагогического процесса, если он будет удовлетворять следующим **методическим требованиям**:

- содействовать лучшему разрешению намеченных перед занятием конкретных учебно-воспитательных задач;
- соответствовать возрасту, полу, умственному развитию, эрудиции ученика и уровню его спортивной подготовленности;

- предусматривать наиболее целесообразные для данного случая возможности управления группой;

- соответствовать условиям материальной оснащенности и обстановки проведения уроков. Занятия будут проводиться с использованием следующих организационных форм:

1) Теоретические занятия (по теории, по истории, дебюту, миттельшпилю, по эндшпилю, по стратегии, по тактике, по технике, по партнеру, по разбору партий, по анализу ошибок и т.д.);

2) Практические занятия (конкурс решения диаграмм, этюдов, задач и т.п.);

3) Соревнование (консультативные партии, командные встречи, турнирные партии, разыгрывание партий с компьютером, игра по телефону, по компьютерной сети, личные встречи и т.п.);

4) Тестирование;

5) Комплексные занятия;

6) Проведение контрольных «срезов» ЗУН.

Теоретические занятия целесообразно проводить непосредственно перед практическими занятиями, так как после тренировки занимающиеся устанут, и беседы не принесут нужной пользы.

Более всего целесообразны комплексные занятия, но добиться их эффективного проведения первые два года в детской аудитории нельзя, ввиду неподготовленности ребят. Начиная с третьего года обучения, это должно стать одной из обязательных форм проведения занятий.

Интенсификация и эффективность тренировочного процесса сегодня требует применения технических средств обучения; накопление материала по обучению детей позволит выйти на качественно новый уровень организации методики учебного процесса.

Шахматные соревнования по своей продолжительности не имеют аналогов в других видах спорта (в среднем 9-16 дней), поэтому важно умение тренера осуществлять специальную подготовку, разнообразя формы организации обучения.

Подготовка шахматистов рассматривается как многолетний процесс, состоящий из нескольких годичных циклов, и занудность, однообразность методики организации тренировки, чаще всего, и приводит к отсеву из групп, укомплектованных шахматистами высоких разрядов.

Занятия по вопросам врачебного контроля, применения восстановительных средств и психологической подготовке, проводят тренер-преподаватель, медицинский работник, психолог.

В учебно-воспитательном процессе используются элементы педагогических технологий, воплощающие гуманистическую направленность: педагогику сотрудничества, игровые, оздоровительные. Применяются различные методы воспитания, обучения и тренировки. Большинство методов основывается на главном – упражнении, реализуемым тремя его

разновидностями: повторным методом (выполнять движения, действия, задания определенное число раз), игровым (действия, задания, выполняемые с учебной, воспитательной и тренировочной целями в форме игры), соревновательным (упражнения, задания выполняются в виде соревнований).

Методы обучения – словесный, наглядный (метод показа), поощрения и похвалы.

Метод тренировки – в основе которого лежит метод многократного повторения, а также переменный, интервальный, игровой и соревновательный методы.

Большое место в процессе обучения занимают показ и объяснение тренера-преподавателя. Несмотря на самый четкий показ, сложность приема не всегда позволяет занимающимся сразу уловить главное. Поэтому показ обязательно должен сопровождаться объяснением. Показ и объяснение дополняют друг друга.

Использование вышеперечисленного в работе тренера-преподавателя, позволит обучающимся максимально проявить активность, развить их эмоциональное восприятие, привить навыки спортивной этики, организованности, дисциплины, любви и преданности своему коллективу.

В период 1-го и 2-го года обучения, с целью быстрее освоения элементов шахматной игры используются сказочные персонажи, сюжеты. Например, мат королём и ладьёй. Белые король и ладья (Дед Мороз и Снегурочка) оттесняют чёрного короля (уточку Серую Шейку) на край доски (полынья постепенно замерзает), или линейный мат двумя ладьями («ножки идут по дорожке», поочерёдно отнимая у короля горизонталь за горизонталью). Подключение мышления образами гораздо эффективнее чисто логического мышления, развивается шахматная интуиция. Развитие образного мышления особенно оправдано на первом году обучения, когда ребёнком ещё не совсем утрачена свежесть восприятия окружающего мира. При отношении тренера-преподавателя с любовью к детям их мышление раскрепощается, материал усваивается эффективнее.

Подбор средств и объем НП для каждого занятия должен зависеть от конкретных задач обучения на том или ином этапе обучения. НП обеспечивает полноценное интеллектуальное развитие и всестороннюю интеллектуальную подготовленность начинающих шахматистов. В качестве средств развития интеллектуальной подготовленности используются различные упражнения, направленные на развитие логического мышления, памяти, внимания, умения ориентироваться на плоскости. Эти средства развития интеллектуальной подготовленности должны использоваться на протяжении всех лет обучения.

Группы УТР непосредственно связаны с обучением технике и тактике игры в шахматы. Основным средством ее являются специальные упражнения. Особенно большую роль играют эти упражнения на начальном этапе обучения.

Среди средств тактической подготовки значительное место отводится решению шахматных задач и этюдов, в условиях ограниченного контроля времени, анализ собственных партий, изучение классического наследия шахмат и т.д.

При обучении технике игры особое место занимают упражнения, направленные на совершенствование разыгрывания теоретических позиций.

В систему многолетней подготовки шахматистов органически входят *спортивные соревнования*, при этом они являются не только непосредственной целью тренировки, но и эффективным средством специальной подготовки.

Инструкторская и судейская подготовка проводится в группах УТР (II этап освоения программы). Привитие инструкторских и судейских навыков осуществляется в процессе учебно-тренировочных занятий, а также вне занятий.

Каждый юный шахматист в шахматном классе, оказывается в воспитательном пространстве. Тренер-преподаватель, психолог – творчески работающий коллектив. Они составляют ядро воспитательной работы, которое способствует созданию атмосферы уважения, защиты, сотрудничества. В работе с юными спортсменами применяется широкий круг средств и методов воспитания. В качестве средств используются тренировочные занятия, спортивные соревнования, беседы, собрания, общественно полезный труд, общественная деятельность.

В качестве методов нравственного воспитания применяются формирование нравственного сознания и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение, похвала), предупреждение и обсуждение отрицательных действий.

Одним из условий формирования личности спортсмена, является наличие сплоченного спортивного коллектива.

Формирование спортивного коллектива можно условно разделить на четыре этапа, (в ходе которых тренер-преподаватель совместно с психологом проводит диагностику спортивного коллектива):

I этап – характеризуется наличием четких, конкретных, единых для всех требований со стороны тренера-преподавателя. На этом этапе идет изучение личности ребенка, приобщение родителей к деятельности ребенка, воспитание потребности в систематических занятиях спортом, определение временных поручений каждому, знакомство с традициями коллектива.

II этап – характеризуется тем, что активно поддерживая требования тренера-преподавателя, сам воспитанник предъявляет их к остальным членам коллектива. Идет включение детей в планирование воспитательной работы, работает выборный детский актив, создаются традиции.

III этап – идет формирование общественного мнения. Формируются положительные

взаимоотношения, работает детский актив, идет закрепление традиций коллектива.

IV этап – характеризуется тем, что члены коллектива умеют предъявлять требования сами к себе. Сформировано самовоспитание у воспитанников (самонаблюдение, самопознание, самоограничение, самореализация, самоконтроль, самоанализ). Пропаганда традиций в других детских коллективах.

Одним из условий успешного воспитательного воздействия в коллективе является *формирование и поддержание положительных традиций*: открытие и закрытие спортивного сезона, посвящение в шахматисты, празднование дней рождения, выпускной вечер, наставничество старших над младшими и др.).

Воспитание «*бойцовских*» качеств, воспитание спортивного характера осуществляется в процессе многолетней работы с юными спортсменами и является составной частью воспитательной работы.

Процесс обучения азам мудрой игры способствует развитию у детей ориентирования на плоскости (это крайне важно для школы), формированию аналитико-синтетической деятельности, учит детей запоминать, сравнивать, обобщать, предвидеть результаты своей деятельности, содействует совершенствованию таких ценнейших качеств, как усидчивость, внимательность, самостоятельность, терпеливость, изобретательность, гибкость и др.

Тренер-преподаватель имеет большие возможности для организации образовательного процесса, помощи ребенку в его обучении, воспитании и развитии. Но деятельность будет гораздо эффективнее, если социальными партнерами тренера станут родители ребенка. Задача тренера-преподавателя заключается в поиске путей взаимодействия деятельности с родителями воспитанников с целью обеспечения единой образовательной среды. Основными направлениями работы тренера-преподавателя являются:

- информационное педагогическое обеспечение родителей в вопросах воспитания, оздоровления, ознакомление с текущими и прогнозируемыми результатами обучения, воспитания;
- вовлечение родителей в образовательный процесс через участие родителей в занятиях учебных групп, демонстрацию родителям учебных достижений детей;
- создание системы совместного досуга детей и родителей через организацию праздников, соревнований;
- формирование родительского комитета.

Психологическая подготовка

Психологическая подготовка проводится в течение учебного года в процессе каждого учебно-тренировочного занятия.

Психология спорта – область психологической науки, изучающей закономерности

проявления и формирования психологических механизмов в спортивной деятельности.

Для обучения психологическим умениям и навыкам характерны три фазы:

I фаза – ознакомление с психологическими умениями и навыками. Во время этой фазы занимающиеся осознают важность тренировки психологических умений и навыков и получают представления о том, как психологические умения и навыки влияют на спортивную деятельность. Продолжительность фазы – 1–2 год обучения НП.

II фаза – фаза усвоения, направлена на изучение методов и способов овладения различными психологическими навыками и умениями. Овладение этими умениями и навыками осуществляется во время учебно-тренировочных занятий, соревнований. Продолжительность фазы – 1–2 год обучения УТР.

III фаза – фаза практического овладения, которая включает в себя доведение до автоматического выполнения; обучение регулярному интегрированию психологических умений и навыков в ситуации практической деятельности; имитация умений и навыков в условиях соревнований. Продолжительность фазы – 2–3 год обучения УТР.

В психологической подготовке можно выделить:

- Базовую психологическую подготовку;
- Психологическую подготовку к тренировкам (тренировочную);
- Психологическую подготовку к соревнованиям.

В свою очередь они делятся на: диагностическую, коррекционную, просветительскую, развивающую, профилактическую, консультативную работу.

Успех соревновательной деятельности во многом зависит от качества предшествующего тренировочного процесса, который порой выражается в монотонной и продолжительной работе.

Базовая психологическая подготовка включает:

- Развитие важных психических функций и качеств – внимания, представлений, ощущений, мышления, памяти, воображения;
- Развитие профессиональных важных способностей, а также способности к самоанализу, самокритичности, требовательности к себе;
- Формирование значимых морально-нравственных и волевых качеств (любви к виду спорта, целеустремленности, инициативности);
- Психологическое образование (формирование системы специальных знаний о психике человека, психических состояниях, методах формирования нужного состояния и способах преодоления неблагоприятных состояний);
- Формирование умения регулировать психологическое состояние, сосредоточиваться перед выступлением, мобилизовать силы во время выступления, противостоять

неблагоприятным воздействиям.

Общая психологическая подготовка осуществляется в единстве с умственной, технической и тактической подготовками на протяжении всего многолетнего периода обучения и в ее задачи входит:

1. Воспитание личности спортсмена и формирование спортивного коллектива.
2. Развитие процессов восприятия, в частности формирование специфических восприятий («чувство позиции», «чувство времени»).
3. Развитие внимания (объем, интенсивность, распределение, переключение).
4. Развитие тактического мышления – способности быстро и правильно оценивать игровой момент, принимать эффективное решение и контролировать свои действия.
5. Развитие памяти, представления и воображения, которые проявляются в способности запоминать особенности игровых действий и в умении детально представить возможные ситуации предстоящего состязания.
6. Развитие способностей управлять эмоциями в процессе игровой деятельности и в жизненных ситуациях.
7. Воспитание волевых качеств (стойкость, настойчивость, активность, инициативность, дисциплинированность, упорство в достижении цели, целеустремленность).
8. Воспитание наблюдательности, умения быстро и правильно ориентироваться в сложной игровой ситуации.

Психологическая подготовка к соревнованиям начинается задолго до соревнований, опирается на базовую подготовку и решает следующие задачи:

- Формирование значимых мотивов соревновательной деятельности;
- Овладение методикой формирования состояния ситуационной, актуальной готовности к соревнованиям, уверенности в себе, в своих силах;
- Разработку индивидуального комплекса настраивающих и мобилизирующих мероприятий;
- Совершенствование методики саморегуляции психических состояний;
- Формирование эмоциональной устойчивости к соревновательному стрессу;
- Отработку индивидуальной системы психорегулирующих мероприятий;
- Сохранение нервно-психической устойчивости, профилактику перенапряжений.

Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (играм) состоит в следующем:

1. Осознание спортсменами задач на предстоящие соревнования;
2. Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время и место, освещенность и т.п.);
3. Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действиям с учетом

этих особенностей;

4. Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент;
5. Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящими соревнованиями;
6. Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении

поставленных задач в предстоящих соревнованиях.

Успешное решение задач, стоящих в процессе подготовки юных шахматистов, невозможно без системы специальных средств и условий восстановления, которые решаются в ходе отдельных тренировочных занятий, соревнований, в интервалах между занятиями и соревнованиями, на отдельных этапах годичного цикла подготовки.

Учебно-воспитательный процесс построен таким образом, чтобы сохранить здоровье обучающихся, сформировать здоровый образ жизни и трудовые навыки, развить творческие способности. Средства и методы психологических и педагогических воздействий используются на всех этапах круглогодичной подготовки шахматистов, постоянно повторяются и совершенствуются.

Медицинский контроль в шахматах необходим, при этом одной из важных задач его является защита здоровья шахматиста от неблагоприятного влияния чрезмерно большого эмоционального и интеллектуального напряжения.

Система здоровьесберегающих мероприятий носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического и медико-биологического воздействия.

Педагогические средства восстановления:

1. Рациональное распределение нагрузок в макро-, мезо- и микроциклах.
2. Создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.
3. Рациональное планирование процесса учебно-тренировочных занятий.
4. Использование разнообразных средств и методов тренировки, в том числе и

нетрадиционных.

5. Соблюдение рациональной последовательности упражнений, чередование нагрузок по направленности.

6. Индивидуализация тренировочного процесса.

7. Адекватные интервалы отдыха.

8. Дни профилактического отдыха.

Психологические средства восстановления:

1. Организация внешних условий и факторов тренировки.

2. Формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировкам.

3. Переключение внимания, мыслей и самоуспокоение, самоодобрение и

самоприказы.

4. Идеомоторная тренировка.
5. Психорегулирующая тренировка.
6. Отвлекающие мероприятия: чтение книг, слушание музыки, экскурсии, посещение музеев, выставок, театров.

Психолого-педагогические средства включают специальные восстановительные упражнения на расслабление, дыхательные, на растяжение, чередование средств ОФП и психорегуляции.

Гигиенические средства восстановления:

1. Рациональный режим дня.
2. Ночной сон не менее 8-9 часов в сутки, желателен дневной сон (1 час) в период интенсивной подготовки к соревнованиям.
3. Тренировки преимущественно в благоприятное время суток: после 8 и до 20 часов. Тренировки в неблагоприятное время суток с целью волевой подготовки допустимы и целесообразны в подготовительном периоде.
4. Сбалансированное 3-4 разовое питание по схеме: завтрак – 20-25%, обед – 40-45%, ужин – 20-30 % суточного рациона до 19.00.
5. Использование специализированного питания: витамины, питательные смеси, соки, спортивные напитки во время приема пищи, до и во время тренировки.
6. Гигиенические процедуры.
7. Удобная обувь и одежда.

При выборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок.

Одним из **условий реализации программы** является наличие:

1. *Материально-технического обеспечения* процесса обучения (спортивный инвентарь, спортивная база).
- учебный класс - не менее 16 кв. м
 - столы – 15 шт.
 - стулья – 30 шт.;
 - шахматные доски / резиновые, картонные 40х40 см./ - 15 шт.;
 - фигуры к ним /деревянные, пластмассовые/ - 15 комплектов;
 - демонстрационная доска магнитная или самодельная, с фигурами - 1 шт.;
 - книжный шкаф или стеллаж, шкаф для инвентаря;
 - шахматный компьютер;

- программное обеспечение (шахматная программа, обучающие программы, база шахматных партий)
- портреты чемпионов мира по шахматам среди взрослых- 22 шт.;
- шахматный стенд «Великие люди и шахматы», «Шахматы и дети», - 1 шт.
- видеоманитофон;
- телевизор.

2. Тренерских кадров:

2.1. Тренер, владеющий профессиональными качествами (специализация шахматы):

- умением использовать формы и методы активного обучения;
- умением самостоятельно разрабатывать методику своего предмета;
- владеющий организационными формами диагностической работы с детьми;
- обеспечивающий устойчивый положительный результат в учебно-воспитательной

работе.

2.2. Педагог - психолог.

Для определения результатов и качества освоения образовательной программы нужна система отслеживания, то есть *четкий педагогический контроль* за уровнем знаний, умений и навыков детей. С этой целью вводится трехуровневая система контроля за развитием обучающихся. *Результаты отслеживаются путем:*

- определения стартового уровня интеллектуального развития детей (сентябрь, когда закончился набор обучающихся в группы). Цель – определение уровня подготовки обучающихся в начале цикла обучения. Форма проведения – диагностирование, тестирование, сдача контрольных нормативов (см. приложение № 2);
- промежуточной аттестации обучающихся (проводится 2 раза в год - ноябрь-декабрь, апрель-май). Ее цель – оценка успешности продвижения обучающихся для определения уровня знаний, умений и навыков. Форма проведения – сдача контрольных нормативов, контрольные тесты, задания (см. приложение № 2);
- итоговой аттестации (проводится в конце завершающего года обучения, как результат освоения обучающимися программы в целом; см. приложение № 2).

Педагогический контроль осуществляется в традиционных формах: соревнования, сдача контрольных заданий, тестирование, контрольные вопросы, задания, диагностика уровня воспитанности.

Определена единая оценочная шкала. Трехуровневая оценка образовательных результатов:

«высокий уровень» – средний балл результатов освоения программы от 4 до 5 баллов;

«средний уровень» – средний балл результатов освоения программ от 3 до 3,9 балла; «низкий уровень» – средний балл результатов освоения программы до 2,9 балла (см. приложение № 3).

Результаты обученности, воспитанности фиксируются в журнале учета групповых занятий, протоколах соревнований, таблицах учета результатов сдачи контрольных нормативов по НП, УТР, по практической и теоретической подготовке (см. приложение № 3).

Система педагогического контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения Программы и внести своевременно коррективы.

Физкультминутки

Физкультминутки — кратковременные физические упражнения, имеющие целью предупреждение утомления, восстановление умственной работоспособности (возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности и дают отдых тем, которые работали). Они улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции и повышают интерес к занятиям. Длительность физкультминуток 1,5–2 минуты и проводить их рекомендуется, начиная с группы НП – 1 года обучения.

Основные формы проведения физкультминуток:

В форме общеразвивающих упражнений. Общеразвивающие упражнения подбираются по тем же признакам, что и для утренней гимнастики. Используются 3-4 упражнения для разных групп мышц. Закончить физкультминутку можно прыжками, бегом на месте или ходьбой.

В форме подвижной игры. Подбираются игры средней подвижности, не требующие большого пространства, с несложными и хорошо знакомыми детям правилами.

В форме дидактической игры с движением. Такие физкультминутки хорошо вписываются в занятия по ознакомлению с природой, по звуковой (фонетической) культуре речи, по математике.

В форме танцевальных движений. Используются между структурными частями занятия под звукозапись, пение тренера и самих обучающихся. Больше всего подходят мелодии умеренного ритма, негромкие, иногда плавные.

В форме выполнения движений под текст стихотворения. При подборе стихотворений обращается внимание на следующее:

текст стихотворений должен быть высокохудожественным; используются стихи известных авторов, потешки, загадки, считалки;

преимущество отдается стихам с четким ритмом;

содержание текста стихотворения должно сочетаться с темой занятия, его программной задачей.

В форме любого двигательного действия и задания. Возможно отгадывание загадок не словами, а движениями; использование различных имитационных движений: спортсменов (лыжник, конькобежец, боксер, гимнаст), трудовых действий (рубим дрова, водим мотор, едем на машине).

Требования к проведению физкультминуток

- Проводятся на начальном этапе утомления (8-я, 13-я минуты занятия - в зависимости от возраста детей, вида деятельности, сложности учебного материала).
- Упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям.
- Упражнения должны быть удобны для выполнения на ограниченной площади.
- Упражнения должны включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие функциональную деятельность всех органов и систем.
- Содержание физкультминуток должно органически сочетаться с программным содержанием занятия.
- Комплексы физкультминуток подбираются в зависимости от занятий, их содержания.
- Комплекс физкультминутки обычно состоит из 2-4 упражнений: для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног.

Физкультурная пауза предотвращает развитие утомления у детей и снимает эмоциональное напряжение в процессе занятий с умственной нагрузкой, что способствует более быстрому восприятию программного материала, увеличению двигательной активности детей.

Проводится физкультурная пауза в любом хорошо проветренном помещении - групповая комната, широкий коридор - во время перерыва между занятиями и составляет не более 10 минут.

Она может состоять из трех-четырех игровых упражнений типа «Кольцеброс», «Удочка», «Бой петухов», «Перетягивание каната», а также произвольных движений обучающихся с использованием разнообразных физкультурных пособий (скакалки, кегли, мячи, обручи, ракетки).

Методика проведения физкультурной паузы

Игровые упражнения должны быть хорошо знакомы детям, просты по содержанию, с небольшим количеством правил, не длительны по времени (не более 10-12 минут), доступны детям с разным уровнем двигательной активности.

Игровые упражнения должны предоставлять возможность детям в любой момент войти в игру и выйти из нее.

Не следует предлагать детям игры с высокой интенсивностью движений, так как они могут их перевозбудить.

В конце двигательной паузы можно предложить детям различные дыхательные упражнения.

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ РАЗРЯДНЫХ ТРЕБОВАНИЙ

Для выполнения II, III разрядов необходимо набрать 75 % очков или занять I место в турнире с коэффициентом соответственно 2,3,4.

Для турниров с дробными коэффициентами нормы (проценты к числу партий) устанавливаются по таблице.

Коэффициент турнира	Раздел первый
	Разряды
	I, II, III
	Норма, % к числу партий
1,00	50
1,01-1,10	53
1,11-1,20	55
1,21-1,30	58
1,31-1,40	60
1,41-1,50	63
1,51-1,60	65
1,61-1,70	68
1,71-1,80	70
1,81-1,90	73
1,91-2,00	75

Примечания:

1. При коэффициенте турнира от 2 до 3 или от 3 до 4 надо в первом разделе найти строчку с соответствующим числом после запятой. Тогда в столбце 2 определяются нормы, соответственно, II и III разрядов.

2. Для определения коэффициента турнира применяются следующие показатели: без разрядов – 4; III, II, I разряды – соответственно 3, 2, 1. Число участников каждого разряда умножается на показатель этого разряда, полученные произведения складываются, и сумма делится на количество участников турнира.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Фронтальный метод

Применение фронтального метода предусматривает такую организацию работы обучающихся, при которой вся группа выполняет какое-либо одно, общее для всех задание. По преимуществу этот метод может находить место в вводной и заключительной частях урока, но иногда и в основной, особенно в младших группах. Преимущественно же, фронтальный метод используется при прохождении не очень сложного материала программы на этапе первоначального обучения и с детьми 6-7 лет, а также обучающимися первых - вторых классов. Это обусловлено тем, что детям младшего школьного возраста при выполнении задания требуется в большей мере непосредственное руководство тренера-преподавателя по шахматам.

Применение фронтального метода оправдывает себя в менее дисциплинированных группах, где еще не вырос и не окреп шахматный актив.

Надо подчеркнуть, что очень важной особенностью фронтального метода является обеспечение постоянного непосредственного руководства тренера. В отдельных случаях, используя этот метод, тренер-преподаватель может привлекать себе в помощь учеников, давая им различные задания, связанные с организацией работы группы.

При использовании фронтального метода задания, одинаковые для всех учеников, могут выполняться:

- одновременно всеми обучающимися на занятии;
- одновременно в группах;
- поочередно по одному, по два человека с паузами или потоком (потоком - только на этапе
- закрепления и совершенствования изучаемой позиции при условии хорошей дисциплины, например, сеансы одновременной игры на разыгрывание табуи «Северного гамбита»).

Как правило, применение фронтального метода не требует сложного оборудования и особенно эффективно при просмотре мини-партий. Тренер диктует текст, каждый ученик самостоятельно разбирает партию и слушает комментарии. Периодически тренер на демонстрационной доске показывает серию ходов для тех, кто сбился (через три-пять ходов по необходимости). После первого просмотра к доске вызываются по двое обучающихся, и они показывают партию под наблюдением всей группы. Подсказки из класса запрещены. Тренер может навести на мысль, не подсказывая хода. Для закрепления материала интересно вызывать по одному ученику к демонстрационной доске.

Фронтальный метод есть метод, при котором тренер-преподаватель работает со всеми обучающимися над единым учебным материалом.

Групповой метод

Групповой метод предусматривает такую организацию работы обучающихся, при которой группа делится на отделения, каждое из которых выполняет свое, отличающееся от других, задание.

Групповой метод используется при прохождении довольно сложного материала, когда тренеру-преподавателю необходимо уделять большое внимание ученикам, осваивающим сложный материал и оказывать им помощь. Отдельные группы учеников могут получать задания, соответствующие различным этапам разучивания материала и разной степени трудности. Тренер обязан помочь уяснить только узловые и самые трудные моменты по усвоению того или иного задания.

Применение группового метода, возможно начиная с четвертого - пятого годов обучения, преимущественно в основной части урока. Наиболее оправдывается его применение на

тренировках со старшими детьми. Ребята хотят саморазвиваться и наставления тренера в виде постоянной информации уже малоэффективны. Различия между обучающимися по степени шахматной подготовленности становятся более ярко выраженными. У старших занимающихся становится целесообразным прорабатывать задания в индивидуальном темпе и ритме. Групповой метод отвечает таким запросам, обеспечивая дифференцированный подход к обучающимся в процессе обучения шахматным тонкостям. Тренер подбирает карточки-задания, наиболее соответствующие силам и способностям каждого отделения и каждого ученика. Например, в одном отделении акцентируется внимание на воспитании тактической зоркости, в другой - на овладении шахматной техникой. Или в рамках общей темы «разноцветные слоны» одной группе дать этюды, другой - тактические удары, третьей - плановое ведение пешки.

Применение группового метода оправдывается в дисциплинированных, хорошо сплоченных детских группах. Особенно эффективно использование группового метода со старшими ребятами, где тренер уже располагает подготовленным активом учеников-помощников для занятий с отделениями. Обучающиеся становятся более организованными и способными в самостоятельной работе.

Различные задания в группах выполняются одновременно всем составом группы и поочередно: первое, второе и т.д. Тренер-преподаватель непосредственно руководит отделением, разучивающим новый, трудный материал, где необходимо оказание ученикам помощи в выделении существенного для освоения и понимания задания и проблематики вопроса. В других отделениях обучающиеся занимаются самостоятельно, осваивая незнакомый материал, не вызывающий больших затруднений. При этом тренер-преподаватель наблюдает за всем классом и, в случае необходимости, подходит к тому или иному отделению. По указанию тренера в группах происходит смена заданий. Применение группового метода дает тренеру-преподавателю по шахматам реальную возможность приучать учеников к самостоятельным занятиям, привлекая для помощи актив из числа занимающихся.

Следует считать ошибочным несвоевременное использование группового метода, когда ученики еще недостаточно подготовлены для такой организации занятий.

Групповой метод - обучающиеся разбиты на группы, каждая из которых получает отдельные задания. Тренер-преподаватель, не выпуская из-под контроля всех обучающихся, работает, по преимуществу, с одной группой или поочередно работает, переходя от одной группы к другой.

Метод индивидуальных заданий.

Применение метода индивидуальных заданий предусматривает самостоятельное выполнение заданий, предложенных тренером-преподавателем или выбранных обучающимися.

Этот метод, по преимуществу, используется во вводной или основной части урока, но может иметь место и в заключительной части. В младшем возрасте метод индивидуальных заданий помогает ознакомиться и получить реальную оценку подготовленности обучающихся в том или ином дебюте, в той или иной части партии, склонности к тому или иному виду ведения игры. Например, прежде чем приступить к обучению игре «По Нимцовичу», целесообразно посмотреть и оценить тактическую зоркость обучающихся. С этой целью детям предлагается в течение 5-10 минут решить карточку с шестью заданиями.

Этот метод дает тренеру-преподавателю возможность удовлетворить желания обучающихся выполнять понравившийся вид задания и, таким образом, чередовать регламентируемый материал с относительно свободным (интересно для ученика).

Вместе с тем, ученики приучаются к сознательному самостоятельному выполнению заданий. Метод индивидуальных заданий делает возможным дифференцирование упражнений по содержанию и характеру нагрузки для отдельных учеников. Не менее важно установить дозировку в занятиях урока **ученикам и ученицам**.

Метод индивидуальных заданий может применяться во всех группах, однако, нужно помнить: с группами начальной подготовки по 3-5 занятий в конце каждой крупной темы; в группах УТР не чаще одного занятия в месяц.

Самостоятельное выполнение тренировочного задания на карточке по выбору оправдывается в более дифференцированных, подготовленных группах. Применяя метод индивидуальных заданий, тренер-преподаватель сохраняет за собой при самостоятельной работе учеников общее руководство группой, не ослабляя наблюдения за отдельными учениками.

Упражнения и задания, предложенные тренером (или выбранные шахматистами) могут выполняться в следующем порядке:

- одновременно всем составом группы;
- отдельными учениками;
- группами по особым заданиям тренера.

Использование метода индивидуальных заданий возможно при проведении тренировок в любых условиях.

Метод индивидуальных заданий - каждый получает задание, работает и выполняет его самостоятельно, тренер-преподаватель руководит выборочно.

Круговая тренировка

В основе кругового метода лежит схема-символ, отражающая подбор шахматных упражнений с последовательной их сменой, как бы по кругу, при точно регламентируемой нагрузке на главные идеи развития шахматных компонентов мастерства. Каждое из новых заданий является разгрузочным по отношению к предыдущему. Круговой метод имеет много

положительных моментов: занятия интересны, эмоциональны, в них применяются разнообразные задания, требующие разных решений, а следовательно, оригинальности мышления, развивает творческий подход, а следовательно, мыслительную активность. Основное, существенное в этой форме работы - диаграммы из разных частей партии - требуют правильного подхода к позиции (стратегического видения, какая часть партии - дебют, миттельшпиль, эндшпиль, что делать), формирование внутреннего диалога постановочных задач и вопросов, ответы на эти вопросы, требующие не только логики в решении, но и, обязательно, изюминки - неординарного пути решения. Это наиболее эффективная форма подготовки спортсмена перед соревнованиями и, совместно с тестированием, позволяет подготовленному спортсмену лучше почувствовать свое состояние, спортивную форму, определить скорость расчета, на что опираться и чего избегать во время игры.

Возможность круговой тренировки в подготовке шахматистов особенно эффективна для отработки навыка, максимально приближая обстановку к игровым условиям. При достаточном опыте мастер-педагог может применять круговую тренировку для ознакомления с набором проблем и создания целостности представления у ученика по его подготовке к соревнованиям и достижения конечных целей на определенном этапе занятий шахматами.

Целесообразно использовать такую организационно-методическую форму, преследуя конкретные задачи, например, в группах первого-четвертого года обучения для развития счетных способностей и выработки уверенности при принятии решений, в группах четвертого-пятого года обучения для оценки позиции и составления плана игры, подтвержденного вариантами, в группах 3 - 7 года обучения для совершенствования техники реализации преимущества, техники игры в энд- шпиле.

К тренеру при организации круговой тренировки предъявляются требования глубокой шахматной эрудиции. Тренер должен хорошо подготовить серию круговых заданий, умело сменяя их, по обстановке, на более трудные или легкие задания. Поэтому круговая тренировка требует, помимо основных заданий, «круг дополнительных заданий», рассчитываемых так, чтобы ученики не запаздывали и не затягивали основное время, отводимое на задание.

В перспективе, комплексная «комбинированная тренировка» с элементами круговой – одно из перспективных направлений к вершине мастерства тренера-преподавателя.

Комплексная тренировка

Комплексная тренировка включает в себя элементы вышеперечисленных методов тренировок. *При проведении комплексной тренировки требуется включение нескольких **разных видов работ***, например, подвижная игра (15 минут), круговая тренировка (30 минут), фронтальное занятие (20 минут), групповые занятия (15 минут), подвижная игра (10 минут) - всего полтора часа. Обязательно проводится строго по времени и характеризуется точной

дозировкой нагрузки на уроке. По сигналу тренера начинается и оканчивается каждая часть тренировки. Находясь все время в подвешенном состоянии, ученики привыкают к неопределенности, внутренне готовы к переменам и во время соревнований. Перемены их мало пугают, они внутренне к ним предрасположены.

7. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ РЕКОМЕНДУЕМАЯ

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Авербах Ю. Бейлин. Путешествие в шахматное королевство. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
2. Авербах Ю., Котов А., Юдович М. Шахматная школа. – М.: Физкультура и спорт, 1976.
3. Авербах Ю. Что надо знать об эндшпиле. – М.: Физкультура и спорт, 1960.
4. Авербах Ю. Шахматные окончания I-V том. – М.: Физкультура и спорт, 1981-84.
5. Агафонов А.В. Шах и Мат. Задачи для начинающих. – Казань, Учебное издание, 1994.
6. Блох В. Комбинаторное искусство. – М.: изд. «Инженер», 1993.
7. Волчок А.С. Самоучитель тренажер шахматиста. – Николаев: Мысль, 1991
8. . Губницкий С.Б., Хануков М.Г., Шедей С.А. Полный курс шахмат. 64 урока. – Харьков: Фолио, 2000
9. Гуфельд Э., Калиниченко Н. Дебютный путеводитель. – Челябинск, 1991.
10. Давыдюк С.И. Начинаящим шахматистам. Упражнения. Партии. Комбинации. – Минск: Полымя, 1994.
11. Дворецкий М. Учебник Эндшпиля. – Харьков: Факт, 2006
12. Журавлев Н. Шаг за шагом. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
13. Иващенко С.Д. Сборник шахматных комбинаций. – Киев, 1986.
14. Карпов А.Е., Гик Е.Я. Неисчерпаемые шахматы. Изд. Московского Университета, 1989.
15. Конотоп В., Конотоп С. - Тесты по тактике для шахматистов IV разряда – кмс. – М., 2005
16. Нимцович. Моя система. – М., Физкультура и спорт, 1974.
17. Эстрин Я.Б., Калиниченко Н.М. Шахматные дебюты. Полный курс. – М.: Фаир-пресс, 2003.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

1. Авербах Ю., Котов А., Юдович М. Шахматная школа. – М.: Физкультура и спорт, 1976.
2. Авербах Ю. Шахматные окончания I-V том. – М.: Физкультура и спорт, 1981-84.
3. Голенищев В. Программа подготовки юных шахматистов II разряда. – Издательство «Советская Россия», 1979.
4. Губницкий С.Б., Хануков М.Г., Шедей С.А. Полный курс шахмат. 64 урока. – Харьков: Фолио, 2000.
5. Дворецкий М. Учебник Эндшпиля. – Харьков: Факт, 2006.
6. Дворецкий М., Юсупов А. Секреты дебютной подготовки. – Харьков: Фолио, 1996.
7. Журавлев Н. Шаг за шагом. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
8. Конотоп В., Конотоп С. - Тесты по тактике для шахматистов IV разряда – кмс. – М., 2005.

9. Костьев А.Н. Уроки шахмат. – М.: Физкультура и спорт, 1994.
10. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М.: Физкультура и спорт, 1975.
11. Ласкер Э. Учебник шахматной игры. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
12. Пожарский В.А. Шахматный учебник. – МЭИ, 1996.
13. Рохлин Я. Шахматы. Программа занятий. – «Московская правда», 1961.
14. Романовский П. Миттельшпиль. – М.: Физкультура и спорт, 1963.
15. Спутник шахматиста: справочник / Под ред. В.П.Елесина, В.М.Волкова. – М.: Воениздат, 1992.
16. Чехов В. Комляков В. Программа подготовки шахматистов I разряда -кандидатов в мастера, – М., 2009.
17. Чехов В. Комляков В. - Программа подготовки шахматистов IV-II разряда, – М., 2007.
18. Шахматы, наука, опыт, мастерство / под ред. Б.А.Злотника. – М.: Высшая школа, 1990.
19. Шахматы. Энциклопедический словарь, – М.: Советская энциклопедия, 1990.