

АДМИНИСТРАЦИЯ КЕТОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КЕТОВСКАЯ РАЙОННАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ ОХОХОНИНА ВЛАДИМИРА ФЕДОРОВИЧА»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 2 от 30.12.2025г.

Утверждаю
Директор МКОУДО «Кетовская районная
ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»
_____ (Сысолов О.М.)
Приказ № 53а от 30.12.2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
по виду спорта «Шахматы»

Разработана в соответствии с федеральными государственными стандартами спортивной
подготовки по виду спорта «Шахматы»

Приказ Минспорта России от 24.10.2025 N 867 «Об утверждении Федерального стандарта
спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»
(Зарегистрировано в Минюсте России 03.12.2025 N84420)

Возраст обучающихся: 6-18 года

Срок реализации программы:

- этап начальной подготовки – 2 года;
- учебно-тренировочный этап – 4 лет.

Автор-составитель: Нелипович Евгения Васильевна,
инструктор-методист МКОУДО «Кетовская районная
ДЮСШ им. Охохонина В.Ф.»

Рецензенты: Соснина Лариса Александровна,
заместитель директора по УСР МКОУДО «Кетовская
районная ДЮСШ им. Охохонина В.Ф.»
Сысолов Олег Михайлович, начальник комитета по
физической культуре и спорту Кетовского
муниципального округа

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Шахматы
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Образовательная область	Физическая культура и спорт
Тип образовательной программы	Модифицированная
Продолжительность реализации программы	6 лет
Возраст учащихся	С 6 до 18
Уровень освоения программы	Этап начальной подготовки Учебно-тренировочный этап
Уровень реализации программы	Дополнительное образование
Цель программы	Удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в нравственном и физическом совершенствовании путем приобщения детей к культуре шахмат, выявление и отбор одаренных детей к занятиям шахматами, профессиональное самоопределение средствами шахмат.
Методы освоения содержания программы	Словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые.
Форма организации деятельности учащихся	Групповая

СОДЕРЖАНИЕ

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	5
<i>1.1. Нормативно-правовые и научно-методические основы Программы</i>	<i>6</i>
<i>1.2. Цель и задачи образовательной Программы.....</i>	<i>6</i>
<i>1.3. Характеристика вида спорта</i>	<i>7</i>
<i>1.4. Направленность образовательной Программы</i>	<i>7</i>
<i>1.5. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность</i>	<i>7</i>
<i>1.6. Отличительные особенности данной Программы</i>	<i>8</i>
<i>1.7. Структура системы многолетней подготовки</i>	<i>8</i>
<i>1.8. Основные показатели выполнения программных требований</i>	<i>8</i>
<i>1.9. Организационно-педагогические основы обучения</i>	<i>9</i>
<i>1.10. Прогнозируемые результаты освоения образовательной Программы</i>	<i>10</i>
II. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	19
<i>2.1. Условия реализации этапов спортивной подготовки.....</i>	<i>19</i>
<i>2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.....</i>	<i>20</i>
<i>2.3. Виды (формы) обучения при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки</i>	<i>20</i>
<i>2.4. Годовой учебно-тренировочный план</i>	<i>28</i>
<i>2.5. Календарный план воспитательной работы.....</i>	<i>29</i>
<i>2.6. Мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте.....</i>	<i>31</i>
<i>2.7. Планы инструкторской и судейской практики.....</i>	<i>33</i>
<i>2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий, применение восстановительных средств.....</i>	<i>33</i>
<i>2.8.1. Врачебный контроль.....</i>	<i>39</i>
<i>2.9. Расписание и режим занятий</i>	<i>40</i>
<i>2.10. Календарный учебный график.....</i>	<i>42</i>
III. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	33
<i>3.1. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки.....</i>	<i>37</i>
<i>3.2. Оценка результатов освоения Программы.....</i>	<i>37</i>
IV. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА.....	39
<i>4.1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий.....</i>	<i>39</i>
<i>4.2. Учебно-тематический план.....</i>	<i>43</i>
V. ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ОТДЕЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ ВИДА СПОРТА «ШАХМАТЫ»	46
VI. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	46
<i>6.1. Материально-технические условия реализации Программы</i>	<i>46</i>
<i>6.2. Кадровые условия реализации Программы.....</i>	<i>47</i>
<i>6.3. Требования техники безопасности в процессе реализации образовательной Программы...</i>	<i>47</i>
VII. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ.....	49
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Годовой учебно-тренировочный план	
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Расписание учебных занятий	
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Календарный учебный график	
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"	
ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам физической культуры и спорта при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"	
ПРИЛОЖЕНИЕ 6. Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам	

физической культуры и спорта при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

ПРИЛОЖЕНИЕ 7. Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

ПРИЛОЖЕНИЕ 8. РЕЦЕНЗИЯ НА ПРОГРАММУ (внутренняя)

ПРИЛОЖЕНИЕ 9. РЕЦЕНЗИЯ НА ПРОГРАММУ (внешняя)

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке шахматистов с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 09.11.2022г №952.

1.1. Нормативно-правовые и научно-методические основы Программы

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 04.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Конституция РФ;
5. Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989г.;
6. Приказ Минспорта России от 07.07.2022г. № 579 «Об утверждении порядка разработки и утверждения примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки»;
7. Приказ Минспорта России от 18.05.2022 № 419 «Об утверждении порядка разработки и утверждения федеральных стандартов спортивной подготовки»;
8. Приказ Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
9. Требования к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, утвержденные приказом Минспорта России от 30.10.2015г. № 999;
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
11. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утверждена приказом Минспорта России от 20.12.2022г. №1276;
12. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержден приказом Минспорта России от 09.11.2022г. №952;
13. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 года №3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года»;
14. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 2021 года №3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации (с изменениями и дополнениями, вносимыми Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 сентября 2022 года №2865-р);
15. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года №678-р «О концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Также программа учитывает внутренние нормативные правовые акты организации (устав, административный регламент, правила приема, порядок и основания перевода, отчисления и восстановления в организации и др.).

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочного процесса шахматистов на этапе начальной подготовки и

учебно-тренировочном этапе в течение срока реализации программы (8 лет).

1.2. Цель и задачи программы

Целью программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки шахматистов.

Задачи образовательной программы:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития.

1.3. Характеристика вида спорта

Шахматы являются индивидуальным видом спорта, в котором противоборство соперников осуществляется через посредство шахматной доски и фигур, при установленных правилах и сведенном к минимуму элементе случайности.

Обе стороны - белые и черные - поставлены в одинаковые условия (за исключением права первого хода белых, так называемого преимущества выступки), что обеспечивает практически полное равенство шансов соперников и ставит результат партии в зависимость в первую очередь от их собственных усилий.

Шахматы выделились как ведущая ("королевская") среди остальных настольных игр из-за сочетания ряда уникальных свойств:

- сложность игры, являющаяся результатом наличия комплекта разноименных фигур, такова, что до нашего времени не представляется обозримым просчитать и оценить с помощью ЭВМ все шахматные позиции;
- доступность стоящих задач для решения отдельным игроком (в отличие от реальных боевых действий, в которых возникающие задачи могут быть решены лишь коллективами специалистов);
- удачное сочетание тактики и стратегии, обеспечивающее достаточно длительное стратегическое единоборство игроков при наличии тактических элементов;

Наличие единственной начальной позиции, единообразие правил и древность более или менее общепринятого способа записи ходов привели к формированию уникальной теории игры, непрерывной традиции, ведущейся с XVI века, сделавшей шахматы уникальной частью человеческой культуры и сообщившей им элементы науки и искусства.

Шахматы развивают разнообразные способности (математические, абстрактнологические), психические процессы памяти, внимания, мышления; мышление шахматистов в современной психологии и кибернетике стало одной из основных моделей человеческого мышления и используется в качестве таковой в программировании ЭВМ.

Официальные соревнования на первенство мира по шахматам проводятся с 1886 года, с тех пор выработаны правила соревнований, время на обдумывание игроков ограничено различными контролями времени.

Вид спорта шахматы (код вида 0880002511Я), согласно Реестру видов спорта РФ, включает в себя следующие дисциплины (Таблица 1):

Таблица 1 – Дисциплины, входящие в вид спорта шахматы.

Наименование спортивной дисциплины	Номер-код спортивной дисциплины
шахматы - командные соревнования	088 006 2 8 1 1 Я
шахматы	088 001 2 8 1 1 Я
блиц	088 002 2 8 1 1 Я
быстрые шахматы	088 003 2 8 1 1 Я
шахматная композиция	088 004 2 8 1 1 М
заочные шахматы	088 005 2 8 1 1 Л

1.3. Направленность образовательной программы

Программа *направлена* на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и развития, получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта), дальнейшее прохождение этапов спортивной подготовки, на профессиональную ориентацию к поступлению на обучение в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, на адаптацию к жизни в обществе.

1.4. Направленность образовательной программы

Программа *направлена* на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и развития, получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта), дальнейшее прохождение этапов спортивной подготовки, на профессиональную ориентацию к поступлению на обучение в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, на адаптацию к жизни в обществе.

1.5. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Учебный материал программы последовательно излагается для групп начальной подготовки (ГНП) и учебно-тренировочных групп (УТГ) МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.». Такая структура создает единое направление в учебно-тренировочном процессе подготовки шахматистов.

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование двигательных умений и навыков, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в шахматах. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку.

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно снижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, повышается пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой в общеобразовательных учреждениях, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Педагогическая целесообразность программы в том, что она разработана с учетом современных направлений развития шахмат. В последнее время очень сильно выросла спортивная составляющая шахмат. Тенденция к ускоренным контролям времени на соревнованиях, а также новейшие компьютерные игровые программы и базы данных – все это предъявляет повышенные требования к уровню подготовки шахматиста.

Эффективную подготовку в данном виде спорта обеспечивают:

- специфические шахматные знания (в разных областях теории дебюта, миттельшпиля и эндшпиля);
- умение творчески применять правила, самостоятельно находить стратегические аналогии известным образцам в своей практике;
- тактическое зрение, умение видеть тактические удары непосредственно при взгляде на доску, без логических рассуждений;
- умение организовать мышление, в рациональном порядке рассмотреть имеющиеся возможности, прийти к возможно более четким выводам и сделать ход (умение рассчитывать варианты);
- умение выдерживать многочасовое нервное напряжение, поддерживать стабильную работоспособность на протяжении нескольких часов подряд;
- умение выдерживать эмоциональное напряжение борьбы, поддерживать стабильное рабочее состояние во время партии и на протяжении соревнования;
- умение в наиболее важные моменты соревнования демонстрировать волевые качества, добиваться необходимого результата, "собираться" и играть с максимальной силой.

1.6. Отличительные особенности программы

Особенностью программы является то, что она разработана с учетом современных направлений развития шахмат. Программа отличается строгой последовательностью и непрерывностью всего процесса становления спортивного мастерства юного шахматиста, структурным построением и параметрами многолетней тренировки спортсменов с учетом возрастных границ зон спортивных достижений в этом виде спорта, оптимальным набором и соотношением времени применяемых средств, методов физической и технико-тактической подготовки, планами-схемами годовых циклов учебно-тренировочного процесса, особенностями психологического сопровождения.

1.7. Структура системы многолетней подготовки

Многолетняя подготовка шахматиста призвана:

- обеспечить необходимые для игры на самом высоком уровне специфические знания и умения (специальная подготовка);
- развить необходимые для успеха спортивные качества, обеспечить оптимальное состояние организма спортсмена (общая подготовка);
- скорректировать развитие спортсмена с учетом его индивидуальных особенностей.

Структура многолетней подготовки включает в себя следующие уровни сложности:

- 1) Этап начальной подготовки
- 2) Учебно-тренировочный этап

1.8. Основные показатели выполнения программных требований

Основными показателями выполнения программных требований являются:

1) Этап начальной подготовки – изучение основ безопасного поведения при занятиях спортом, повышение уровня физической подготовленности, овладение основами техники вида спорта «шахматы», получение общих знаний об антидопинговых правилах, участие в официальных спортивных соревнованиях, ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки, получение уровня спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап.

2) Учебно-тренировочный этап – повышение уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности, изучение правил безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» и успешное применение их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях, соблюдение режима учебно-

тренировочных занятий, изучение основных методов саморегуляции самоконтроля, овладение общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы», изучение антидопинговых правил, соблюдение антидопинговых правил, ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов, участие в официальных спортивных соревнованиях, получение уровня спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на следующий этап обучения.

1.9. Организационно-педагогические основы обучения

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» может реализоваться в сетевой форме в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Порядок зачисления обучающихся осуществляется в соответствии с «Положением о правилах приема, порядке и основаниях перевода, отчисления и восстановления, обучающихся в МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.».

Сроки реализации дополнительной предпрофессиональной программы.

Данная программа разработана для многолетней подготовки шахматистов, в соответствии с федеральными государственными требованиями.

Программа рассчитана на 8 лет обучения (таблица 2).

Срок обучения на каждом этапе:

- группы начальной подготовки 1, 2, 3 года обучения,
- учебно-тренировочные группы 1, 2, 3, 4, 5 года обучения.

Основные формы учебного процесса

Основными формами учебного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные (реабилитационные) мероприятия, тестирование, прохождение углубленного медицинского осмотра, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед соревнованиями, инструкторская и судейская практика, промежуточная и итоговая аттестация.

Таблица 2. Наполняемость и режим учебно-тренировочной работы на весь период обучения

Этапы обучения	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальная наполняемость	Максимальная наполняемость	Количество часов в неделю	Количество тренировок в неделю	Общее количество часов
Этап начальной подготовки	Первый год НП-1	6 лет	10	20	6	3	312
	Второй год НП-2	6 лет	10	20	6	3-4	312
Учебно-тренировочный этап	Первый год УТ-1	8 лет	6	12	10	4-5	520
	Второй год УТ-2		6	12	10	4-5	520
	Третий год УТ-3		6	12	12	4-5	624
	Четвертый год УТ-4		6	12	12	4-5	624

1.10.Прогнозируемые результаты освоения образовательной программы

Успешная подготовка шахматистов высокой квалификации возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

Прогнозируемые результаты начальной подготовки:

Первый год обучения (НП-1)

«Общая физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта шахматы.

«Техническая подготовка»

- развитие физических способностей в соответствии со спецификой избранного вида спорта шахматы;
- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:
 - знать название и ценность шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король, как ходят;
 - знать цель шахматной партии;
 - уметь производить запись партии;
 - уметь ставить мат одинокому королю: ферзем (за 1 минуту), двумя ладьями (за 1 минуту), ладьей (за 2 минуты);
 - уметь провести пешку с помощью короля.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- знания истории развития спорта «шахматы»;
- представления о роли физической культуры и спорта в Российской Федерации;
- знания основ здорового питания, личной гигиены, правил организации режима дня;
- ознакомление с основными правилами соревнований по виду спорта шахматы;
- понимание влияния физических упражнений на умственную и физическую работоспособность человека;
- сведения по истории Олимпийского движения в России, выдающиеся спортсмены, ценности спорта, принципы честной спортивной борьбы.
- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;
- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта;
- знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом.
- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

«Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для шахмат специальными навыками;

- умение развивать профессионально необходимые качества по шахматам;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки при неожиданном предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.
- знание устройства спортивного и специального оборудования по шахматам;
- правила эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, спортивного оборудования и инвентаря, спортивной экипировки по виду спорта шахматы.

«Интегральная подготовка»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами игры в шахматы;
- умение развивать физические качества по шахматам средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

Второй год обучения (ГНП-2)

«Общая физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта шахматы;
- формирование двигательных умений и навыков.

«Техническая подготовка»

- знание терминологии в виде спорта шахматы;
- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:
 - результаты первого года обучения в полном объеме;
 - знать правила «квадрата», «оппозиция»;
 - владеть основами пешечного эндшпиля;
 - показать знания простейших дебютных принципов;
 - знать понятия «дебют», «миттельшпиль», «эндшпиль»;
 - выполнить норму 3 юношеского разряда.
- соблюдение правил по виду спорта шахматы;
- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на третий год обучения по программе;
- освоение правил пользования спортивным инвентарем, оборудованием, спортивной экипировкой, особенностями подготовки мест для занятий шахматами;
- знания правил спортивной безопасности во время проведения физкультурных, спортивных мероприятий и соревнований.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- знание терминологии: физическое воспитание, физическая культура, спорт и его функции, физические упражнения;
- краткие сведения о физическом развитии человека (основные показатели);

- представление о классификации основных форм движения;
- знания особенностей питания юных шахматистов;
- ознакомление с системой профилактических мероприятий, направленных на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;
- знания о влиянии вредных привычек на здоровье: курение, алкоголь, отсутствие режима учебы и отдыха, этическая сторона проблемы - допинг.

«Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами шахмат;
- умение развивать физические качества по шахматам средствами других видов спорта;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

«Интегральная подготовка»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для шахмат специальными навыками;
- умение развивать профессионально необходимые физические качества по шахматам;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и само страховки при возникновении несчастных случаев;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.
- правила эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, спортивного оборудования и инвентаря, спортивной экипировки по виду шахматы;
- знание устройства спортивного и специального оборудования по шахматам;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Прогнозируемые результаты учебно-тренировочного этапа:

Третий год обучения (УТ-1)

«Общая физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта шахматы;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности;
- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);
- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

«Специальная физическая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:
- результаты второго года обучения в полном объеме;

- знать понятие этика шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;
- уметь составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
- владеть простейшими принципами реализации материального преимущества;
- показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;

- знать позицию Филидора и Лусены (построение моста)

«Участие в спортивных соревнованиях»

- приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;
- участие в соревнованиях по шахматам;
- замечания, предупреждения и удаление шахматистов с соревнований. Характеристика действий судьи и его помощников в игре. Воспитательная роль судьи;
- мотивация в установке. Тактика игры. Схемы игры соперников. Подготовка к игре, наигрывание основных тактических вариантов, задания игрокам.

«Техническая подготовка»

- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на четвертый год обучения по программе;
- умение по назначению использовать спортивный инвентарь и оборудование;
- знание основных правил в виде спорта шахматы;
- единая всероссийская спортивная классификация;
- уровни соревнований;
- соблюдение техники безопасности на занятиях по шахматам.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- знание терминологии по виду спорта шахматы;
- краткие сведения о физиологических основах деятельности систем организма при занятиях физической культурой и спортом;
- понятие функциональное состояние, способывосстановления;
- знание форм организации самостоятельных занятий (гигиенические требования при проведении занятий по шахматам);
- знакомство с деятельностью антидопинговых организаций в России, в мире, суть допинг-контроля, антидопинговые правила.
- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

«Инструкторская и судейская практика»

- теоретическое освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований
- изучение этики поведения спортивных судей;

«Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами шахмат и подвижных игр;
- умение развивать специальные качества по шахматам;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

«Интегральная подготовка»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для шахмат специальными навыками;

- умение развивать профессионально необходимые физические качества по шахматам;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.
- правила эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, спортивного оборудования и инвентаря, спортивной экипировки по виду спорта шахматы;
- знание устройства спортивного и специального оборудования по шахматам; терминология, технические требования к оборудованию и инвентарю;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Четвертый год обучения (УТ-2)

«Общая и специальная физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта шахматы;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности.

«Специальная физическая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:
 - результаты третьего года обучения в полном объеме;
 - знать основы шахматного кодекса;
 - знать историю происхождения шахмат и распространения их на Востоке;
 - показать умение осуществлять простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
 - владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончание «легкая фигура против пешки»;
 - участвовать в квалификационных районных турнирах;
 - выполнить норму 2 юношеского разряда.
- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на пятый год обучения по программе;
- ознакомление с правилами судейства вида спорта шахматы, основные действия судей.

«Участие в спортивных соревнованиях»

- приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях; участие в соревнованиях по шахматам;
- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами шахмат;
- умение развивать специальные качества по шахматам средствами других видов спорта;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

«Техническая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:

- результаты второго года обучения в полном объеме;
- знать понятие этика шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;

- уметь составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
- владеть простейшими принципами реализации материального преимущества;
- показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;

- знать позицию Филадельфии и Лусены (построение моста)

- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на четвертый год обучения по программе;

- умение по назначению использовать спортивный инвентарь и оборудование;

- знание основных правил в виде спорта шахматы;

- единая всероссийская спортивная классификация;

- уровни соревнований;

- соблюдение техники безопасности на занятиях по шахматам.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- знание терминологии по виду спорта шахматы;

- принципы обучения;

- знание об особенностях формирования двигательных умений и навыков, виды подготовки; спортивная форма;

- понимание разницы между массовым спортом и спортом высших достижений;

- понятие асоциального поведения в обществе (механизмы развития, суть явления зависимости);

- сведения о современном состоянии и перспективах развития шахмат в России.

- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;

- приобретение опыта проектной и творческой деятельности в области вида спорта – шахматы.

«Инструкторская и судейская практика»

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике: умение проводить учебные игры в качестве судьи, секретаря; оформлять протоколы игр;

- знание этики поведения спортивных судей;

- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по шахматам.

«Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»

- основы тактических действий;

- особенности проявления физических качеств у детей от 6-7 до 12-14 лет;

- основные требования по физической подготовке, предъявляемые к шахматистам различного возраста;

- методы выполнения упражнений для развития физических качеств: игровой, равномерный, повторный, переменный, интервальный, темповый, контрольный, круговой, соревновательный;

- требования к организации и проведению соревнований по шахматам. Регламент соревнований. Положение о соревнованиях;
- анализ игры. Просмотр наиболее значимых игровых эпизодов, оценка выполнения установок;
- знание устройства спортивного и специального оборудования в шахматах;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

«Интегральная подготовка»

- упражнения с чередованием различных по характеру заданий (подготовительных, подводящих, технических, с переключением заданий);
- учебные игры с заданиями по технике и тактике, контрольные и календарные игры с целевыми установками на игру.

Пятый год обучения (УТ-3)

«Общая физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта шахматы;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности.

«Специальная физическая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:
 - результаты четвертого года обучения в полном объеме;
 - знать основы шахматного кодекса;
 - знать историю происхождения шахмат и распространения их на Востоке;
 - показать умение осуществлять простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
 - владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончание «легкая фигура против пешки»;
 - участвовать в квалификационных районных турнирах;
 - выполнить норму 2 юношеского разряда.
- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на пятый год обучения по программе;
- ознакомление с правилами судейства вида спорта шахматы, основные действия судей.

«Участие в спортивных соревнованиях»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами шахмат;
- умение развивать специальные качества по шахматам средствами других видов спорта;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

«Техническая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:

- результаты четвертого года обучения в полном объеме;
- знать основы шахматного кодекса;
- знать историю происхождения шахмат и распространения их на Востоке;
- показать умение осуществлять простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
- владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончание «легкая фигура против пешки»;
- участвовать в квалификационных районных турнирах;
- выполнить норму 2 юношеского разряда.

- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на пятый год обучения по программе;

- ознакомление с правилами судейства вида спорта шахматы, основные действия судей.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- знание терминологии по виду спорта шахматы, принципы обучения;

- знание об особенностях формирования двигательных умений и навыков, виды подготовки; спортивная форма;

- понимание разницы между массовым спортом и спортом высших достижений;

- понятие асоциального поведения в обществе (механизмы развития, суть явления зависимости);

- сведения о современном состоянии и перспективах развития шахмат в России.

- примерные суточные пищевые нормы шахматистов в зависимости от объема и интенсивности тренировок;

- оказание первой помощи до оказания медицинской помощи при травмах;

- разновидности массажа, основные приемы массажа.

Шестой год обучения (УТ-4)

«Общая физическая подготовка»

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

- повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;

- развитие физических способностей (координационных, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;

- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий видом спорта шахматы.

«Специальная физическая подготовка»

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта шахматы, а именно:

- результаты 5-го года обучения в полном объеме;
- владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Итальянской партии и защиты двух коней;
- знать разрядные нормы и требования по шахматам;
- иметь понятие о тренировке шахматиста;
- участвовать в квалификационных районных турнирах;
- выполнить норму 1 юношеского разряда.

- выполнение нормативов по контрольным упражнениям для перевода на седьмой год обучения по программе;
- проведение практического занятия (или части занятия) под контролем тренера-преподавателя;
- навык контроля функционального состояния организма во время занятий легкой атлетикой (фиксирование частоты сердечных сокращений, внешних признаков утомления);
- навык составления комплексов упражнений по признаку направленного развития физических качеств;
- навык планирования и регулирования нагрузки в занятии;
- краткие сведения о травмах шахматистов и средствах восстановления.

«Участие в спортивных соревнованиях»

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами шахмат и подвижных игр в условиях соревнований;
- умение развивать специальные качества по шахматам средствами других видов спорта;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

«Техническая подготовка»

- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта, а именно:
 - результаты 5-го года обучения в полном объеме;
 - владеть основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника;
 - уметь организовывать и проводить простейшие шахматные соревнования;
 - владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Славянской защиты и Сицилианской защиты;
 - участвовать в квалификационных районных и областных турнирах;
 - выполнить норму 2 спортивного разряда.
- освоение комплексов специальных физических упражнений;
- повышения уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;
- знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта шахматы;
- знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;
- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

«Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка»

- представления о планировании тренировочного процесса;
- регулирование нагрузки в занятии (понятие объема и интенсивности);
- роль тестирования уровня физической и технической подготовленности обучающихся;
- понятие нормативно-правового регулирования в сфере физической культуры и спорта: указы и распоряжения Президента Российской Федерации. Обязанности и права обучающихся;
- основы антидопингового поведения, антидопинговая политика государства.

«Инструкторская и судейская практика»

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике: судейство соревнований по правилам; умение вести протокол соревнований;
- знание этики поведения спортивных судей;

- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по шахматам.

«Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль»

- формирование социально-значимых качеств личности;
- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся; формирование у профессионально занимающихся спортом молодых людей более широкого взгляда на жизненные и, в частности, профессиональные перспективы, где спорт будет не самоцелью, а лишь одной из ступенек на пути к достижению жизненных успехов;
- приобретение опыта проектной и творческой деятельности.
- знание устройства спортивного и специального оборудования в шахматах;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;

«Интегральная подготовка»

- формирование социально-значимых качеств личности;
- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;
- приобретение опыта проектной и творческой деятельности: анализ игры своей команды и действий игры соперников;
- знание устройства спортивного и специального оборудования в шахматах;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

II. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

2.1. Условия реализации этапов спортивной подготовки.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (таблица 3).

Таблица 3 - 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)	4	8	6

2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Таблица 4- Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	14-18
Общее количество часов в год	312	312-416	624	728

2.3. Виды (формы) обучения при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Основные формы учебно-тренировочных занятий

Основными формами учебного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные (реабилитационные) мероприятия, тестирование, прохождение углубленного медицинского осмотра, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед соревнованиями, инструкторская и судейская практика, промежуточная и итоговая аттестация.

Учебно-тренировочные мероприятия проводятся в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (Таблица 5).

Таблица 5 – Учебно-тренировочные мероприятия

№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)
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к	-	-

	международным спортивным соревнованиям		
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта РФ	-	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-
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

Спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности, разработаны с учетом Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (таблица 6).

Таблица 6 – Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Контрольные	3	4	4	4
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	1	1	2

2.4. Годовой учебно-тренировочный план

Годовой учебно-тренировочный план определяет объем учебной нагрузки и ее распределение по годам обучения (Приложение 1).

Последовательность обучения. Годовой учебно-тренировочный план включает в себя уровни обучения: группа начальной подготовки (2 года), учебно-тренировочный этап (4).

2.5. Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы разрабатывается ежегодно (Таблица 8), который содержит:

- профориентационную деятельность;
- здоровьесбережение;
- патриотическое воспитание обучающихся;
- развитие творческого мышления.

Таблица 8 – Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей.	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе.	В течение года
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к	В течение года

		организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта.	
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета).	В течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых, в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.	В течение года
3.3.	Формирование уважения и развития интереса к традициям общеобразовательной организации дополнительного образования, участие	Выпуск стенгазет, статей о жизни общеобразовательной организации, ее педагогах, обучающихся в настоящее время и прошлое.	В течение года

	обучающихся в спортивной, творческой жизни.		
3.4	Пополнение знаний о выдающихся деятелях спорта, культуры, искусства прошлого и современности.	Посещение исторических культурных мест города (музеи, театры, выставки), знакомство с представителями спорта, науки, культуры и искусства.	В течение года
3.5	Раскрытие ценностей семьи, популяризация физической культуры и спорта в семейных традициях.	Беседы, семинары, спортивные мероприятия.	В течение года
3.6	Воспитание гражданской ответственности и порядочности	Пополнение знаний в области нормативно-правовой базы образования и спорта, профилактика правонарушений	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов.	В течение года
4.2.	Стимулирование творческой активности и адаптации, социализации обучающихся в обществе	Обучение этикету (поведение в обществе, на соревнованиях, в семье). Творческие мастерские, семинары, лекции, беседы, посещение соревнований города, региона в качестве участника, болельщика, волонтера.	В течение года

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких морально-волевых качеств, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-преподаватель, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, правильное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается прежде всего систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающей нагрузкой. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте

зависит прежде всего от трудолюбия. Тем не менее в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными шахматистами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

В целях эффективности воспитания тренеру-преподавателю необходимо так организовать тренировочный процесс, чтобы постоянно ставить перед юными спортсменами задачи осязаемого интеллектуального совершенствования.

Отрицательно сказывается на эффективности воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.

Ведущее место в формировании нравственного сознания юных спортсменов принадлежит методам обучения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным, для чего необходимы тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, опыт самих занимающихся.

Важным методом нравственного воспитания является поощрение юного спортсмена – выражение положительной оценки его действий и поступков. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых педагогических требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности юного спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всесторонне-нравственно, умственно и физически, здесь возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными коллективами. При решении задач сплочения спортивного коллектива и воспитания чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенгазет и спортивных листков, проведение туристических походов, экскурсий, тематических вечеров, вечеров отдыха и художественной самодеятельности, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

Воспитание волевых качеств – одна из важнейших задач в деятельности тренера-преподавателя. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Для их преодоления используются необычные для спортсмена волевые напряжения. Поэтому основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемый в процессе тренировочных занятий и соревнований.

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

При подготовке шахматиста следует знать, что воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания.

Виды воспитания

1. Политическое: воспитание патриотизма, любви к Родине и верности Отечеству.
2. Профессионально-спортивное: развитие морально-волевых качеств; воспитание эмоционально-волевой устойчивости к неблагоприятным факторам, способности переносить большие психические нагрузки.
3. Нравственное: воспитание преданности и любви к Отечеству; развитие чувства долга, чести, воспитание интернационализма, дружбы к товарищам по команде; уважения к тренеру; приобщение к истории, традициям шахмат.
4. Правовое: воспитание законопослушности; формирование неприятия нарушений спортивной дисциплины; развитие потребностей в здоровом образе жизни.

Воспитание спортивного коллектива:

- варианты взаимодействия коллектива и личности спортсмена;
- повышение знаний тренера о коллективе;
- формирование личности спортсмена;
- изучение спортсмена как члена коллектива;
- изучение учебной группы как коллектива;
- изучение среды коллектива (семья, школа, внешкольное учреждение) –

межличностные отношения в коллективе, деловое взаимодействие, гражданское взаимодействие;

- управление коллективом – изучение тренером личностных свойств спортсменов, изучение состояний коллектива, регулирование отношений в коллективе, изучение общения спортсменов.

Средства, методы и формы воспитательной работы

Во время активного отдыха:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, кино, литература, театр, музей.

Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Форма организации: совет команды, фото- и стенгазеты, радиопередачи, совет ветеранов спорта.

В процессе учебно-тренировочных занятий:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг.

Методы организации: совет команды, совет тренеров, совет ветеранов спорта, шефы.

В соревновательной обстановке:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг.

Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Формы организации: совет команды, совет ветеранов спорта, шефы.

Профессиональная ориентация– это система учебно-воспитательной работы, направленная на усвоение обучающимися необходимого объема знаний о социально-экономических и психофизических характеристиках профессий.

Реализация профориентационного плана предусматривает активное участие тренеров-преподавателей, родителей обучающихся, администрации спортивной школы, сотрудников центра занятости населения и иных заинтересованных лиц в проведении профориентационных мероприятий, направленных на подготовку востребованных в регионе профессиональных кадров.

Цели профориентационной работы

- оказания профориентационной поддержки обучающимися в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.
- выработка у обучающихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Задачи:

- сформировать положительное отношение к труду;
- научить разбираться в содержании профессиональной деятельности;
- научить соотносить требования, предъявляемые профессией, с индивидуальными качествами;
- научить анализировать свои возможности и способности, (сформировать потребность в осознании и оценке качеств и возможностей своей личности).

2.6. Мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте

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 антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

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

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодная оценка уровня знаний;
- План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (таблица 9).

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил.

К нарушениям антидопинговых правил относятся:

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 вне соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во вне соревновательный 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.

Таблица 9 – План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	Веселые старты «Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий, программа (фото, видео)
	Теоретическое занятие «Ценности спорта. Честная игра»	1 раз в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий, программа (фото, видео)
	Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов РАА «РУСАДА» (Российское антидопинговое агентство).
	Антидопинговая викторина «Играй честно»	по назначению	Проведение викторины на спортивных мероприятиях.
	Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку для родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА».
	Семинар для тренеров-преподавателей «Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий, программа (фото, видео)
	Веселые старты «Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий, программа (фото, видео)
Учебно-тренировочный этап	Антидопинговая викторина «играй честно»	по назначению	Проведение викторины на спортивных мероприятиях.
	Семинар для	1-2 раза в год	Составление отчета о

	спортсменов и тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств»		проведении мероприятия: сценарий, программа (фото, видео)
	Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку для родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА».

2.7. Планы инструкторской и судейской практики

Работа по освоению судейских навыков проводится на протяжении всего обучения (группы начальной подготовки, учебно-тренировочные группы). Такая работа проводится в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельной работы занимающихся. Спортсмены готовятся к роли судьи для участия в организации и проведении массовых соревнований.

Содержание занятий зависит от подготовленности занимающихся.

Необходимо последовательно освоить следующие навыки и умения:

- освоение терминологии, принятой в шахматах;
- овладение командным языком, жестами судьи;
- умение вести наблюдения за игроками, находить ошибки;
- судейство на тренировочных играх в своей группе (по упрощенным правилам);
- выполнение обязанностей судьи игры или помощников судьи и ведение технического отчета;
- проведение соревнования по шахматам;
- выполнение обязанностей главного судьи, главного секретаря;
- составление календаря игр.
- схемы проведения различных соревнований.

Для получения звания «судья по спорту» каждый занимающийся должен освоить следующие навыки и умения:

- составить положение для проведения первенства учреждения по шахматам;
- вести протокол соревнований;
- участвовать в судействе тренировочной игры совместно с тренером;
- судейство тренировочных игр.

2.8 Планы медицинских, медико-биологических мероприятий, применение восстановительных средств

Обучающиеся в течение всего учебно-тренировочного процесса проходят медико-восстановительные мероприятия, которые в себя включают:

- систематический медицинский контроль и медико-биологические мероприятия.

-углубленное медицинское обследование (УМО) проводится дважды в год (в начале и в середине тренировочного года) в условиях врачебно-физкультурного диспансера. Специалисты изучают и оценивают функциональное, биохимическое и психологическое состояние организма и дают рекомендации к предстоящему учебно-тренировочному процессу.

-этапное комплексное обследование, является основной формой, используется для контроля за состоянием здоровья, динамикой тренированности спортсмена и оценки эффективности системы подготовки, рекомендованной по результатам медицинского обследования. При необходимости внесения поправок, дополнений, частичных изменений, этапное обследование проводится 3-4 раза в годичном тренировочном цикле во время и после выполнения физических нагрузок для общей и специальной работоспособности.

-текущее обследование проводится в дни больших тренировочных нагрузок для получения о ходе тренировочного процесса, функциональном состоянии организма спортсмена, эффективности применяемых средств восстановления.

В случае необходимости, по медицинским показаниям, организуется дополнительная консультация у других специалистов.

Применение восстановительных средств

Для восстановления работоспособности спортсменов необходимо использовать широкий круг средств и мероприятий (педагогических, гигиенических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов, а также методические рекомендации по использованию средств восстановления.

Возросшие объем и интенсивность тренировочного процесса в современном спорте вызывают необходимость в планировании и проведении эффективных мероприятий по обеспечению ускорения восстановительных процессов в организме спортсмена с целью повышения его работоспособности, предупреждения перенапряжений, травм и других нарушений в состоянии здоровья. Восстановительные мероприятия должны рассматриваться как неотъемлемая часть тренировочного процесса, так как основную роль в повышении тренированности играют процессы суперкомпенсации (сверхвосстановления).

Средства и методы восстановления подразделяются на следующие группы:

- 1) естественные и гигиенические;
- 2) педагогические;
- 3) медико-биологические;
- 4) психологические.

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Причем если на уровне высшего спортивного мастерства необходим как можно более полный комплекс этих средств.

Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция спортсменов на процедуры и их связь с особенностями тренировочной нагрузки. Локальные воздействия, такие, как вибрационный массаж отдельных мышц, проводятся в дни специальных тренировок, а более общие формы восстановления (например, бальнеологические) - в дни ОФП.

В дни больших нагрузок планируется меньше восстановительных мероприятий, чем в дни «отдыха», так как есть мнение, что повышенные дозы восстановительных процедур «блокируют» максимальное воздействие тренировки на организм.

Естественные и гигиенические средства восстановления

К данным средствам восстановления относятся:

1. Рациональный режим дня.
2. Правильное, т.е. рациональное калорийное и сбалансированное питание.
3. Естественные факторы природы.

Режим дня следует составлять с учетом правильной смены различных видов деятельности, дифференцированного подхода к разным группам занимающихся (в зависимости от возраста, закономерностей восстановления организма) и имеющихся условий. При этом должна быть соблюдена рациональная организация тренировочных занятий, активного и пассивного отдыха, питания, специальных профилактически-восстановительных мероприятий, свободного времени.

Организация питания. Основными формами питания являются завтрак, обед и ужин, однако, с точки зрения восстановительных процессов, под средствами питания понимается не обычное питание, а его составление с учетом специфики и характера как вообще, так и непосредственно характера тренировочной нагрузки в частности. Питание спортсменов должно быть строго подчинено определенному режиму. Пища должна быть не только высококалорийной, но и разнообразной, с включением растительных жиров. В период напряженных тренировок целесообразно многократное питание, до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности). Определенным образом можно использовать питание как для обеспечения повышенной скорости наращивания мышечной массы и увеличения силы, так и для сгонки веса.

Использование естественных факторов природы. Велико значение использования естественных и гигиенических факторов. Это солнечные и воздушные ванны, купание, закаливание, прогулки в лесу, в горах - факторы, встречающиеся на определенном пространстве и действующие на нервную систему как тонизирующие раздражители. В науке их называют хронологическими факторами.

Экскурсии, выезды на природу должны рассматриваться как обязательная часть восстановительных мероприятий. Использование естественных средств восстановления также должно проводиться на основе четкого плана, увязанного с планом всей подготовки.

Педагогические средства восстановления. Под педагогическими средствами подразумевается организация тренировочного процесса, включающая активный отдых, а именно: а) рациональное планирование тренировки, т.е. соответствие нагрузок функциональным возможностям; рациональное сочетание общих и специальных средств; оптимальное построение тренировочных микро и макроциклов; волнообразность нагрузки и отдыха, их оптимальное сочетание; широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому; введение специальных восстановительных циклов, проведение занятий на природе. Сюда входит и общая организация режима дня спортсмена с учетом всей работы, которую выполняет спортсмен в течение дня, и периодов отдыха, которыми он располагает;

б) правильное построение отдельного тренировочного занятия с использованием необходимых вспомогательных средств для снятия утомления в соответствии с суточным стереотипом: полноценная разминка и заключительная часть занятия; правильный подбор упражнений и мест занятий; введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления; создание положительного эмоционального фона и т.д.

Медико-биологические средства восстановления

Рациональное питание. Объем и направленность тренировочных и соревновательных нагрузок обуславливают потребности организма спортсмена в пищевых веществах и энергии. Энергетическими субстратами служат углеводы, свободные жирные кислоты и кетоновые тела, причем с увеличением длительности нагрузки мобилизация жирных кислот возрастает. Поэтому рацион спортсмена должен быть высококалорийным. В общем количестве потребляемых калорий доля белков должна составлять 14 - 15%, жиров - 25%, углеводов - 60 - 61%. Подбор пищевых продуктов на отдельные приемы пищи зависит от того, когда она принимается (до или после

физической нагрузки). При этом следует ориентироваться на время задержки пищевых продуктов в желудке.

Психологические средства восстановления

В данной группе выделяются собственно психологические, психолого-биологические и психотерапевтические средства, к которым относятся психорегулирующие тренировки, организация комфортных условий жизни спортсменов и т.д. С каждым годом психологические средства восстановления приобретают все большее значение в спортивной борьбе.

С помощью этих средств снижается уровень нервно-психологического напряжения и уменьшается психическое утомление. Особенно большую роль они играют во время ответственных соревнований и напряженных тренировок, когда первоочередное внимание должно уделяться восстановлению нервно-психических функций.

В сборных командах страны используются многообразные средства восстановления: от аутогенной тренировки, активизирующей и психорегулирующей терапии до простейших отвлекающих приемов. Однако разработке и внедрению конкретных рекомендаций по использованию психологических средств в спорте должно уделяться больше внимания.

В целом особое внимание следует обращать на четкую организацию и планирование восстановительных мероприятий. Главное участие в этом, кроме тренера-преподавателя, должен принимать спортивный врач. Необходимо также, чтобы и спортсмены хорошо представляли себе значение восстановительных факторов и умели использовать весь арсенал естественных и гигиенических средств при подготовке.

Тестирование и контроль:

Тестирование двигательных возможностей спортсмена позволяет решать педагогические задачи по выявлению уровня развития его функциональных возможностей, физических способностей, технической и тактической подготовленности. Тестирование также даёт возможность выполнять сравнительный анализ результатов (как отдельных спортсменов, так и целых групп обучающихся), на основании которого можно будет в дальнейшем:

- проводить объективный контроль учебно-тренировочного процесса и результатов соревновательной деятельности;
- составлять, либо корректировать индивидуальные и групповые планы подготовки спортсменов (микро, мезо и макроциклы).

Тест – это измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека.

Таких измерений может быть очень много, в том числе на основе использования самых разнообразных физических упражнений. Однако далеко не каждое физическое упражнение или испытание можно рассматривать как тест.

В качестве тестов следует использовать лишь те испытания (пробы), которые отвечают специальным требованиям и в соответствии, с которыми должны быть:

- определена цель применения любого теста (или тестов);
- разработаны стандартизированная методика измерения результатов в тестах и процедура тестирования;
- определена надёжность и информативность тестов;
- реализована возможность представления результатов тестов в соответствующей системе оценки.

Контроль учебно-тренировочного процесса в различных периодах круглогодичного цикла проводится тренером-преподавателем постоянно.

Самоконтроль спортсмена должен быть постоянным и вестись не только на всех этапах тренировки, но и на отдыхе.

2.8.1 Врачебный контроль

Врачебный контроль является составной частью общего учебно-тренировочного процесса подготовки юных спортсменов.

Основной целью врачебного контроля является осуществление систематического контроля над состоянием здоровья, адекватностью физических нагрузок, восстановлением здоровья, средствами и методами физической культуры, формированию здорового образа жизни.

Врачебный контроль МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.» проводится специалистами ГБУ Кетовская центральная районная больница (далее ЦРБ) и ГБУ Курганский областной врачебно-физкультурный диспансер (далее Диспансер).

Задачами врачебного контроля является:

- Определение состояния здоровья и уровня функционального состояния обучающихся;
- Диспансеризация обучающихся;
- Определение допуска обучающихся к занятиям различными видами спорта и к участию в соревнованиях;
- Профилактика спортивного травматизма среди обучающихся.

В Учреждение зачисляются дети на основании письменного заявления родителей (законных представителей) обучающихся или обучающихся, достигших возраста 18 лет и медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта, выданной врачом-педиатром ЦРБ.

Допуск на участие в соревнованиях выдается обучающимся, прошедшим соответствующую подготовку, врачебный контроль (медицинский допуск для участия в соревнованиях по соответствующему виду спорта), и оформляется именным списком (заявкой), медицинским допуском к участию в соревнованиях, который заверяется печатью Диспансера или ЦРБ.

Обеспечение своевременного прохождения медицинского осмотра всеми занимающимися, согласно плана прохождения углубленного медицинского обследования спортсменов Учреждения, согласованного с Диспансером.

Ответственность за допуск к тренировочным занятиям и участию в соревнованиях занимающихся без медицинского освидетельствования возлагается на тренеров-преподавателей.

Врачебный контроль осуществляется в следующем порядке:

-Специалистами Диспансера один раз в календарный год проходит плановое углубленное медицинское обследование обучающихся.

- Врачами-педиатрами ЦРБ обследуются все дети для допуска к учебно-тренировочным занятиям к началу учебного года.

-Специалистами Диспансера, с учетом выписки из медицинской документации лечебно-профилактических учреждений, для допуска к соревнованиям и после перенесённого заболевания и травм.

-Специалистами Диспансера или другими медицинскими работниками в целях медицинского обеспечения физкультурных и спортивных мероприятий, проводимых Учреждением.

В заявке на медицинское обеспечение физкультурных и спортивных мероприятий Учреждения указывается вид спорта, ориентировочное количество участников, программа мероприятия, а также сроки и место проведения.

Санитарно-просветительская работа

Тренеры-преподаватели в соответствии с образовательными программами дают обучающимся знания в области личной и общественной гигиены, режима труда и отдыха, закаливания организма, питания, профилактики травматизма, оказания первой медицинской помощи.

Юным спортсменам в процессе подготовки даются начальные сведения о врачебном контроле, самоконтроле, формировании культуры здоровья, профилактике травм и заболеваний. Знание навыков, практическое их применение даётся в форме индивидуальных и групповых занятий, бесед, в форме практических занятий. Занятия и беседы проводятся по темам:

«Формирование культуры здоровья», «Личная и общественная гигиена», «Восстановительные мероприятия», «Предупреждение инфекционных заболеваний», «Травматизм и заболеваемость в процессе занятий физкультурой и спортом», «Закаливание организма юных спортсменов», «Гигиенические требования к питанию юных спортсменов», «Восстановительные мероприятия в спорте», «О вреде наркомании, алкоголя и табакокурения», «О вреде пассивного образа жизни» и др.

2.9. Расписание и режим занятий

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Учебный год начинается – 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

Режим работы с обучающимися осуществляется ежедневно с 8⁰⁰ часов до 20⁰⁰ часов, включая выходные дни. Для обучающихся в возрасте до 7 лет допускается окончание занятий в 19³⁰, в возрасте 7-10 лет допускается окончание занятий в 20⁰⁰, в возрасте 10-18 лет окончание занятий допускается в 21⁰⁰ часов.

В Учреждении организуется 60-минутный перерыв между сменами для уборки и проветривания помещения с 13⁰⁰ часов до 14⁰⁰ часов.

Между занятиями в общеобразовательной организации и посещения Учреждения устанавливается перерыв для отдыха не менее 20 минут.

Продолжительность занятий по дополнительным общеразвивающим программам для детей в возрасте от 5 до 6 лет не должна превышать 25 мин, от 6 до 7 лет - 30 минут, 1 класс (сентябрь-декабрь) – 35 минут, 1 класс (январь-май) – 40 минут, 2-11 классы – 45 минут. (Бланк расписания учебных занятий – Приложение 2).

Продолжительность одного занятия по дополнительным общеразвивающим программам не должна превышать 2 академических часа в одно занятие.

Организация проводит учебно-тренировочный процесс по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

Продолжительность одного занятия на этапе начальной подготовки первого и второго года обучения не более 2-х академических часов в день, третьего года обучения не более 3-х академических часов в день. На учебно-тренировочном этапе продолжительность занятий не более 3-х академических часов в день. В группах спортивного совершенствования продолжительность занятий не более 4-ти академических часов в день.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышение разницы в уровне подготовки занимающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта- трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышение единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

- обеспечение требований по соблюдению техники безопасности.

Проведение занятий в спортивной школе организуется по группам в зависимости от уровня сложности освоения обучающимися образовательной программы: СОГ, группы начальной подготовки, учебно-тренировочные группы, этап совершенствования спортивного мастерства (Таблица 10).

Таблица 10- Режим занятий обучающихся

Этапы образовательного процесса	СОГ	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап	Этап совершенствования спортивного мастерства
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября	1 сентября	1 сентября
Продолжительность учебного года	52 недели	52 недели	52 недели	52 недели
Продолжительность учебной недели	Семидневная рабочая неделя (в зависимости от учебной нагрузки по видам спорта и этапам обучения)			
Продолжительность занятия	Не более 2-х академических часов	Не более 2-х академических часов	Не более 3-х академических часов	Не более 4-х академических часов
Вступительные испытания	Не требуется	Сдача вступительных испытаний - август		
Промежуточная аттестация	По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке, зачет обучающихся по теоретической подготовке, оценка уровня спортивной квалификации обучающегося, результаты выступления обучающегося на официальных спортивных соревнованиях (июнь). По дополнительным общеразвивающим программам сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке и зачет обучающихся по теоретической подготовке.			
Итоговая аттестация	Тестирование с целью определения уровня теоретической (правила по виду спорта, антидопинговые правила) и практической подготовленности спортсменов (НП, ТГ, ГСС) по разделам подготовки дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (июнь)			
Окончание учебного года	31 августа	31 августа	31 августа	31 августа
Каникулы летние, зимние	Учебно-тренировочные занятия проводятся в условиях оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам			

В дополнительных общеобразовательных программах разработаны учебные планы на 52 недели учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Количество учебных часов в неделю на каждую группу, периодичность занятия каждой группы устанавливается с учетом образовательной программы и федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, года обучения, возраста обучающихся, результативности деятельности и утверждается директором.

2.10. Календарный учебный график

Календарный учебный график разработан в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Приложение 3).

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Учебный год начинается – 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня. Срок обучения: 46 учебных недель и 6

недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

Начало тренировочных занятий – согласно расписания.

В каникулярное время тренировочные занятия у обучающихся проходят в штатном режиме согласно расписания.

III. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

3.1. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки обучающемуся, необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания)

по видам спортивной подготовки.

2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания)

по видам спортивной подготовки;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом и втором и третьем году;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;

- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3.2 Оценка результатов освоения программы

Порядок проведения и формы текущего контроля

Текущий контроль успеваемости – форма педагогического контроля, является частью системы внутришкольного мониторинга качества образования и отражает динамику индивидуальных достижений обучающихся в соответствии с планируемыми результатами освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Текущий контроль успеваемости проводится с целью определения показателей уровня физической и теоретической подготовленности обучающихся, показателей тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся, при освоении ими дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта в период обучения.

Текущий контроль успеваемости применяется ко всем обучающимся Учреждения в середине и в конце учебного года.

Форму текущего контроля успеваемости выбирает тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся и содержания теоретического материала и тренировочных заданий.

Формой текущего контроля обучающихся является: беседа или тестирование по теоретическим основам физической культуры и спорта; диагностика, мониторинг, наблюдение, тестирование по общей, специальной физической и технической подготовке.

Избранная форма текущего контроля успеваемости указывается тренером-преподавателем в календарно-тематическом планировании, журнале учета групповых занятий спортивной школы.

Результаты текущего контроля успеваемости фиксируются в рабочей документации тренера-преподавателя, журнале учета групповых занятий Учреждения.

Порядок проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится с целью определения уровня освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки после каждого года обучения для перевода на следующий год обучения.

Задачи аттестации:

- выполнение в полном объеме дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта по каждому году обучения;
- определение уровня подготовленности обучающихся по каждому виду спортивной подготовки и иным мероприятиям дополнительных образовательных программ спортивной подготовки;
- подготовка обучающихся к выполнению требований ЕВСК для получения и подтверждения спортивных разрядов;
- комплектование сборных команд Учреждения по видам спорта;
- комплектование групп в соответствии с уровнем подготовки обучающихся.

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в Учреждении реализуются по годам обучения, с переводом обучающихся на каждый год обучения при условии положительных результатов освоения образовательной программы.

Промежуточная аттестация осуществляется один раз в год при завершении освоения года обучения, в сроки, установленные годовым учебно-тренировочным планом.

Оценка показателей проводится с учетом вида спорта и года обучения.

Для проведения промежуточной аттестации в Учреждении создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии входят: заместитель директора по учебно-спортивной работе, инструктор – методист, старший тренер-преподаватель по виду спорта.

При проведении промежуточной аттестации обучающихся учитываются результаты освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по каждому виду спортивной подготовки и иным мероприятиям:

- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- участие в спортивных соревнованиях;
- техническая подготовка;
- тактическая, теоретическая, психологическая подготовка;

- инструкторская и судейская практика;
- медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль;
- интегральная подготовка.

В Учреждении устанавливаются следующие формы промежуточной аттестации по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

- Выполнение нормативных требований к оценке показателей по общей физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"(Приложение 4);
- Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам физической культуры и спорта при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (Приложение 5).
- результат участия обучающихся в спортивных соревнованиях;
- достижение обучающимися соответствующего уровня спортивной классификации (выполнение разрядов).

Перевод обучающихся на последующий год обучения осуществляется приказом директора Учреждения на основании решения педагогического Совета.

Обучающиеся, не сдавшие по причине болезни контрольные испытания, на основании решения педагогического Совета, при наличии медицинской справки могут сдать контрольные нормативы позднее.

Обучающиеся, не прошедшие промежуточную аттестацию, могут быть оставлены на повторный год обучения или переведены в спортивно-оздоровительные группы решением педагогического Совета.

При решении вопроса о досрочном переводе обучающегося на последующий год обучения, он должен выполнить требования к результатам освоения программы соответствующего года обучения.

Порядок проведения итоговой аттестации

Освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки завершается обязательной итоговой аттестацией.

Итоговая аттестация проводится с целью оценки степени и уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки выпускниками Учреждения.

Итоговая аттестация проводится на основе принципов объективности и независимости оценки качества подготовки обучающихся.

В Учреждении устанавливаются следующие формы итоговой аттестации по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

- Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам физической культуры и спорта при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (Приложение 6);
- Выполнение нормативных требований к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (Приложение 7);
- результат участия обучающихся в спортивных соревнованиях;
- достижение обучающимися соответствующего уровня спортивной классификации (выполнение разрядов).

Для проведения итоговой аттестации в Учреждении создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии входят: заместитель

директора по учебно-спортивной работе, инструктор – методист, старший тренер-преподаватель по виду спорта.

Выпускникам Учреждения, прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ (справка установленного образца) об освоении дополнительной образовательные программы спортивной подготовки, заверенная печатью Учреждения.

Лицам, не завершившим обучение, не прошедшим итоговой аттестации выдается справка установленного образца об обучении в Учреждении.

IV. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА

4.1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий

Группы начальной подготовки- 1, 2 года обучения

Содержание программы первого года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Раздел 2. Правила игры и история шахмат.

Теория. Правило взятия на проходе. Цель игры в шахматы, ценность фигур. История возникновения шахмат. Шатрандж и его отличия от шахмат. Мат ладьей, повторение. Мат двумя слонами. Когда партия заканчивается вничью. Одни короли, нематующие фигуры. Троекратное повторение позиции, пат. Правило 50 ходов и позиционная ничья.

Раздел 3.Дебют.

Что такое гамбит? Королевский гамбит. Основные дебютные принципы. Итальянская партия. Защита двух коней. Русская партия. Шотландская партия.

Раздел 4. Миттельшпиль.

Что такое миттельшпиль? Связь дебюта с миттельшпилем. Виды преимуществ.

Раздел 5 . Практика.

Тренировочные партии

Раздел 6. Комбинации.

Теория. Связка, примеры из партий. Двойной удар, примеры из партий.

Практика. Связка, решение упражнений. Двойной удар, решение упражнений.

Раздел 7. Эндшпиль.

Правило оппозиции. Правило квадрата пешки. Образование защищенной проходной. Блокада королем изолированной пешки. «Пешечные штаны».

Раздел 8. Итоговый тест.

Итоговый тест, Подведение итогов.

Содержание программы второго года обучения

Раздел 1.Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты, санитарии и гигиены. Правила поведения в клубе

Раздел 2. Шахматные правила. Судейство и организация.

Теория: Правила ФИДЕ на 1 января 2018 г. Рейтинг ФИДЕ: получение номера ID и начисление первоначального рейтинга. Рейтинг РШФ: получение номера ID и начисление первоначального рейтинга, отличие от рейтинга ФИДЕ. Правила поведения в турнирном зале, организация античитерского контроля.

Раздел 3. Дебют.

Теория: Повторение дебютных принципов. Жертва материала ради перевеса в развитии. Использование перевеса в развитии. Ферзевый гамбит. Сицилианская защита.

Практика: Игровая практика с демонстрацией дебютных принципов. Разыгрывание гамбитов. Разыгрывание позиций с перевесом в развитии. Тематические партии по ферзевому гамбиту. Тематические партии по сицилианской защите.

Раздел 4. Миттельшпиль.

Теория: Виды преимуществ. Владение открытой линией. Пешечная структура. Связь с дебютом. Перевес в пространстве. Перевес двух слонов. Атака на короля.

Практика: Игровая практика друг с другом. Решение карточек по теме «владение открытой линией». Решение карточек по теме «пешечная структура». Решение карточек по теме «перевес в пространстве». Игровая практика: один из игроков имеет перевес двух слонов. Решение карточек по теме «атака на короля». Показательная партия с тренером.

Раздел 5. Эндшпиль.

Теория: Повторение правила оппозиции. Модификация позиции Рети. «Финт Григорьева»: геометрия шахматной доски. Реализация лишней пешки в пешечном эндшпиле. Слоновые эндшпили: одноцветные слоны. Слоновые эндшпили: разноцветные слоны. Коневые эндшпили общие особенности. «Круговорот» коня возле пешки. Ладейные эндшпили: позиция Филидора. Ладейные эндшпили: позиция Тарраша.

Практика: Слоновые эндшпили: задачи из учебника Панченко. Слоновые эндшпили: задачи из учебника Дворецкого. Разыгрывание пешечного эндшпиля с лишней пешкой у одной из сторон. Игра: конь против пешки «h», «g», «f», «e» за обе стороны. Разыгрывание коневого эндшпиля. Удержание позиции Филидора в ладейном эндшпиле против тренера. Удержание позиции Тарраша в ладейном эндшпиле против тренера. Разыгрывание пешечного эндшпиля. Разыгрывание ладейных эндшпилей.

Раздел 6. Стратегия.

Теория: Что такое стратегическое мышление. Какие фигуры менять, а какие нет. Важность понимания планов противника.

Практика: Разыгрывание партии с обильными разменами фигур.

Раздел 7. Тактика.

Теория: Что такое тактика? Комбинации на тему «Связка». Комбинации на тему «Засада». Комбинации на тему «Завлечение». Комбинации на тему «Отвлечение». Матовые комбинации

Практика: Опрос по теме «Классификация комбинаций». Решение задач на тему «Связка». Решение задач на тему «Засада». Решение задач на тему «Завлечение». Решение задач на тему «Отвлечение». Решение задач на тему «матовые комбинации».

Раздел 8. Спортивная и физическая подготовка.

Практика: Бег на время, отжимания, приседания, упражнения для пресса, растяжки. Спортивная игра.

Раздел 9. Квалификационные турниры.

Практика: Участие в квалификационном турнире. Участие в Рождественском турнире. Участие в турнире, посвященном дню шахмат. Участие в новогоднем турнире. Проведение итогового теста.

Учебно-тренировочные группы – 1, 2, 3, 4 года обучения

Содержание программы первого года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Раздел 2. Общая подготовка шахматиста.

Распределение призовых мест, дополнительные показатели. Коэффициенты Бухгольца, усеченный коэффициент Бухгольца, коэффициент Бергера. Общая физическая подготовка. Бег на скорость, измерение по секундомеру.

Раздел 3. Дебют.

Ферзевый гамбит за белых. Защита Каро-Канн за белых. Французская защита за белых. Французская защита за черных. Дебют Берда. Защита Алехина. Защита Пирца-Уфимцева. Принятый ферзевый гамбит за черных. Защита Нимцовича за белых. Защита Нимцовича за черных.

Раздел 4. Участие в официальных соревнованиях.

Практика: Участие в районных соревнованиях. Участие в чемпионате и первенстве области.

Содержание программы второго года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Раздел 2. Миттельшпиль.

Владение открытой линией. Перевес двух слонов. Типичные планы в зависимости от пешечной структуры. Использование перевеса в развитии. Использование перевеса в пространстве. Нестандартное материальное соотношение. Игра с планом, как составлять план. Дерево расчета вариантов. Виды деревьев. Концентрация фигур для атаки на короля. Психологический настрой на игру. Понятие о композиции. Активные и пассивные фигуры. Выгодные размены. Тематическая жертва на “h7”. Тематическая жертва на “f7”.

Раздел 3. Эндшпиль.

Слоновые эндшпили, основные особенности. Разноцветные слоны, как расположить пешки. Разноцветные слоны, ничейные тенденции. Коневые окончания. «Круговерть» коня против пешки. Ладейные эндшпили, основные особенности. Позиция Филидора. Позиция Тарраша. Слон и пешка(и) против ладьи. Конь и пешка(и) против ладьи. Реализация качества. Этюды, как решать? Применение этюдов в партиях. Ферзевые эндшпили, общие закономерности.

Ферзь и пешка против ферзя. Ферзь против ладьи. Трансформация ферзевых эндшпилей в пешечные и обратно.

Раздел 4. Комбинации, тактика.

«Мальтийский крест», двойная связка. «Ртутная пешка», примеры из партий.

«Ртутная пешка», решение карточек. «Пешечный клин», примеры из партий.

«Пешечный клин», решение карточек. Блокировка, примеры, решение карточек. Перегрузка, примеры, решение карточек. Комбинация Ласкера-Бауера. Матовые комбинации. Засада, примеры, решение карточек. Освобождение поля. Комбинация «Мельница», примеры.

Раздел 5. Тренировочные и квалификационные турниры.

Тренировочные партии. Квалификационные турниры. Разбор партий с чемпионата области.

Раздел 6. Итоговый тест.

Итоговый тест, Подведение итогов.

Содержание программы третьего года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты, санитарии и гигиены.

Раздел 2. Практика.

Тренировочные партии

Раздел 3. Комбинации.

Теория. Связка, примеры из партий. Двойной удар, примеры из партий.

Практика. Связка, решение упражнений. Двойной удар, решение упражнений.

Раздел 4. Эндшпиль.

Правило оппозиции. Правило квадрата пешки. Образование защищенной проходной. Блокада королем изолированной пешки. «Пешечные штаны».

Раздел 5. Судейство и организация.

Теория: Рейтинг ФИДЕ: получение номера ID и начисление первоначального рейтинга. Рейтинг РШФ: получение номера ID и начисление первоначального рейтинга, отличие от рейтинга ФИДЕ. Правила поведения в турнирном зале, организация античитерского контроля.

Раздел 6. Дебют.

Теория: Повторение дебютных принципов. Использование перевеса в развитии. Ферзевый гамбит. Сицилианская защита.

Практика: Игровая практика с демонстрацией дебютных принципов. Разыгрывание гамбитов. Разыгрывание позиций с перевесом в развитии. Тематические партии по ферзевому гамбиту. Тематические партии по сицилианской защите.

Раздел 7. Миттельшпиль.

Теория: Владение открытой линией. Пешечная структура. Связь с дебютом. Перевес в пространстве. Перевес двух слонов. Атака на короля.

Практика: Игровая практика друг с другом. Решение карточек по теме «владение открытой линией». Решение карточек по теме «пешечная структура». Решение карточек по теме «перевес в пространстве». Игровая практика: один из игроков имеет перевес двух слонов. Решение карточек по теме «атака на короля». Показательная партия с тренером.

Раздел 8. Эндшпиль.

Теория: Реализация лишней пешки в пешечном эндшпиле. Слоновые эндшпили: одноцветные слоны. Слоновые эндшпили: разноцветные слоны. Коневые эндшпили общие особенности. «Круговерть» коня возле пешки. Ладейные эндшпили: позиция Филидора. Ладейные эндшпили: позиция Тарраша.

Практика: Слоновые эндшпили: задачи из учебника Панченко. Слоновые эндшпили: задачи из учебника Дворецкого. Разыгрывание пешечного эндшпиля с лишней пешкой у одной из сторон. Разыгрывание коневого эндшпиля. Удержание позиции Филидора в ладейном эндшпиле против тренера. Удержание позиции Тарраша в ладейном эндшпиле против тренера. Разыгрывание пешечного эндшпиля. Разыгрывание ладейных эндшпилей.

Раздел 9. Итоговый тест.

Итоговый тест, Подведение итогов.

Раздел 10. Участие в официальных соревнованиях.

Практика: Участие в районных соревнованиях. Участие в чемпионате и первенстве области.

Содержание программы четвертого года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по ТБ Правила техники безопасности и противопожарной защиты,

санитарии и гигиены. Правила поведения в клубе.

Раздел 2. Стратегия.

Теория: Стратегическое мышление. Какие фигуры менять, а какие нет. Важность понимания планов противника.

Практика: Разыгрывание партии с обильными разменами фигур.

Раздел 3. Тактика.

Теория: Комбинации на тему «Связка». Комбинации на тему «Засада». Комбинации на тему «Завлечение». Комбинации на тему «Отвлечение». Матовые комбинации

Практика: Опрос по теме «Классификация комбинаций». Решение задач на тему «Связка». Решение задач на тему «Засада». Решение задач на тему «Завлечение». Решение задач на тему «Отвлечение». Решение задач на тему «матовые комбинации».

Раздел 4. Спортивная и физическая подготовка.

Практика: Бег на время, отжимания, приседания, упражнения для пресса, растяжки.

Раздел 5. Квалификационные турниры.

Практика: Участие в квалификационном турнире. Участие в Рождественском турнире. Участие в турнире, посвященном дню шахмат. Участие в новогоднем турнире. Проведение итогового теста.

Раздел 6. Участие в официальных соревнованиях.

Практика: Участие в чемпионате города. Участие в чемпионате области.

Раздел 7. Миттельшпиль.

Перевес двух слонов. Типичные планы в зависимости от пешечной структуры. Использование перевеса в развитии. Использование перевеса в пространстве. Нестандартное материальное соотношение. Игра с планом, как составлять план. Дерево расчета вариантов. Виды деревьев. Концентрация фигур для атаки на короля. Психологический настрой на игру. Понятие о композиции. Активные и пассивные фигуры. Выгодные размены. Тематическая жертва на “h7”. Тематическая жертва на “f7”.

Раздел 8. Эндшпиль.

Разноцветные слоны, как расположить пешки. Разноцветные слоны, ничейные тенденции. Коневые окончания. «Круговерть» коня против пешки. Ладейные эндшпили, основные особенности. Позиция Филидора. Позиция Тарраша. Слон и пешка(и) против ладьи. Конь и пешка(и) против ладьи. Реализация качества. Этюды. Применение этюдов в партиях. Ферзевые эндшпили, общие закономерности.

Ферзь и пешка против ферзя. Ферзь против ладьи. Трансформация ферзевых эндшпилей в пешечные и обратно.

Раздел 9. Комбинации, тактика.

«Мальтийский крест», двойная связка. «Ртутная пешка», примеры из партий.

«Ртутная пешка», решение карточек. «Пешечный клин», примеры из партий.

«Пешечный клин», решение карточек. Блокировка, примеры, решение карточек. Перегрузка, примеры, решение карточек. Матовые комбинации. Засада, примеры, решение карточек. Освобождение поля. Комбинация «Мельница», примеры.

Раздел 10. Тренировочные и квалификационные турниры.

Тренировочные партии. Квалификационные турниры. Разбор партий с чемпионата и первенства области.

Раздел 6. Итоговый тест. Награждение.

Практика: Участие в районных соревнованиях. Участие в чемпионате и первенстве области. Участие в чемпионате УрФО.

4.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план представлен по этапам спортивной подготовки: этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап (Таблица 9).

Таблица 9 - Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	≈ 120/180		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈13/20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	≈13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈14/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по

				подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся	≈14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/ свыше трех лет обучения:	≈ 600/960		
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Режим дня и питание обучающихся	≈70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	≈70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈60/106	сентябрь - апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и	≈60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка

	экипировка по виду спорта			инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта	≈60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

V. ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ОТДЕЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ ВИДА СПОРТА «ШАХМАТЫ»

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

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

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

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

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

VI. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

6.1. Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право использования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие помещения для игры в шахматы;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки (Таблица 10);

- обеспечение спортивной экипировкой;
- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Таблица 10 – Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	2
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шахматы)	штук	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	10
6.	Стулья	штук	10
7.	Часы шахматные	штук	10
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг.	комплект	3
10.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1

6.2. Кадровые условия реализации Программы

Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе, кроме основного тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта «шахматы», а так же на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

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

6.3. Требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы

Для обеспечения безопасности обучающихся необходимо:

- проведение инструктажа (1 раз в полгода) спортсменов по охране труда на тренировочных занятиях с обязательной регистрацией в журнале учёта занятий (вводный (со всеми вновь поступившими на программу); первичный – при начале проведения тренировочных занятий (ознакомление с условиями проведения тренировочного процесса); повторный – 1 раз в полгода по программе первичного инструктажа; внеплановый – при нарушении техники безопасности во время проведения тренировочного процесса (соревнования, мероприятия); целевой – при проведении разовых различных мероприятий (соревнования, экскурсии, походы и т.д.).);

- соблюдение правил безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, спортивного оборудования и инвентаря, соблюдение единовременной пропускной способности спортивного объекта;

- контроль технического состояния спортивного оборудования и мест проведения занятий (регулярный осмотр и проверка перед вводом в эксплуатацию, регулярный осмотр и проведение испытаний с составлением акта, наличие сертификации и соответствие требованиям безопасности) предусмотренного ГОСТ;

- обеспечение дисциплины (соблюдение правил поведения, расписания занятий, правил личной гигиены, формы одежды) во время теоретических и практических занятий,

- осуществление педагогического контроля: обеспечение страховки при выполнении обучающимися физических упражнений, соблюдение объемов тренировочной и соревновательной нагрузки, контроль состояния обучающихся на занятиях и другое;

- выполнение обучающимися общей и специальной разминки для подготовки систем организма к предстоящим нагрузкам;

- соблюдение требований правил вида спорта шахматы;

- наличие у обучающихся медицинского заключения о состоянии здоровья; комплектование аптечки средствами первой до врачебной помощи (с медицинским работником);

- оказание первой доврачебной медицинской помощи обучающимся.

Важно сформировать у обучающихся умения и навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, соблюдать технику выполнения двигательных действий; во избежание получения травм исключать столкновения, выполнять группировку при падении; соблюдать правила перемещения на спортивном объекте (не двигаться против движения); не переходить сектора прыжками или бегом, быть внимательными, аккуратно пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием, применять его строго по назначению (в случае неисправности сообщать тренеру-преподавателю), следить за личными вещами спортивной формой.

В зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований учебно-тренировочный процесс осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья юных шахматистов.

VI. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Нормативно-правовые документы

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ)
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014г. №1726-р)
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008 г.Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
6. СанПиН 2.4.4. 3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима образовательных организаций дополнительного образования детей". Утверждены Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 г. №41
7. Концепция развития системы дополнительного образования детей и молодежи в Курганской области от 17.06.2015г.
8. Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 годы», утвержденная Постановлением Правительства РФ от 22.11.2012г. №2148-р
9. Национальная доктрина образования в Российской Федерации (Утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. N 751)
10. Приказ Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 730 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам".

Литература для педагога

2. Авербах, Ю. Л. Жизнь шахматиста в шахматной системе. Воспоминания гроссмейстера [Текст] / Ю.Л. Авербах. - М.: Человек, 2014.
3. Гулиев, С. РШД.ВШМ.Владимир Крамник.Избранные партии 14-го чемпионата мира по шахматам[Текст] / С. Гулиев. - Москва: Мир, 2015.
4. Калиниченко, Н. Королевский гамбит[Текст] / Н. Калиниченко. - М.: Гранд-Фаир, 2011.
5. Лонгригг, Д. Шахматы[Текст] / Д. Лонгригг. - М.: АСТ, Астрель, 2015.
6. Лысенко, Сергей Беседы с шахматным психологом[Текст] / Сергей Лысенко. - Москва: Машиностроение, 2011.
7. Межзональные турниры. Рига-79, Рио-де-Жанейро-79. - Москва: Машиностроение, 2010.
8. Петрушина, Н.М. Шахматные окончания для детей[Текст] / Н.М. Петрушина. - М.: Феникс, 2014.
9. Полугаевский, Л. А. Рождение варианта[Текст] / Л.А. Полугаевский. - М.: Физкультура и спорт, 2012.
10. Селезнев, Алексей 100 шахматных этюдов. Практикум по эндшпилю[Текст] / Алексей Селезнев. - Москва: Гостехиздат, 2013.
11. Фишер, Бобби Бобби Фишер учит играть в шахматы[Текст] / Бобби Фишер , Эдуард Гуфельд. - М.: Русский шахматный дом / RussianChessHouse, 2014.

12. Халифман, А. Дебют белыми по (комплект из 16 книг) [Текст]/ А. Халифман. - М.: Гарде, 2012.
13. Черняк, В. Г. Мы играем в шахматы[Текст]/ В.Г. Черняк. - М.: Физкультура и спорт, 2010. -
14. Шахматный информатор 44. VII-XII 1987. - М.: SahovskiInformer, 2013.
15. Юдович, М. Занимательные шахматы[Текст] / М. Юдович. - М.: Физкультура и спорт, 2012.

Литература для обучающихся

1. Бишаева, А.А Физическая культура [Текст]: учебник/ А.А. Бишаева. – Москва: Академия, 2012.
2. Авербах Ю. “Шахматный самоучитель”[Текст]: учебник/ М. Бейлин.,- Москва: Академия, (изд. 2014 г.).
3. Акопян, В «150 шахматных задач и этюдов» [Текст]: учебник/ В. Акопяню., - Москва: Академия, 2015.- 80ст.
4. Ананд, В «Мои 100 лучших партий. 15-й чемпион мира по шахматам» [Текст]: учебник/ В. Ананд.- Москва: Академия, 2016.
5. Вукович, В. «Учебник шахматной атаки» [Текст]: учебник/ В. Вукавич.- Москва: Академия, 2015.
6. Рети Р. «Современный учебник шахматной игры». [Текст]/ Рети .Р.Москва: Физкультура и спорт, 2014г.
7. Шахматный информатор 44. VII-XII 1987. - М.: SahovskiInformer, 2013.
8. Юдович, М. Занимательные шахматы [Текст] / М. Юдович. - М.: Физкультура и спорт, 2012.

Интернет источники

1. Власть фактов. Век шахмат [Электронный ресурс] / режим доступа URL: http://tvkultura.ru/video/show/brand_id/20903/episode_id/977095/video_id/988812/ - свободный.
2. Шахматы в СССР - время, которое не вернуть // Музей СССР «20-й век» [Электронный ресурс] / режим доступа <http://20th.su/2014/07/04/shaxmaty-v-sssr-vremya-kotoroe-ne-vernut-svobodnyy> - свободный.
3. История шахмат в Москве до наших дней // «Москва Шахматная»: сайт шахматного клуба им. Т.В. Петросяна [Электронный ресурс] / режим доступа URL: <http://www.chessmoscow.ru/index.php?topicID=495> – свободный.
4. Новости шахмат [Электронный ресурс] / режим доступа <http://chess-news.ru/node/12341> - свободный.
5. Я русский бы выучил только за то, что им говорят шахматисты [Электронный ресурс] / режим доступа <http://www.defitsita.net/blog/ussr/shahmaty-v-sssr> - свободный.
6. Илья Мерензон. Те, кто играет в шахматы, больше зарабатывают [Электронный ресурс] / режим доступа <https://slon.ru/posts/54283> - свободный.

Расписание учебных занятий на 20__/20__ учебный год

УТВЕРЖДЕН

Приказ № __ от «__» _____ 20__ г.

(Указывается наименование распорядительного акта, его дата и номер)

Группа	День недели	Наименование предметной области	Время проведения (начало/окончание)	Место проведения	Педагогический работник (Ф.И.О.)

Заместитель директора по УСР _____ / _____

Годовой учебно-тренировочный план

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
		1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
		Недельная нагрузка в часах					
		6	6	10	10	12	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)					
		14-22	14-22	12-20	12-20	12-20	12-20
1.	Общая физическая подготовка	50	32	32	32	37	37
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	27	27	31	31
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	12	20	20	25	25
4.	Техническая подготовка	108	110	166	166	200	200
5.	Тактическая подготовка	59	59	94	94	113	113
6.	Теоретическая подготовка	59	59	94	94	113	113
7.	Психологическая подготовка	27	27	47	47	55	55
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	7	7	7	7	7	7
9.	Инструкторская практика	-	2	10	10	13	13
10.	Судейская практика	-	2	10	10	12	12
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	1	7	7	9	9
12.	Восстановительные мероприятия	1	1	6	6	9	9
Общее количество часов в год		312	312	520	520	624	624

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
МКОУДО "Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф." на 2025-2026 уч. год

[illegible]

Условные обозначения: З - занятия по учебно-тренировочному плану, С- самостоятельная работа, Э - промежуточная аттестация, И - итоговая аттестация

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и технической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации									
№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (мин лет)					
				ГНП 1 г.о. 6	ГНП 2 г.о. 7	УТГ 1 г.о. 9	УТГ 2 г.о. 10	УТГ 3 г.о. 11	УТГ 4 г.о. 12
1	Бег на 30 м	5	с	6,9	6,7	6,0	5,5	5,0	4,7
		4		7,0	6,8	6,1	5,6	5,1	4,8
		3		7,1	6,9	6,2	5,7	5,2	4,9
		2		7,2	7,0	6,3	5,8	5,3	5,0
		1		7,3	7,1	6,4	5,9	5,4	5,1
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	7	10	17	19	21	23
		4		6	9	16	18	20	22
		3		5	8	15	17	19	21
		2		4	7	14	16	18	20
		1		3	6	13	15	17	19
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	см	1	3	7	8	9	10
		4		0	2	6	7	8	9
		3		-1	1	5	6	7	8
		2		-2	0	4	5	6	7
		1		-3	-1	3	4	5	6
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	110	120	130	140	150	160
		4		109	119	129	139	149	159
		3		108	118	128	138	148	158
		2		107	117	127	137	147	157
		1		106	116	126	136	146	156
5	Челночный бег 3х10м	5	с	9,8	9,5	9,2	9,0	8,8	8,6
		4		9,9	9,6	9,3	9,1	8,9	8,7
		3		10,0	9,7	9,4	9,2	9,0	8,8
		2		10,1	9,8	9,5	9,3	9,1	8,9
		1		10,2	9,9	9,6	9,4	9,2	9,0
6	Приседание без остановки	5	Кол-во раз	6	8	10	12	14	16
		4		5	7	9	11	13	15
		3		4	6	8	10	12	14
		2		3	5	7	9	11	13
		1		2	4	6	8	10	12
7	Спортивный разряд			3 юн, 2 юн, 1 юн			III II I взрослый		

Набрать 18 баллов в 6 обязательных видах 24-30 баллов высокий уровень (80-100%), 18-23 баллов -средний уровень (60-79%), 6-17 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)									
Нормативные требования к оценке показателей по общей физической и специальной физической подготовке при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы" (мальчики, юноши) Требования к уровню квалификации									
№	Упражнения	Баллы	Единица измерения	Возрастные группы (мин лет)					
				ГНП 1 г.о. 6	ГНП 2 г.о. 7	УТГ 1 г.о. 8	УТГ 2 г.о. 9	УТГ 3 г.о. 10	УТГ 4 г.о. 11
1	Бег на 30 м	5	с	7,1	6,8	6,2	5,7	5,2	4,9
		4		7,2	6,9	6,3	5,8	5,3	5,0
		3		7,3	7,0	6,4	5,9	5,4	5,1
		2		7,4	7,1	6,5	6,0	5,5	5,2
		1		7,5	7,2	6,6	6,1	5,6	5,3
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	Кол-во раз	4	6	11	13	15	17
		4		3	5	10	12	14	16
		3		2	4	9	11	13	15
		2		1	3	8	10	12	14
		1		0	2	7	9	11	13
3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	5	см	3	5	9	11	13	15
		4		2	4	8	10	12	14
		3		1	3	7	9	11	13
		2		0	2	6	8	10	12
		1		-1	1	5	7	9	11
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	5	см	105	115	120	130	135	140
		4		104	114	119	129	134	139
		3		103	113	118	128	133	138
		2		102	112	117	127	132	137
		1		101	111	116	126	131	136
5	Челночный бег 3х10м	5	с	10,1	9,8	9,5	9,3	9,1	8,9
		4		10,2	9,9	9,6	9,4	9,2	9,0
		3		10,3	10,0	9,7	9,5	9,3	9,1
		2		10,4	10,1	9,8	9,6	9,4	9,2
		1		10,5	10,2	9,9	9,7	9,5	9,3
6	Приседание без остановки	5	Кол-во раз	4	6	8	10	12	14
		4		3	5	7	9	11	13
		3		2	4	6	8	10	12
		2		1	3	5	9	9	11
		1		0	2	4	10	8	10
7	Спортивный разряд			3 юн, 2 юн, 1 юн			III II I взрослый		
Набрать 18 баллов в 6 обязательных видах 24-30 баллов высокий уровень (80-100%), 18-23 баллов -средний уровень (60-79%), 6-17 баллов -низкий уровень (до 59% не сдано)									

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам физической культуры и спорта при проведении промежуточной аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"
(проводится собеседование по пройденным темам)

Вопросы для групп начальной подготовки

Первый год обучения:

- Ценность шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король, как ходят;
- Цель шахматной партии;
- Как производится запись партии;
- Как поставить мат одинокому королю: ферзем (за 1 минуту), двумя ладьями (за 1 минуту), ладьей (за 2 минуты);
- Как провести пешку с помощью короля.

Второй год обучения:

- Вопросы первого года обучения в полном объёме;
- Правила «квадрата», «оппозиция»;
- Основы пешечного эндшпиля;
- Простейшие дебютные принципы;
- Понятия «дебют», миттельшпиль», «эндшпиль»;
- Понятие этика шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;
- Простейший план игры, дать оценку позиции;
- Простейшие принципы реализации материального преимущества;

Вопросы для учебно-тренировочных групп

Первый год обучения:

- Вопросы для групп начальной подготовки в полном объеме;
- Представление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране;
- Понятие «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии;
- Основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи»;
- Категории соревнований;

Второй год обучения:

- Вопросы первого года обучения углубленного уровня в полном объеме;
- Начальный этап борьбы за первенство мира;
- Системы соревнования по шахматам, таблицей очередности игры, цвет фигур, разновидности контроля времени на обдумывание ходов;
- Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Ферзевого гамбита и Французской защиты;

Третий год обучения:

- Вопросы второго года обучения углубленного уровня в полном объеме;
- Основные приемы атаки короля, ограничение подвижности фигур противника;
- Как организовывать и проводить простейшие шахматные соревнования;
- Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Славянской защиты и Сицилианской защиты;

Четвертый год обучения:

- Вопросы третьего года обучения углубленного уровня в полном объеме;
- Основные приемы борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой»;
- Основные этапы подготовки шахматиста;
- Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Испанской партии и Скандинавской защиты.
 - Как осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;
 - Позицию Филидора и Лусены (построение моста).
 - Основы шахматного кодекса;
 - История происхождения шахмат и распространение их на Востоке;
 - Простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
 - Основы пешечного эндшпиля. Окончание «легкая фигура против пешки».
 - Основные принципы разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Шотландской партии и защиты Каро-Канн;
 - «Легкая фигура против пешек», «ладья против пешек»;
 - Как ставить мат конем и слоном;
 - Основные положения личной гигиены шахматиста.
 - Основные принципами разыгрывания дебюта. Знание стратегических идей Итальянской партии и защиты двух коней;
 - Разрядные нормы и требования по шахматам;
 - Понятие о тренировке шахматиста.

Вопросы для оценки уровня освоения Программы по теоретическим основам физической культуры и спорта при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

(проводится собеседование по пройденным темам)

Примерные вопросы:

1. Ценность шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король, как ходят;
2. Цель шахматной партии;
3. Как производится запись партии;
4. Как поставить мат одиночному королю: ферзем (за 1 минуту), двумя ладьями (за 1 минуту), ладьей (за 2 минуты);
5. Как провести пешку с помощью короля.
6. Правила «квадрата», «оппозиция»;
7. Основы пешечного эндшпиля;
8. Простейшие дебютные принципы;
9. Понятия «дебют», «миттельшпиль», «эндшпиль»;
10. Понятие этики шахматных соперников и, что её необходимо неукоснительно соблюдать;
11. Простейший план игры, дать оценку позиции;
12. Простейшие принципы реализации материального преимущества;
13. Как осуществлять простые шахматные приемы (комбинации на тактику) в пределах 2-3 ходов;
14. Позицию Филидора и Лусены (построение моста).
15. Основы шахматного кодекса;
16. История происхождения шахмат и распространение их на Востоке;
17. Простые шахматные приёмы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции;
18. Основы пешечного эндшпиля. Окончание «легкая фигура против пешки».
19. Основные принципы разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Шотландской партии и защиты Каро-Канн;
20. «Легкая фигура против пешек», «ладья против пешек»;
21. Как ставить мат конем и слоном;
22. Основные положения личной гигиены шахматиста.
23. Представление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране;
24. Понятие «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии;
25. Основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи»;
26. Категории соревнований;
27. Начальный этап борьбы за первенство мира;
28. Системы соревнования по шахматам, таблицей очередности игры, цвет фигур, разновидности контроля времени на обдумывание ходов;
29. Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Ферзевого гамбита и Французской защиты;
30. Основные приемы борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой»;
31. Основные принципы разыгрывания дебюта. Стратегические идеи Испанской партии и Скандинавской защиты.

Нормативные требования к оценке показателей по выполнению специализированных упражнений при проведении итоговой аттестации обучающихся отделения по виду спорта "Шахматы"

Баллы	зачет	незачет
Контрольные упражнения		
Продемонстрировать постановку мата «ладьёй одинокому королю» и «двумя слонами одинокому королю».		
Показать знания и умения составления плана игры в миттельшпиле.		
Решить тактические задачи (на базе сайта Chess.com «Тактический штурм», 30 штук за 10 минут).		
Показать позицию Филадельфа и Лусены (построение моста).		
Показать владение основными принципами разыгрывания дебюта на выбор: Шотландская партия, Защита Каро-Канн, Итальянская партия, Защита двух коней, Ферзевый гамбит, Французская защита, Славянская защита, Сицилианская защита, Испанская партия, Скандинавская защита.		

Получить зачет по пяти обязательным контрольным упражнениям

Рецензия**На дополнительную образовательную программу спортивной подготовки
по виду спорта «Шахматы»**

(автор-составитель: Нелипович Евгения Васильевна, инструктор-методист Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»)

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке шахматистов с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 24.10.2025 N 876.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом и рассчитан на последовательное освоение теоретического материала, практических умений и навыков. Программа составлена для работы на этапах начальной подготовки и учебно-тренировочных этапах. Продолжительность реализации программы 6 лет.

В структуре выдержаны основные разделы: общие положения, характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, система контроля, рабочая программа по виду спорта, особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы», условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, перечень информационного обеспечения.

В разделе «Общие положения» подробно рассмотрены нормативно-правовые и научно-методические основы программы, полностью раскрыты цели и задачи образовательной программы, представлена характеристика вида спорта, направленность образовательной программы, прописаны прогнозируемые результаты освоения образовательной программы.

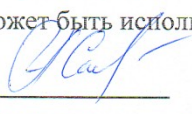
В разделе «Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» указаны условия реализации этапов спортивной подготовки, отражен объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, прописаны виды (формы) обучения при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, представлен годовой учебно-тренировочный план, календарный план воспитательной работы, разработаны мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте. Отражены планы инструкторской и судейской практики, планы медицинских, медико-биологических мероприятий, применение восстановительных средств.

Раздел «Система контроля» включает в себя требования к результатам прохождения спортивной подготовки и оценку результатов освоения программы.

В разделе «Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» прописаны материально-технические условия реализации программы, кадровые условия реализации программы, требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы.

Перечень информационного обеспечения полный и соответствует содержанию программы.

Вывод: дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» имеет практическую значимость, соответствует требованиям действующего законодательства и может быть использована в работе детско-юношеской школы.

Рецензент:  Соснина Л.А., заместитель директора по УСР МКОУДО «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»

Рецензия

**На дополнительную образовательную программу спортивной подготовки
по виду спорта «Шахматы»**

(автор-составитель: Нелипович Евгения Васильевна, инструктор-методист Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования «Кетовская районная ДЮСШ имени Охохонина В.Ф.»)

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке шахматистов с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 24.10.2025 N 876.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом и рассчитан на последовательное освоение теоретического материала, практических умений и навыков. Программа составлена для работы на этапах начальной подготовки и учебно-тренировочных этапах. Продолжительность реализации программы 6 лет.

В структуре выдержаны основные разделы: общие положения, характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, система контроля, рабочая программа по виду спорта, особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы», условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, перечень информационного обеспечения.

В разделе «Общие положения» подробно рассмотрены нормативно-правовые и научно-методические основы программы, полностью раскрыты цели и задачи образовательной программы, представлена характеристика вида спорта, направленность образовательной программы, прописаны прогнозируемые результаты освоения образовательной программы.

В разделе «Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» указаны условия реализации этапов спортивной подготовки, отражен объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, прописаны виды (формы) обучения при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, представлен годовой учебно-тренировочный план, календарный план воспитательной работы, разработаны мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте. Отражены планы инструкторской и судейской практики, планы медицинских, медико-биологических мероприятий, применение восстановительных средств.

Раздел «Система контроля» включает в себя требования к результатам прохождения спортивной подготовки и оценку результатов освоения программы.

В разделе «Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки» прописаны материально-технические условия реализации программы, кадровые условия реализации программы, требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы.

Перечень информационного обеспечения полный и соответствует содержанию программы.

Вывод: дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» имеет практическую значимость, соответствует требованиям действующего законодательства и может быть использована в работе детско-юношеской школы.

Рецензент:  Сыолов О.М., Начальник Комитета по физической культуре и спорту Кетовского муниципального округа

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524507

Владелец Сысолов Олег Михайлович

Действителен с 11.02.2026 по 11.02.2027