

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА» БАЛТАСИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН



Утверждено
Директором МБУ ДО «СШ»
От «Спортивная
Школа» 04 2023 г.
Приказом № 97

**Дополнительная образовательная программа
спортивной подготовки по виду спорта
«Шахматы»**

по этапам спортивной подготовки

Срок реализации программы на этапах:

- начальной подготовки – 2 года
- тренировочном (спортивной специализации) - 4 года

Балтаси 2023г.

Оглавление

1. Общие положения	3
2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.....	6
3. Система контроля	26
4. Рабочая программа	30
5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам	58
6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	61

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

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

Таблица №1

Спортивные дисциплины вида спорта «шахматы» со Всероссийским реестром видов спорта

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	Я
заочные шахматы	088	005	2	8	1	1	Л

Программа разработана МБУ ДО «СШ» (далее – Организация) с учетом утвержденного приказа Минспорта России от 20.12.2022 №1276 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», а также следующих нормативных правовых актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказ Минспорта России № 999 от 30.10.2015 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
- Приказ Минздрава России от 23.10.2020 №1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра

лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3.648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1.2 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. по виду спорта «шахматы», а также подготовка спортивного резерва для сборных команд республики Татарстан и Российской Федерации по виду спорта «шахматы»; осуществлению спортивной подготовки и проведение спортивно-оздоровительной работы по развитию физической культуры и спорта.

Система спортивной подготовки по шахматам должна обеспечивать комплексное решение специальных для данного вида спорта задач: развитие разносторонних навыков в тактике и стратегии игры, умению принимать правильные решения в сложной ситуации, спортсмен должен уметь поддерживать хорошее психофизическое состояние.

Структура системы многолетней подготовки включает этапы: начальной подготовки, учебно-тренировочном (спортивной специализации).

С учетом специфики вида спорта шахматы определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии возрастными особенностями развития:

- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта «шахматы» осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

В группах начальной подготовки учебно-тренировочный процесс преимущественно направлен на развитие личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств определение специализации.

На учебно-тренировочном этапе повышение уровня общей и специальной, физической, технической, тактической и психологической подготовки приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта шахматы, формирование спортивной мотивации, укрепление здоровья спортсменов.

На этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства решаются все более сложные задачи. При этом существенно повышается роль индивидуальных особенностей спортсмена, особенно в соревновательных упражнениях. Спортивная подготовка на данном этапе имеет выраженный специализированный характер, что проявляется в гибком использовании основных и дополнительных тренировочных средств с целью значительного повышения специальной подготовленности.

2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Вид спорта «шахматы» – это сфера интеллектуальной деятельности, где основной формой является игра двух партнеров, в которой различные фигуры по определенным законам передвигаются на шахматной доске. Игра способствует развитию логического и творческого мышления, памяти, вырабатывает решительность, усидчивость; игра в шахматы – это школа терпения и критического подхода к себе и партнерам. Название игры заимствовано из персидского «шах» (король, властелин).

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».

Спортивная подготовка - учебно-тренировочный процесс, который подлежит планированию, осуществляется в рамках образовательной или трудовой деятельности, направлен на физическое воспитание и физическое развитие спортсменов, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях (п.15.1 ст.2 Федерального закона №329-ФЗ)

Таблица №2

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов в годах	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-4	8	6

На этап начальной подготовки зачисляются лица не моложе 6 лет. Лица, зачисленные на данный этап спортивной подготовки, не должны иметь медицинских противопоказаний для освоения Программы, успешно сдать нормативы по общей физической подготовке.

На учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) зачисляются лица не моложе 8 лет. Для зачисления, занимающиеся должны успешно сдать нормативы по общей физической и специальной физической подготовке, иметь соответствующий уровень спортивной квалификации, установленный ФССП.

На этап совершенствования спортивного мастерства зачисляются спортсмены не моложе 10 лет. Для зачисления в группу спортсмены должны иметь спортивный разряд «кандидат в мастера спорта», успешно сдать нормативы по общей физической, специальной физической подготовке.

Перевод обучающихся (в том числе досрочно), в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки рекомендуется проводить на основании стажа занятий, уровня спортивной квалификации, выполнения контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки, а также заключения врача (медицинской комиссии).

Допускается одновременное проведение учебно-тренировочных занятий с обучающимися в группах на разных этапах спортивной подготовки, если:

- объединенная группа состоит из обучающихся, проходящих подготовку на этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) первого и второго года спортивной подготовки;

- объединенная группа состоит из обучающихся, проходящих подготовку на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с третьего по четвертый год спортивной подготовки и этапе совершенствования спортивного мастерства.

При объединении в одну группу обучающихся, разных по спортивной подготовке, разница в уровне их спортивного мастерства не должна превышать двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий.

При одновременном проведении учебно-тренировочных занятий с обучающимися в группах на разных этапах спортивной подготовки, не должна быть превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения.

Максимальный количественный состав объединенной группы определяется по группе, имеющей меньший показатель наполняемости согласно Программе.

2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Учебно-тренировочная нагрузка к объему учебно-тренировочного процесса рассчитывается для каждого учебно-тренировочного процесса занятия на основании её интенсивности, длительности и для каждого этапа спортивной подготовки имеет свой недельный (годовой) объем.

В объем учебно-тренировочной нагрузки входит время восстановления организма обучающегося после определенной нагрузки и при кратковременной тренировки с высокой интенсивностью, а также аспекте морально-волевой и теоретической подготовки.

Объем программы указан в таблице 3.

Таблица 3

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки
------------------	------------------------------------

	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной подготовки)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-16
Общее количество часов в год	234-312	312-416	468-624	624-832

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

2.3а. Учебно-тренировочные занятия.

Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в течении учебно-тренировочного года. Построение спортивной подготовки зависит от календаря спортивных соревнований, периодизации спортивной подготовки.

Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с годовым тренировочным планом.

Основными формами спортивной подготовки по виду спорта шахматы являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия, в том числе с использованием дистанционных технологий;
- работа по индивидуальным планам;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

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

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

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

- содействовать лучшему разрешению намеченных перед занятием конкретных учебно-воспитательных задач;
- соответствовать возрасту, полу, умственному развитию, эрудиции обучающегося и уровню его спортивной подготовленности;
- предусматривать наиболее целесообразные для данного случая возможности управления группой;
- соответствовать условиям материальной оснащенности и обстановки проведения тренировки.

Занятия будут проводиться с использованием следующих организационных форм:

- 1) Теоретические занятия (по теории, по истории, дебюту, миттельшпилю, по эндшпилю, по стратегии, по тактике, по технике, по партнеру, по разбору партий, по анализу ошибок и т.д.);
- 2) Практические занятия (конкурс решения диаграмм, этюдов, задач и т.п.);
- 3) Соревнование (консультативные партии, командные встречи, турнирные партии, разыгрывание партий с компьютером, игра по телефону, по компьютерной сети, личные встречи и т.п.);
- 4) Тестирование;
- 5) Комплексные занятия.

Занятия начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 часов (п.3.6.2 СП 2.4.3648-20).

2.36. Учебно-тренировочные мероприятия - мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям (п.19 ст.2 Федерального закона №329-ФЗ).

Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) обучающихся организуются учебно-тренировочные мероприятия, являющиеся составной частью (продолжением) учебно-тренировочного процесса.

Виды учебно-тренировочных мероприятий и предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки указаны в таблице 4.

Таблица 4

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество дней)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной)	Этап совершенствования спортивного	Этап высшего спортивного мастерства

			специализации)	мастерства	
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 дней	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования			До 3 дней, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 14 дней подряд и не более двух учебно-тренировочного мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые тренировочные мероприятия	-		До 60 дней	

2.3в. Спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности.

Спортивные соревнования - состязание (матч) среди спортсменов или команд

спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания (матча), проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту). (п. 18 ст. 2 Федерального закона №329-ФЗ).

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

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «шахматы»;

- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

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

Объем соревновательной деятельности указан в таблице 5.

Таблица №5

Объем соревновательной деятельности

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	3-4	4-5	4-5	4-5	4-5	1-2
Отборочные	–	2-3	2-3	2-3	4-5	4-5
Основные	–	1-2	1-2	2-3	3-4	4-5

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня

подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны спортсмена. Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования различного уровня, так и специально организованные Организацией.

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях и выполнении требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки «шахматы» может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях (пп. 15.3 главы VI ФССП по виду спорта «шахматы»)

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Организация составляет и использует индивидуальные учебно-тренировочные планы для обучающихся, включенных в списки кандидатов в спортивные сборные команды субъекта Российской Федерации и (или) в спортивные сборные команды Российской Федерации (пп.3.4 Приказа №634).

2.4. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.

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

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

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

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

- на этапе начальной подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов.

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

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

Таблица №6

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

Разделы спортивной подготовки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
Общая физическая подготовка (%)	14 - 16	8 - 14	4 - 8	4 - 6
Специальная физическая подготовка (%)	-	-	4 - 6	4 - 6
Участие в соревнованиях	-	2-4	3-5	5-12
Техническая подготовка (%)	32-42	32-40	30-32	32-34
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	44-48	44-48	42-46	42-46
Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-3	2-4	2-4
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		4,5-6	6-8	9-12	12-16	20-24	24-32
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (чел)					
		Заполняется Организацией самостоятельно с учетом суммарного количества обучающихся на этапах (годах) спортивной подготовки					
		1.	Физическая подготовка:	23-32	25-31	32-38	52-66
Общая физическая подготовка	23-32		25-31	22-26	25-33	33-50	50-67
Специальная физическая подготовка	-		-	10-12	27-33	33-50	50-60
2.	Техническая подготовка	63-91	82-120	140-187	202-266	314-387	370-480
3.	Тактическая подготовка	61-70	70-76	84-112	50-67	198-235	220-286
4.	Психологическая подготовка	49-72	83-111	47-62	56-75	90-100	120-166
5.	Теоретическая подготовка	35-44	40-63	150-200	218-291	330-370	398-549
6.	Аттестация	2-2	1-3	3-5	8-12	8-10	6-8
7.	Соревновательная деятельность	0	3-4	6-8	12-16	12-14	12-16
8.	Инструкторская практика	-	1-2	1-2	2-4	2-4	2-4
9.	Судейская практика	-	1-2	1-2	4-6	4-6	4-6
10.	Восстановительные мероприятия	-	1-2	1-2	4-6	4-6	4-6
11.	Медицинское обследование	1-1	1-1	1-3	4-6	4-6	4-6
Вариативная часть, формируемая Организацией:							
12.	Самоподготовка	0	1-1	2-3	12-17	8-10	8-10
13.	Интегральная подготовка	-	-	-	-	-	-
Общее количество часов в год		234-312	312-416	468-624	624-832	1040-1248	1248-1664

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

2.5. Календарный план воспитательной работы.

Календарный план воспитательной работы составляется Организацией на учебно-тренировочный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика и следующих основных задач воспитательной работы: воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры (п.25 ст. 2 Федерального закона №329-ФЗ), а так же воспитание высоких моральных и нравственных качеств, чувства патриотизма, волевых качеств у обучающихся.

Календарный план воспитательной работы приведен в таблице 8.

Календарный план воспитательной работы

Таблица 8

№ 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 течении 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,	в течении года

		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.	
2.	Здоровье сбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта.	в течении года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета) воспитание	в течении года
3.	Патриотическое воспитание спортсменов		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, уважение государственных символов, традиций и развития вида спорта в современном обществе)	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 течении года
4.	Развитие творческого мышления		

4.1.	Практическая подготовка	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 течении года
------	-------------------------	---	----------------

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

Допингом в спорте признается нарушение антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или) метода, включенных в перечни субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте (далее также - запрещенная субстанция и (или) запрещенный метод). (ч. 1 ст.26 Федерального закона №329-ФЗ)

Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями (далее также - антидопинговые правила). (ч. 2 ст.26 Федерального закона №329-ФЗ)

В организации осуществляется реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводятся с обучающимися занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья обучающихся, об ответственности за нарушение антидопинговых правил (п.4 ч.2 ст.34.3 Федерального закона №329-ФЗ)

Указывается описание мероприятий, на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним. Например, согласно Рекомендаций по оформлению раздела программы спортивной подготовки «План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним», размещенных на сайте РАА РУСАДА:

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, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, 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;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим 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 её 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 местонахождения.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг контроля со стороны спортсмена или иного лица.
6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.
8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во несоревновательный 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.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг-контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку. Также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА».

Термины

РУСАДА - Российское антидопинговое агентство.

Антидопинговая деятельность - антидопинговое образование и информирование, планирование распределения тестов, ведение Регистрируемого пула тестирования, управление Биологическим паспортом спортсмена, проведение тестирования, организация анализа проб, сбор информации и проведение расследований, обработка запросов на получение Разрешения на терапевтическое использование, обработка результатов мониторинг и обеспечение исполнения применяемых последствий нарушений, а также иные мероприятия, связанные с борьбой с допингом, которые осуществляются антидопинговой организацией или от её имени в порядке, установленном Всемирный антидопинговый кодексом и (или) международными стандартами.

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

ВАДА - Всемирное антидопинговое агентство.

Внесоревновательный период - любой период, который не является соревновательным.

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

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

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

Запрещенный метод - любой метод, приведенный в Запрещенном списке.

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

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

Спортсмен - любое Лицо, занимающееся спортом на международном уровне (как это установлено каждой Международной федерацией) или национальном уровне (как это установлено каждой Национальной антидопинговой организацией).

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним указан в таблице 9.

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
Начальной подготовки	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	2. Теоретическое занятие	«Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике. Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в школе.
	3. Теоретическое занятие	«Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике. Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в школе.

	4. Теоретическое занятие	«Ценности спорта. Честная игра»	1 раз в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в школе
	3. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома).
	4. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе.
	5. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
	7. Семинар для тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео.
	2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	3. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на спортивных мероприятиях
	4. Семинар для спортсменов и тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте

		«Проверка лекарственных средств»		Российской Федерации
	5. Теоретическое занятие	«Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике. Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в школе.
	6. Теоретическое занятие	«Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»	1 раз в год	Обучающимся даются начальные знания по тематике. Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в школе.
	7. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов

Обучающиеся по программе знакомятся под роспись с локальными нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами по виду спорта «шахматы». (п.5 ч.2 ст.34.3 Федерального закона №329-ФЗ)

2.7. Планы инструкторской и судейской практики

Инструкторская и судейская практика проводится с целью получения обучающимися знаний и навыков инструктора по спорту и судьи по спорту для последующего привлечения к инструкторской и судейской работе. (п.41 Приказа №999). Решение данной цели стоит начинать на этапе начальной подготовки свыше года и продолжать тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шахматам. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места тренировок, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением заданий другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

В группах начальной подготовки свыше года, получение судейских навыков обучающимся осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время занятий в группах учебно-тренировочного этапа шахматистам необходимо самостоятельное ведение дневника, где нужно вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ. Изучение правил судейства и организация соревнований. При изучении этого раздела ставится задача по приобретению занимающимися навыков судейства и организации шахматных соревнований. Рассказывая о той или иной теме, тренер-преподаватель должен стремиться давать как можно больше конкретных примеров из практики самих обучающихся.

План инструкторской и судейской практики указан в таблице 10.

Таблица №10

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий	
Инструкторская практика				
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Теоретическое занятие	В течении года	Научить обучающихся начальным знаниям спортивной терминологии, умению составлять конспект отдельных частей занятия	
	Практические занятия	В течении года	Проведение обучающимися отдельных частей занятия в своей группе, с использованием спортивной терминологии, показом технических элементов, умение выявлять ошибки.	
	Судейская практика			
	Теоретическое занятие	В течении года	Уделять внимание знаниям правил вида спорта «шахматы», умению решать ситуативные вопросы	
	Практические занятия	В течении года	Необходимо постепенное приобретение практических знаний обучающимися начиная с судейства на учебно-тренировочном занятии с последующим участием в судействе внутришкольных и иных	

			спортивных мероприятий. Стремиться получить квалификационную категорию спортивного судьи «юный спортивный судья»
--	--	--	---

2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий применения восстановительных средств

Медико-восстановительные мероприятия проводятся с целью медико-биологического сопровождения, медицинского обеспечения, осуществления восстановительных и реабилитационных мероприятий, организации спортивного питания (возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение). (п.42 Приказа №999)

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указывается по этапам и годам спортивной подготовки. Следует дать описательную характеристику данным мероприятиям.

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указан в таблице 11.

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения
Этап начальной подготовки (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течении года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские обследования	1 раз в год
	Применение медико-биологических средств	В течении года
	Применение педагогических средств	В течении года
	Применение психологических средств	В течении года
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течении года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в год
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течении года
	Применение медико-биологических средств	В течении года

	Применение педагогических средств	В течении года
	Применение психологических средств	В течении года
	Применение гигиенических средств	В течении года

В Организации осуществляется медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организация систематического медицинского контроля. (п.4 ч.2 ст.34.3 Федерального закона №329-ФЗ)

Организация осуществляет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования в медицинских организациях, осуществляющие проведение медицинских осмотров лиц, занимающихся физической культурой и спортом на этапах спортивной подготовки.

Правила организации оказания медицинской помощи обучающимся (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра, установлены приказом Минздрава России от 23.10.2020 №1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Систематический контроль за состоянием здоровья обучающихся (в том числе при подготовке и проведении мероприятий), включает предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования); этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения (п.8 Приказа №1144н).

Основанием для допуска обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки является наличие у него медицинского заключения с установленной первой и второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации согласно возрастной группе в соответствии с приказами Минздрава России. (п.36 Приказа №1144н).

Основанием для допуска обучающихся к учебно-тренировочным занятиям начиная с тренировочного этапа спортивной подготовки (этап спортивной специализации) является наличие медицинского заключения о допуске к тренировочным мероприятиям и к участию в спортивных соревнованиях. (п.42 Приказа №1144н).

3. Система контроля

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

На этапе начальной подготовки:

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

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже муниципального уровня на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже регионального уровня, 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 сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой Организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее - тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации. (п. 12 Примерной Программы по виду спорта «шахматы»).

Промежуточная аттестации проводится не реже одного раза в год. (п.5 Приказа №634).

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Организации с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности её проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы. (п.5 Приказа №634)

В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным Программой, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося Организация осуществляет перевод такого обучающегося на соответствующую дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта (при её реализации). (п.3.2 ст.84 Федерального закона №273-ФЗ)

3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки.

В соответствии с требованиями дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» спортсмены должны ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

Перечень контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки определяется требованиями вида спорта и представлен в Федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта.

Повышение уровня спортивной квалификации (или спортивного разряда) является необходимым для зачисления и перевода на последующий этап спортивной подготовки в соответствии с требованиями спортивных дисциплин.

Комплексы контрольных упражнений, тесты и уровень спортивной квалификации указаны в таблицах 12,13:

Таблица №12

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не более		не более	
			+1	+3	+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115

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

Таблица №13

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

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

Организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по виду спорта, самостоятельно разрабатывают комплекс тестов по видам подготовки, не связанных с физической подготовкой (теоретическая подготовка, антидопинговая программа и др.), принимая во внимание конкретный контингент обучающихся и этап подготовки.

При аттестации обучающихся и оценке освоения Программы учитываются результаты, показанные обучающимися на официальных спортивных соревнованиях.

Контроль учебно-тренировочного процесса спортивного резерва осуществляется в соответствии с основными требованиями дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта, в состав которой входит планирование учебно-тренировочного процесса, контроль показателей физической подготовленности, контроль здоровья занимающихся, соответствие спортивных результатов заявленным требованиям.

4. Рабочая программа по виду спорта «шахматы».

4.1 Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки.

Этап начальной подготовки до года (НП-1)

В группах начальной подготовки первого до года программой предусматривается 6 часов в неделю. Впервые два месяца занятий с юными шахматистами изучается элементарный шахматный материал – первоначальные понятия о шахматах. Успешность усвоения правил игры зависит от индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Один быстро «схватывает» и быстро забывает, другой думает заметно медленнее, зато запоминает надолго: скорость протекания нервно-психических процессов различна.

Основной упор на занятиях делается на детальное изучение силы и слабости каждой шахматной фигуры, ее игровых возможностей. В программе предусмотрено, чтобы уже на первом этапе спортсмены могли сами оценивать сравнительную силу шахматных фигур, делать выводы о том, что ладья, к примеру, сильнее коня, ферзь сильнее ладьи.

Специфика работы предполагает проводить занятия в игровой форме. Знакомство с шахматными фигурами должно происходить в увлекательной форме. Формы и методы тренировок разнообразны: чтение и инсценировка дидактических сказок, просмотр диафильмов, дидактические игры «Волшебный мешочек», «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Захват контрольного поля», «Кратчайший путь», «Один в поле воин».

После ознакомления с шахматной доской, шахматными фигурами вводятся новые понятия: шах, мат, пат. Необходимо ознакомить спортсменов с простейшими задачами – специально подобранными расположением фигур, в которых надо найти один или несколько ходов, позволяющих решить задание. Задачи желательно красочно оформить на отдельных карточках и давать с учетом индивидуальных способностей ребенка. Здесь эффективно «работают» спортивный и зрелищный компоненты, их соревновательная сущность, игровой характер, который стимулирует интерес к шахматам, стремление овладеть правилами игры, попробовать свои силы за доской.

Стремление начинающих шахматистов к самореализации, соревновательной деятельности можно удовлетворить уже после нескольких занятий. Твердо, усвоив правила ходов и взятий пешками (в том числе взятие на проходе и превращение пешки в фигуры), спортсмены группы НП-1 могут сыграть в турнире с ярким названием: например, «Лучший печечник», «По следам Филидора» и т. д. занимающиеся сами могут предложить название турнира - любая фантазия поощряется: она необходима при игре в шахматы. На втором и седьмом ряду ставятся пешки. Начинают белые. Выигрывает тот, кто раньше дошёл до 8-го (1-го)

ряда. Можно придумать правила: например, если пешки взаимно заблокировались - ничья. Таким образом, практика имеет место и в разделе «первоначальные понятия о шахматах».

При освоении правил игры большое значение имеет разнообразие практических занятий. Тщательно продумав заранее, как наилучшим образом раскрыть тему календарно- тематического плана, тренер подбирает упражнения. При этом задания для освоения и закрепления материала должны ярко выражать мысль, идею, которую тренер хочет донести до спортсмена. Поэтому задания не следует перегружать большим количеством фигур. Свойства внимания человека таковы, что одновременно он может различить и запомнить максимум шесть объектов. Это число фигур (считая и двух королей) примерно соответствует известному в шахматной композиции заданию, именуемому «малюткой», в котором число фигур - 5. При недостатке заданий на конкретную тему тренер волен проявить своё творчество: создать, придумать необходимые ему дидактические материалы.

Следующий этап изучения шахмат наступает после прочного усвоения всех правил игры. В соответствии с принципом историзма в развитии шахматной игры как части общечеловеческой культуры освоение дебюта следует начинать с основных принципов разыгрывания начальной стадии партии: развитие фигур, овладение центром, безопасность своего короля. Сначала предпочтительнее выводить коней, затем слонов. Открытые дебюты дают наибольший простор для острой, счётной игры, для развития тактического – а в дальнейшем и комбинационного зрения, для полёта фантазии, способствуют выработке внимания, формированию нешаблонности в игре. Например, в остром варианте защиты двух коней уже после четвёртого хода белых начинаются необозримые осложнения и оба игрока вынуждены очень внимательно следить за каждым ходом противника.

Счётная игра, способствующая усвоению тактических приёмов и развитию техники расчёта вариантов, начинается в раннем дебюте. Пренебрежение к открытым дебютам может привести к тому, что играющий чёрными, не получивший необходимого запаса знаний и навыков разыгрывания открытых начал, теряется в острой ситуации, не находит верного пути решения возникающих проблем. На середину игры - миттельшпиль в группах НП отведено значительно больше времени, происходит плавный переход к понятиям о середине игры, о стратегии и тактике в шахматах. В тактике миттельшпиля основные тактические приёмы по-прежнему на первом месте. Тактические приёмы необходимо чётко различать по степени сложности. Среди этих приёмов наиболее элементарные - двойной удар (в т. ч. и «вилка») и связка. Данные приёмы постоянно повторяются. Спортсмены регулярно решают задания с применением именно этих приёмов. В то же время осуществляется и расширение представлений: связки различаются по значимости и видам: полная, неполная; вертикальная, горизонтальная, диагональная.

Отмечается особая роль диагональных связок, которые возникают практически в любой шахматной партии в самом начале игры. Вводятся понятия о более сложных тактических приёмах: вскрытый шах, двойной шах. Понятие о комбинации

с её элементами вводится постепенно. Жертва - добровольная отдача материала - получает особую значимость в представлениях начинающих о шахматной игре, так как является качественным сдвигом в понимании законов шахмат. При проведении классификационных внутригрупповых турниров с нормой 3 юношеского разряда через определённый промежуток времени наблюдается расслоение спортсменов по уровням подготовки: одни без особых усилий выполняют норму 3 юношеского разряда, другие преодолевают начальную классификационную ступеньку с трудом, а некоторым и к концу года — это пока не по силам.

Целесообразно после первого сыгранного турнира разделить группу на подгруппы в соответствии со спортивными результатами. В этом случае стать 3-разрядником получают шансы те, кому это не удалось сделать в общем турнире. Возможность выполнить норму 3-го юношеского разряда появляется при участии в классификационных турнирах «выходного дня» по субботам или воскресеньям в соответствии с официальным положением и расписанием занятий групп.

Программа этапа начальной подготовки свыше одного года (НП-2).

В группах начальной подготовки свыше одного года программой предусматривается 8 часов в неделю. В тематическом плане групп НП-2 часть часов высвобождается: нет необходимости изучать правила игры: этот этап введения в шахматы пройден на первом году. Кроме того, увеличивается недельная нагрузка в 1,5 раза. Если на первом году тренировок большая часть времени отводилась изучению силы и слабости каждой шахматной фигуры, то теперь много занятий посвящено простейшим методам реализации материального и позиционного преимущества.

Важным достижением в овладении шахматными основами является умение спортсменами ставить мат в 1-2 хода. Расширяются знания в области дебюта, начинает формироваться понимание плана в начальной стадии шахматной партии и связи его с миттельшпилем. Игра в дебюте и миттельшпиле приобретает смысл: от примитивной игры на уничтожение к осознанной мобилизации фигур и борьбе за центр, к первым попыткам атаки на короля противника. В дебютной подготовке спортсменов переходят от теоретических основ разыгрывания дебютов к конкретному изучению дебютов: итальянской партии защите 2-х коней и др.

В тактике миттельшпиля тактическим приёмам по-прежнему отводится особое значение: двойной удар, связка, отвлечение, завлечение. Спортсмены регулярно решают задания с применением именно этих приёмов. В практической игре во время партий спортсмены стараются находить и проводить тактические удары и комбинации. В эндшпиле параллельно с формированием технических навыков матования одинокого короля начинающие шахматисты получают первоначальные сведения о пешечном эндшпиле, о роли короля и об активности фигур в конечной стадии партии, учатся реализовывать большой материальный перевес.

Во втором полугодии (а возможно, и раньше) подробно разбираются окончания «король с пешкой против короля», спортсмены овладевают навыками проведения

пешки в ферзи. Учатся матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей, всеми фигурами. На этом этапе уместно введение понятий «сильнейшая» и «слабейшая» сторона, «играющий» (т.е. тот игрок, чей ход в данной позиции). Необходимо обратить внимание на освоение шахматной нотации. В этом направлении работы на практических занятиях эффективен прием сеанс одновременной игры. В сеансах одновременной игры и тренер, и спортсмены «проговаривают» ходы – происходит «устная» запись ходов. Полезно также записывать позиции заданий и их решения.

В мотивах тренировок, кроме познавательных, появляются социальные – формируется чувство ответственности, понимание социальной значимости учения. Становлению спортсмена как шахматиста способствует и участие в личных и командных соревнованиях по шахматам, регулярно проводимых СШ. В связи с этим они могут полноценно участвовать не только в классификационных турнирах, но и в официальных соревнованиях согласно календарному плану СШ.

Тренировочный этап - до двух лет

Перевод на следующий этап определяет известную ответственность тренера, спортсмена и его родителей. Развитие интереса к занятиям шахматами поддерживается более полным представлением о соревновании. Спортсмены продолжают изучать Шахматный кодекс: узнают о положении, о статусе соревнований, о регламенте игры, о порядке открытия и закрытия соревнований. Продолжается более подробное изучение открытых дебютов: итальянская партия, защита двух коней, королевский гамбит. Идет знакомство с открытым дебютом - испанская партия.

Особое внимание уделяется плану игры и безопасности короля. Разыгрывание гамбитов в тематических турнирах и сеансах одновременной игры способствует лучшему усвоению понятий «инициатива» и «компенсация за материал». Углубляются знания об основных планах игры в открытых дебютах. Дебютные «заготовки» берутся на вооружение и применяются на практике. Необходимо разобрать примеры атаки на короля противника в дебютной стадии: удары на пункты «f7», «f2» с лишением рокировки, примеры с задержанием короля противника на центральной вертикали. Комбинация предстаёт в новом свете - как совокупность элементарных тактических приёмов. Разбираются и решаются сначала сообща, затем самостоятельно комбинации на сочетание идей. Техника расчёта вариантов развивается постоянным решением упражнений и комбинаций.

Спортсмены учатся строить «дерево вариантов». Выбрав из нескольких вероятных ходов один, производят поиск ответных ходов противника. На одном из ответных ходов строится первая «ветвь». Расчёт производится по полуходам. Затем строится вторая «ветвь» и т. д. На первом этапе можно подобрать задания, где первый ход в комбинации известен. Тема «Атака в шахматной партии» разбирается довольно подробно и обстоятельно. Начать необходимо с атаки на короля, разбирая

яркие, запоминающиеся примеры с односторонними короткими рокировками. Показать фигурную атаку. Например, с жертвой на пункт «h7». В этой, очень важной теме, необходимо акцентировать внимание занимающихся на «ключевую» фигуру защиты - коня «f6», отвлечение его от своих функций защиты поля «h7» путём Kс3-d5, либо связкой и уничтожением. Тема очень важна – об этом часто забывают и опытные шахматисты. При отсутствии коня на «f6» налицо мотив комбинации - нет защитника пункта «h7». Атака пункта «h7» - самая типичная из всех комбинаций, и не знать её нельзя. Диаметрально противоположные планы сторон в дебюте и миттельшпиле очень наглядно демонстрируются при разносторонних рокировках в теме «Фигурно-пешечная атака». Пешечной структуре, как основе позиции и одному из факторов оценки её, а также выбора плана игры, необходимо уделить особое внимание. Важно, чтобы у юных шахматистов не сложился стереотип-шаблон при оценке слабостей пешек, полей и пунктов. Например, сдвоенные пешки иногда бывают очень сильными, изолированная пешка бывает и сильной, и слабой и т. д. Понимание позиции не приходит сразу, оно складывается годами. Поэтому очень важно разбирать сыгранные партии, (желательно сразу в день игры) выявляя дебютные ошибки, отмечая критические моменты в партии; давать оценку позициям и тренироваться в выборе плана игры. Оценка позиции - «камень преткновения» для многих, даже опытных шахматистов.

Впервые основополагающие факторы оценки позиции были сформулированы первым чемпионом мира В. Стейницем. В его руководстве «Современный шахматный наставник», выпущенном в 1889 году в Лондоне. С тех времён прогресс шахматной мысли внёс существенные поправки в учение В.Стейница о позиционной игре, но основа осталась - нам есть чему поучиться у первого чемпиона мира. О выборе плана игры. План строится на основе оценки позиции.

Для шахматистов массовых разрядов в упражнениях по выбору плана игры должно быть достаточное количество пешек - на основе пешечной структуры легче оценить позицию и выбрать план игры. Проработка более сложных ладейных и пешечных окончаний продолжается и далее.

После изучения основополагающих пешечных и ладейных окончаний можно приступить к легкофигурным и смешанным. Следует отметить силу двух слонов в миттельшпиле и эндшпиле.

С интенсивным развитием самосознания спортсмена появляется потребность в самоутверждении, развивается конкурентоспособность. Для индивидуального подбора дебютного репертуара в этот период можно использовать анкетирование спортсменов для определения их психофизиологической конституции.

Самостоятельная работа – в Программу тренировки группы входит индивидуальная работа для спортсменов.

Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над

психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий.
3. Просмотр подборок партий по дебютам.
4. Анализ и устранение ошибок.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с литературой.

Методические рекомендации к тренировочному этапу свыше двух лет

Регулярные выступления в основных районных соревнованиях по календарному плану спортивно-массовых мероприятий МБУ ДО «СШ» становятся нормой. В районе проводится много соревнований, и наиболее подготовленные шахматисты могут испытать свои силы, играя с сильнейшими игроками. Разбор и анализ партий, сыгранных в турнирах более высокого ранга, обязателен.

Тренер, направляя своих спортсменов на выездные соревнования, готовит спортсменов таким образом, чтобы они прочувствовали всю меру ответственности, выступая за спортивную школу, представляя свой район. При этом запись всех партий, записанных чётко и аккуратно в блокнот шахматиста, должна быть у каждого. Как правило, опытные тренеры производят разбор партий сразу после окончания. В такой период впечатления от партии свежи, и занимающийся способен передать все перипетии борьбы. Это важно потому, что в последние годы при переходе судейства на международные правила ФИДЕ тренер не допускается в игровой зал.

Необходимо приучать спортсменов к тому, чтобы он интересовался, с кем играет в следующем туре, присматривался к игре возможных конкурентов, пытаясь выявить их сильные и слабые стороны.

Творчество основоположника отечественной шахматной школы - классическое наследие прошлого, вклад М.И.Чигорина в сокровищницу шахматного искусства невозможно переоценить. Практически любую его партию нетрудно увязать с любым разделом шахматной игры. Например, тему «Связка в дебюте и её своевременность» можно раскрыть по партии Кнорре - Чигорин, 1874 г.

Великий мыслитель внимательно изучил анализ первого чемпиона мира В.Стейница и применил его на практике. Поучителен опыт борьбы в миттельшпиле и в эндшпиле в творчестве шахматистов А.Петрова, И.Шумова, К.Яниша, братьев Урусовых. Юные шахматисты обогащают дебютный репертуар через изучение нового дебюта - староиндийскую защита (классический вариант).

Продолжают оттачивать мастерство в разменном варианте испанской партии, французской защите. Акцент делается на фланговой борьбе в дебюте. Изучаются типичные комбинации, атака и контратака. В миттельшпиле особое место отводится оценке позиции. Изучается фигурно- пешечная атака по вертикалям «f», «g», «h», атака с использованием диагоналей. Регулярное решение комбинаций на сочетание идей, упражнений по развитию техники счета дает положительные результаты. При изучении окончаний на данном этапе следует сделать упор на пешечные окончания – азбука эндшпиля, а ладейные встречаются чаще всего.

Особое внимание отводится изучению легкофигурного и тяжелофигурного эндшпиля; конь против пешек, ферзь против проходной пешки, ладья и пешка против ладьи. Самостоятельная работа - в Программу тренировок группы входит индивидуальная работа для спортсменов. Во время подготовки спортсменов к соревнованиям необходимо поставить дебют, изучить теоретические позиции, проанализировать различные партии, найти и устранить ошибки, встречающиеся в партиях юных шахматистов, поработать над психологической подготовкой спортсмена. Все эти проблемы лучше решать индивидуально. Основное внимание уделяется характеру и индивидуальным особенностям каждого шахматиста.

Темы тренировок

1. Подготовка к конкретному противнику.
2. Разбор партий. Просмотр подборок партий по дебютам.
3. Анализ и устранение ошибок.
4. Психологическая подготовка спортсмена.
5. Правила поведения во время игры, подготовка к соревнованиям.
6. Работа с компьютером. Изучение компьютерных программ.
7. Работа с базами данных по дебютам, окончаниям. Решение задач.
8. Работа с литературой.

4.2. Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Краткое содержание
Этап начальной подготовки /до года 120/ в течении года	1. В области теории физической культуры и спорта 1.1. О правилах поведения, технике безопасности, дисциплине в МБУ ДО СШ и на соревнованиях 1.2. Понятие о физической культуре и спорте 1.3. Физическая культура, как составная часть гармоничного развития личности 1.4. Задачи физического воспитания: укрепление здоровья, всестороннее развитие человека 1.5. Здоровый образ жизни 1.6. Значение соревнований и их роль в образовательном (тренировочном) процессе 2. Шахматные правила. Элементарные понятия об игре 2.1. Правила и понятия шахматной игры

- Название фигур, их расположение
- Шахматная доска. Линии (вертикали, горизонталы, диагонали)
- Шахматная нотация
- Ладья. Ход. Свойства. Взятие ладьей
- Слон. Ход. Свойства. Взятие слоном
- Пешка. Ход. Взятие. Превращение, взятие на проходе
- Ферзь. Ход, особенности, взятие
- Конь. Ход. Отличие от других фигур
- Король. Ход. Особенности. Взятие королем. Шах. Мат
- Сравнительная ценность фигур. Размен (выгодный и невыгодный).
Задачи на взятие фигур и размен
- Рокировка (короткая и длинная, возможность и невозможность)
- Ничья. Вечный шах, Пат. Другие виды ничьей
- 2.2. Основные требования к турнирной дисциплине (правило «тронул-
ходи», запись турнирной партии и т.д.)
- 3. Исторический обзор шахмат
- 3.1. Происхождение шахмат, проникновение шахмат в Европу
- 4. Дебют, стратегия
- 4.1. Понятие центра. Расширенный центр
- 4.2. Развитие легких фигур в дебюте. Развитие ладей. Ходы пешками в
дебюте
- 4.3. Ферзь в начале партии. Защита от детского мата
- 4.4. Атака пунктов f7 (f2) в дебюте. Защита
пешки, пешечные цепи, островки, слабые пешки)
- 4.5. Пешечная структура (отсталая пешка, изолированные пешки,
сдвоенные
- 5. Миттельшпиль, тактика
- 4.6. Открытые линии в партии (вертикали, диагонали, их значение)
- 5.1. Нападение и защита. Способы защиты
- 5.2. Защита поддержкой другой фигурой
- 5.3. Защита уходом из-под боя
- 5.4. Защита перекрытием
- 5.5. Защита контратакой
- 5.6. Защита связыванием (развязыванием)
- 5.7. Взаимодействие фигур при нападении на короля. Угроза мата в 1
ход (ферзь и ладья, ферзь и слон, ферзь и конь, ферзь и пешка)
- 5.8. Угроза мата в 1 ход используя связку
- 5.9. Угроза мата в 1 ход некрытием линий
- 5.10. Защита от мата
- 5.11. Двойной удар (всеми фигурами, вилки)
- 5.12. Двойное нападение как разновидность двойного удара
- 5.13. Двойное открытое нападение
- 5.14. Рентген (сквозной ших) как разновидность двойного удара
- 5.15. Защита от двойного нападения
- 5.16. Вскрытый шах. Мат в один ход, выигрыш фигуры
- 5.17. Двойной шах (особенности, мат в 1-2 хода)
- 5.18. Связка. Полная и неполная связки
- 5.19. Способы защиты от связки: уход, отеснение, заслон. Установление
взаимодействием, тактические возможности
- 5.20. Мат в 1 ход с использованием связки. Выигрыш фигуры с
помощью
связки

	<p>5.21. Отвлечение. Мат в 2 хода (отвлечение защитника, выигрыш фигур)</p> <p>5.22. Завлечение. Мат в 2 хода. Выигрыш фигуры</p> <p>5.23. Пешечные комбинации (двойной удар, прорыв, слабое превращение)</p> <p>5.24. Тяжелофигурные комбинации (на слабость в горизонтали)</p> <p>5.25. Комбинации на освобождение поля</p> <p>5.26. Комбинации на освобождение линии</p> <p>5.27. Блокировка. Спёртый мат</p> <p>5.28. Уничтожение защиты (выигрыш фигуры, мат в 2 хода)</p> <p>5.29. Промежуточный ход (промежуточный размен с шахом, промежуточное взятие с шахом), промежуточный шах</p> <p>6. Эндшпиль, тактика</p> <p>6.1. Мат ферзем и ладьей. Мат двумя ладьями. Решение задач. Мат в 1-2 хода</p> <p>6.2. Мат королем и ферзем. Решение задач. Мат в 1-2 хода</p> <p>6.3. Мат королем и ладьей. Решение задач. Мат в 1-2 хода</p> <p>6.4. Решение задач на мат в один ход</p> <p>6.5. Правило квадрата. Блуждающий квадрат</p> <p>6.6. Король и крайняя пешка против короля. Оппозиция. Ключевые поля</p> <p>6.7. Король и не крайняя пешка против короля</p> <p>6.8. Реализация лишней пешки в эндшпиле</p> <p>6.9. Понятие отдаленная проходная пешка</p> <p>6.10. Защищенная проходная пешка</p> <p>6.11. Ладейные окончания. Ладья против пешек короля от проходной пешки</p> <p>6.12. Ладейные окончания. Правило убежища. Правило 3-х полей. Отрезание</p> <p>6.13. Король и ферзь против короля и пешки (правила, исключения)</p> <p>6.14. Ничья при большом материальном перевесе</p> <p>6.15. Зачетный конкурс по эндшпилю</p> <p>7. Шахматная литература, шахматные программы</p> <p>1.1. Использование шахматных учебников, шахматной литературы, навыки работы с компьютерными шахматными программами.</p> <p>8. Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные, задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает . и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.</p> <p>9. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p>
<p>Этап начальной подготовки / ~ свыше года /180/ В течение года</p>	<p>1. В области теории физической культуры и спорта</p> <p>1.1. О правилах поведения, технике безопасности, дисциплине в МБУ ДО «СШ» и на соревнованиях</p> <p>1.2. Понятие о физической культуре и спорте</p> <p>1.3. Физическая культура, как составная часть гармоничного развития</p> <p>1.4. Задачи физического воспитания: укрепление здоровья, всестороннее развитие человека</p> <p>1.5. Здоровый образ жизни</p> <p>1.6. Значение соревнований и их роль в образовательном (тренировочном) процессе</p> <p>2. Шахматный кодекс и правила</p>

- 2.1. Основные положения шахматного кодекса
- 2.2. Турнирная дисциплина
- 2.3. Положения о соревнованиях, регламент.
- Основные правила соревнований
3. Исторический обзор шахмат
 - 3.1. Проникновение шахмат в Россию. Первые шахматные книги
 - 3.2. Испанские и итальянские шахматисты XVI-XVII веков. Ранняя итальянская школа. Шахматы как придворная игра
4. Дебют, стратегия
 - 4.1. Повторение. Общие правила разыгрывания дебюта
 - 4.2. Борьба за центр в дебюте. Центр в партии. Общие понятия о видах центра. Примеры
 - 4.3. Безопасность короля в дебюте
 - 4.4. Открытые линии. Борьба за линию. Использование линий в атаке, форпост на линии. Атака по 7(8) горизонтали
 - 4.5. Пешечная структура (сдвоенные, изолированные, висячие, отсталые пешки). Пешечная цепь. Как избавиться от пешечных слабостей
 - 4.6. Слабые поля (возникновение слабой вертикали, горизонтали, диагонали, комплексы слабых полей). Форпосты
 - 4.7. Хорошие и плохие кони (необходимость опорных пунктов, вечный конь, конь на краю доски)
 - 4.8. Хорошие и плохие слоны (активные и пассивные)
 - 4.9. Повторение пройденного
 - 4.10. Ладьи (активные и пассивные)
 - 4.11. Оценка позиции
 - 4.12. Активность в партии (нападение, создание угроз, улучшение позиции фигур)
5. Миттельшпиль, тактика
 - 5.1. Атака. Общие принципы. Короткие партии
 - 5.2. Атака на рокировавшегося короля (показать, как помешать рокировке)
 - 5.3. Атака на короля при односторонних рокировках
 - 5.4. Атака на h 7 (ферзь и слон, ферзь и конь, ферзь и ладья)
 - 5.5. Атака на g 7
 - 5.6. Атака на f7...
 - 5.7. Атака при сдвоенных пешках
 - 5.8. Атака при разносторонних рокировках (пешечный штурм)
 - 5.9. Атаки пешечно-фигурная и фигурная
 - 5.10. Защита в шахматной партии. Составление плана защиты
 - 5.11. Защита активная и пассивная
 - 5.12. Принцип экономии сил в защите
 - 5.13. Защита путем перекрытия линий
 - 5.14. Защита путем упрощения позиции
 - 5.15. Контратака
 - 5.16. Блокада. Выключение фигур из игры. Торможение освобождающих ходов
 - 5.17. Повторение пройденного материала. Конкурс на решение упражнений
 - 5.18. Двойной удар (вилка, рентген)
 - 5.19. Вскрытое двойное нападение
 - 5.20. Вскрытое нападение
 - 5.21. Вскрытый шах
 - 5.22. Двойной шах
 - 5.23. Мельница
 - 5.24. Отвлечение
 - 5.25. Завлечение
 - 5.26. Уничтожение защиты
 - 5.27. Освобождение поля (линии, вертикали, горизонтали)

	<p>5.28. Перекрытие 5.29. Блокировка 5.30. Разрушение пешечного прикрытия короля (вскрытие линии) 5.31. Промежуточный ход 5.32. Перегрузка фигур 5.33. Пешечные комбинации (слабое превращение, вилка, прорыв) 5.34. Связка, защита от связки 5.35. Размен. Выгодный, невыгодный 5.36. Тяжелофигурные комбинации 5.37. Конкурсы решения задач 6. Эндшпиль 6.1. Повторение изученного учебного материала (мат ферзем и ладьей, двумя ладьями, королем и ладьей, двумя слонами) 6.2. Тактика. Решение задач в 2-3-4 хода, примеры из партий гро 6.3. Повторение пройденного: оппозиция, король и пешка против короля 6.4. Геометрия доски. Прямая и ломаная линии 6.5. Прием отталкивания 6.6. Активность короля и эндшпиль 6.7. Защищенная проходная 6.8. Отдаленная проходная 6.9. Прорыв 6.10. Окончания с проходными пешками у обеих сторон 6.11. Ладья против пешек 6.12. Ладья и пешка против ладьи и короля 6.13. Активность ладьи в ладейном эндшпилье 6.14. Тест по эндшпилю 6.15. Цугцванг в эндшпилье 6.16. Повторение пройденного материала 7. Шахматная литература, шахматные программы 1.1. Использование шахматных учебников, шахматной литературы, навыки работы с компьютерными шахматными программами. 8. Самостоятельная работа обучающихся Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные, задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает . и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся. 9. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p>
<p>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) первого года обучения 600/ в течении года</p>	<p>1. В области теории физической культуры и спорта 1.1. Роль физической культуры и спорта для развития личности 1.2. Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятий спортом 1.3. Спортивный режим и общефизическая подготовка 1.4. Спортивные традиции СССР, России и Татарстана 1.5. Значение общефизической подготовки для шахматиста 1.6. Сильнейшие шахматисты Мира и спорт 1.7. Врачебный контроль. Порядок осуществления врачебного контроля МБУ ДО «СШ» 2. Шахматный кодекс и правила 2.1. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские 2.2. Судейство и организация соревнований 2.3. Воспитательная и организующая роль судьи. Обязанности судьи 2.4. Этика поведения участников соревнований 2.5. Системы проведения соревнований</p>

	<p>2.6. Календарный план</p> <p>2.7. Положения о соревнованиях</p> <p>2.8. Единая всероссийская спортивная классификация. Разрядные нормы и требования по шахматам</p> <p>2.9. Шахматный кодекс и шахматные правила (общие положения)</p> <p>3. Исторический обзор шахмат</p> <p>3.1. Шахматы до В.Стейница - Филидор, Лабурдонне, Мак-Доннел и т.д. Примеры их творчества. А.Андерсен, И.Цукерторт. Творчество П.Морфи, его вклад в развитие шахмат</p> <p>3.2. Отечественная шахматная школа. Первые русские мастера: А.Петров, К.Яниш, Э.Шифферс, Д. и С. Урусовы. Первые печатные издания «Шахматный листок» В.Михайлова</p> <p>3.3. Биография и творчество Р.Г.Нежметдинова. Примеры творчества, его роль в развитии шахмат в Татарстане. Становление МБУ ДО «СШ»</p> <p>4. Дебют</p> <p>4.1. Основные дебютные принципы. Принцип быстреего развития, Гамбиты. Развивающая жертва. Практические примеры. Решение задач</p> <p>4.2. Принцип торможения развития. Тормозящая жертва. Практические примеры. Решение задач</p> <p>4.3. Борьба за центр. Разбор учебных партий. Гамбиты. Практические примеры</p> <p>4.4. Нарушение дебютных принципов. Безопасность короля. Пешкоедство. Практические примеры</p> <p>4.5. Конкурс решения задач по теме: «Нарушение дебютных принципов». Разыгрывание контрольных позиций. Анализ и разбор решений конкурса и разыгрывания</p> <p>4.6. Классификация дебютов - открытые, полуоткрытые, закрытые. Общие характеристики и типовые планы сторон. Некоторые характерные дебютные построения и схемы развития (например, испанская партия, сицилианская защита, ферзевый гамбит и т.д.)</p> <p>4.7. Формирование дебютного репертуара. Конкретные дебютные схемы и варианты для преподавателя) практического применения (на усмотрение тренера-преподавателя)</p> <p>5. Миттельшпиль</p> <p>5.1. Связь дебюта и миттельшпиля. Некоторые типовые расстановки фигур. Общая оценка позиции и выбор плана игры</p> <p>5.2. Виды преимущества: материальное, позиционное, преимущество в пространстве, преимущество во времени. Преимущества временные постоянные. Основные понятия</p> <p>5.3. Роль центра в шахматной партии. Типы центра. Борьба за центр. Центральная стратегия</p> <p>5.4. Сила фигур в миттельшпиле. Пешка. Конь. Слон. Ладья. Ферзь. Король</p> <p>5.5. Подвижный пешечный центр. Центр с пешками d4+e4; c4+d4; c4+4. Как образуется подвижный пешечный центр. Борьба против подвижного центра. Блокада. Разрушение. Основные понятия</p> <p>5.6. Фигурно-пешечный центр</p> <p>5.7. Открытый центр</p> <p>5.8. Закрытый пешечный центр. Планы сторон. Роль центра при фланговых операциях</p> <p>5.9. Открытая линия. Использование открытой нии. Борьба за открытую линию</p> <p>5.10. Седьмая (вторая) горизонталь. Мельница</p> <p>5.11. Восьмая (первая) горизонталь. Слабость восьмой горизонтали</p> <p>5.12. Преимущество 2-х слонов. Основные понятия</p> <p>5.13. Пешечные слабости (плюсы и минусы)</p> <p>5.14. Слабые и сильные поля. Форпост</p> <p>5.15. Атака на короля. Типы атаки: фигурная атака, пешечный штурм, фигурно-пешечная атака. Основные принципы атаки. Атака на нерокированного короля.</p>
--	--

	<p>Атака позиции короткой и длинной рокировки. Атака при разносторонних рокировках. Основные принципы</p> <p>5.16. Защита. Основные принципы и общие понятия о приемах защиты</p> <p>5.17. Тактика в миттельшпиле. Тренировка техники расчета вариантов. Предлагаемые темы: ртутные пешки, пешка-«киллер» (пешка-«воздь»), пешечная «масса», неудачное положение фигуры, связка, отвлечение, завлечение, перекрытие, засада, слабый король и т. д. б. Эндшпиль</p> <p>6.1. Общие принципы разыгрывания окончаний</p> <ul style="list-style-type: none"> - Централизация короля - Активное и пассивное расположение фигур - Проходные пешки - Пешечные слабости - Размен фигур и пешек - Сила фигур возрастает в эндшпиле - Цена ошибки - Знание точных позиций <p>6.2. Пешечный эндшпиль. Приемы разыгрывания пешечных окончаний: поля проходной пешки Оппозиция (ближняя, дальняя, диагональная, коневая), ключевые поля проходной пешки</p> <ul style="list-style-type: none"> - Правило квадрата, блуждающий квадрат - Отталкивание плечом - Запасные темпы, цугцванг - Треугольник - Правило Бэра, правило цвета - Прорыв - Пешечные слабости, разобщение пешек - Отдаленная проходная пешка - Защищенная проходная пешка - Патовые возможности - Простейшие примеры использования позиционного преимущества (пространство, активный король, наличие отдаленной и защищенной проходной пешек) - Простейший переход в пешечный эндшпиль <p>6.3. Фигуры против пешек. Некоторые точные позиции</p> <ul style="list-style-type: none"> - Конь против пешек, конь с пешкой против короля (короля с пешкой), матовые позиции - Слон против пешек (пешки связанные, пешки разрозненные), слон и пешка против короля (короля с пешкой, пешками) - Ладья против пешек (связанных и разрозненных), приемы защиты, патовые идеи - Ферзь против пешек (пешки - центральные, ладейные, слоновые) <p>6.4. Коневые окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общие принципы разыгрывания коневых окончаний - Ограничение коня - Маршруты коня - Борьба коня против пешек (вилка) и крайней пешки - Защита пешки конем - Барьер - Отвлекающая жертва коня - Матовые идеи <p>6.5. Слоновые окончания</p> <p>а) Слоны разноцветные</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ничейные тенденции (преимущество в 2-3 пешки может не гарантировать победу), построение крепости, жертва пешки, принцип одной диагонали - Расположение пешек для активной и слабейшей сторон - Слон и король против слона, короля и 2-х связанных пешек основная система
--	--

	<p>обороны</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слон и король против слона, короля и разрозненных пешек (основные идеи за обе стороны) - Решение конкурсных заданий <p>б) Слоны одноцветные</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слон и пешка против слона, большая и малая диагонали, перекрытие, отвлечение, система обороны слабой стороны - плохие и хорошие слоны, фиксация пешек, цугцванг, жертва слона - Решение конкурсных заданий <p>6.6. Борьба слона и коня</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные принципы и приемы разыгрывания а) Слон сильнее коня - Ограничение коня . Фиксация пешек <p>Игра на 2-х флангах</p> <ul style="list-style-type: none"> - Преимущество слона в борьбе с проходными пешками с обеих сторон <p>б) Конь сильнее слона</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ограничение подвижности слона, фиксация пешек - Блокада проходных пешек - Коневые вилки, доминация <p>в) Мат слоном и конем</p> <p>6.7. Ладейные окончания</p> <p>а) Расположение ладьи позади проходной пешки. Активное и пассивное положение ладьи и короля (блокада проходной пешки королем или ладьей)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Борьба ладьи и короля с пешкой (ладейной, коневой, слоновой) против ладьи и короля - Позиция Филидора - Построение «мостика» - Убежище для короля - Отрезание короля по вертикали и горизонтали <p>б) Приемы защиты</p> <ul style="list-style-type: none"> - Атака с тыла, атака с фланга (длинная и короткая стороны), фронтальная атака - Привязывание. Позиция Ванчуры - Патовые идеи в) Использование позиционного перевеса - Владение открытой линией - 7-я, горизонталь, абсолютное владение 7-й горизонталью - Пешечные слабости, пешечные островки - Проходная пешка - Об активности в ладейных окончаниях <p>6.8. Ферзевые окончания. Общие принципы разыгрывания. Некоторые точные позиции</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ферзь против пешки (ладейной, слоновой, с добавлением других пешек) - Ферзь против ладьи (одинокой) - Ферзь против ладьи и пешки. Основные типы крепостей с пешкой на 7 и 6 горизонталях - Ферзь с пешкой (пешками) против ладьи с пешкой (пешками). <p>Построение крепости</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ферзь против легких фигур. Как поставить крепость. Цугцванг как средство разрушения крепости - Построение крепости типа «маятник» <p>7. Шахматная литература, шахматные программы</p> <p>7.1. Основы работы с персональным компьютером. Общие сведения об устройстве и работе персонального компьютера. Обучение работе с шахматными программами «Blindfold», «CT-ART-3», «Chessmaster». Работа с шахматными программами «Энциклопедия дебютных ошибок», «Стратегия», Houdini</p>
--	---

	<p>7.2. Обзор шахматной литературы и компьютерных программ. Литература для самостоятельной работы</p> <p>8. В области психологической подготовки</p> <p>8.1. Значение психологической подготовки</p> <p>8.2. Влияние внешних и внутренних факторов на психологическое состояние спортсмена</p> <p>8.3. Самоконтроль</p> <p>8.4. Поведение спортсмена до, вовремя и после партии</p> <p>9. Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.</p> <p>10. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p>
<p>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) первого года обучения 600/ в течении года</p>	<p>1. В области теории физической культуры и спорта</p> <p>1.1. Физическая культура и спорт в стране</p> <p>1.2. Спортивный режим и общефизическая подготовка</p> <p>1.3. Роль физической культуры и спорта для развития личности</p> <p>1.4. Шахматные традиции СССР, России, Татарстана</p> <p>1.5. Массовый спорт и спорт высших достижений</p> <p>1.6. Взаимосвязь физического воспитания с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием человека</p> <p>1.7. Деятели культуры и шахматы</p> <p>1.8. Врачебный контроль. Порядок осуществления врачебного контроля в МБУ ДО «СШ»</p> <p>2. Шахматный кодекс и правила</p> <p>2.1. Шахматный кодекс и шахматные правила: классические шахматы, быстрые шахматы, блиц</p> <p>2.2. Системы проведения турниров и дополнительные показатели для определения мест</p> <p>2.3. Необходимость врачебного контроля на соревнованиях</p> <p>3. Исторический обзор шахмат</p> <p>3.1. Чемпионы Мира по шахматам</p> <ul style="list-style-type: none"> - В.Стейниц - 1-й чемпион Мира. Учение Стейница - Э.Ласкер - Х.Р.Капабланка - А.А.Алехин - М.Эйве - М.М.Ботвинник - В.В.Смыслов - М.Н. Таль - Т.В.Петросян - Б.В.Спасский - Р.Д. Фишер - А.Е.Карпов - Г.К.Каспаров <p>-Их вклад в развитие шахмат, примеры творчества</p> <p>3.2. Чемпионки Мира среди женщин - В.Ф.Менчик, Л.В.Руденко, Е.И.Быкова, О.Н.Рубцова, Н.Т.Гаприндашвили, М.Г.Чибурданидзе, Се Цзюнь, Ж. Полгар, Чжу Чэнь. Примеры их творчества</p> <p>4. Дебют</p> <p>4.1. Мобилизация сил в дебюте и выбор плана игры</p> <ul style="list-style-type: none"> - Взаимодействие пешек и фигур в дебюте. Гармоничное развитие - Примеры из практики ведущих мастеров

4.2. Борьба за инициативу

- быстрая мобилизация фигур
- развитие с темпом, «накат» - серия развивающих ходов с темпом, ходы уже развитой фигурой

- выигрыш материала и соответствие всего вышеперечисленного дебютным принципам и логике шахматной борьбы

- Примеры из практики ведущих мастеров

4.3. Принцип торможения развития

- Выключение фигуры из игры
- Выключение из игры нескольких фигур (изоляция части боевых сил)
- Нарушение взаимодействия фигур, разобщение флангов
- Современные гамбиты

- Примеры из практики ведущих мастеров

4.4. Современная дебютная классификация

- Формирование дебютного репертуара
- Выбор и изучение конкретных дебютных схем и вариантов для практического применения (на усмотрение тренера-преподавателя)

5. Миттельшпиль

5.1. Относительная сила фигур

- Хорошие и плохие слоны
- Разноцветные слоны в миттельшпиле
- Два слона в миттельшпиле. Как играть против 2-х слонов
- Слон сильнее коня
- Конь сильнее слопа. Форпост, «вечный» конь
- Открытые вертикали и горизонталы. Маршруты ладьи
- Компенсация за ферзя
- Ферзь против 2-х ладей
- Ферзь против ладьи и легкой фигуры (+ пешка)
- Ферзь против 3-х легких фигур
- Две фигуры за ладью в миттельшпиле
- Компенсация за ладью (качество)
- Компенсация за легкую фигуру (легкая фигура против пешек)
- Использование неудачной позиции фигуры (фигур) в миттельшпиле
- Плохо защищенный король

5.2. Выключение фигуры из игры

- Улучшение позиции фигур
- Принцип «худшей» фигуры (принцип Макогнова)

5.3. Пешечные структуры в центре

а) Изолированная пешка в центре

- Позиции с изолированной пешкой, возникающие из различных дебютных вариантов. Плюсы и минусы позиций с изолированной пешкой
- Планы игры стороны с изолированной пешкой - атака на королевском фланге; атака в центре, продвижение изолированной пешки с целью вскрытия линий и увеличения активности фигур; продвижение изолированной пешки с целью фиксации пешки на соседней вертикали с последующей атакой этой пешки; атака на ферзевом фланге; использование открытых линий

- Планы игры стороны, играющей против изолированной пешки - упрощение позиции, размены, переход в эндшпиль; использование сильной позиции фигуры на опорном пункте; переход к позициям с пешечной парой

б) Пешечная пара «c3+d4» («с6+d5»)

- Возникновение позиций с пешечной парой, плюсы и минусы этих позиций
- Планы стороны, имеющей пешечную пару - продвижение пешек с последующим захватом инициативы, атака по центру; атака на королевском фланге; переход к позициям с висячими пешками

- Планы стороны, играющей против пешечной пары - блокада пешечной пары с последующей атакой слабых пешек; прямая атака пешечной пары, разрушение пары в) Висячие пешки

- Позиции с висячими пешками, возникающие из различных дебютных вариантов; плюсы и минусы данных позиций
- Планы стороны, имеющей висячие пешки - продвижение висячих пешек: с целью атаки на королевском фланге; организации проходной пешки в центре; вскрытия линий и нарушения взаимодействия фигур противника; продвижение пешки с целью фиксации пешки «» с последующей ее атакой
- Планы стороны, борющейся против висячих пешек - фигурное давление на висячие пешки с целью вызвать продвижение одной из пешек с последующей атакой слабой пешки или блокадой; подрыв висячих пешек пешками «» и «» с последующей их блокадой (уничтожением) и организацией атаки на королевском фланге; упрощение позиции и переход в эндшпиль
- 5.4. Карлсбадская структура
 - Возникновение карлсбадской структуры из различных дебютных вариантов. Плюсы и минусы данных позиций. Общая характеристика планов сторон на примере ферзевого гамбита
 - Планы за белых - атака пешечного меньшинства; атака по центру (продвижение «2-с4»), создание пешечного превосходства в центре (план Ботвинника): атака на королевском фланге: при односторонних рокировках; при разносторонних рокировках. Атака на ферзевом фланге
 - Планы за черных - как бороться против атаки пешечного меньшинства, контратака на королевском фланге (фигурная, пешечная), контригра в центре, как бороться с планом Ботвинника; контригра при разносторонних рокировках
- 5.5. Пешечные цепи
 - Планы сторон
 - Атака базы пешечной цепи
 - Подрыв пешечной цепи
 - Блокада пешечной цепи
 - Жертва качества с целью блокады
 - Взаимные атаки на флангах
- 5.6. Пешечный перевес на ферзевом фланге
 - Как использовать пешечный перевес на фланге
 - Борьба с пешечным перевесом на фланге
- 5.7. Пешечный перевес в центре и на королевском фланге
 - Как использовать пешечный перевес. Планы активной стороны
 - Борьба с пешечным перевесом. Торможение. Блокада
- 5.8. Игра по комплексу слабых полей
 - Как создается комплекс слабых полей. Размен. Жертва качества
 - Использование комплекса слабых полей в атаке на короля
 - Использование комплекса слабых полей для позиционного зажима
- 5.9. Тактика в миттельшпиле. Тренировка техники расчета вариантов
- 6. Эндшпиль
 - 6.1. Общие принципы разыгрывания окончаний
 - Мышление схемами
 - Принцип - «Не спешить!»
 - Принцип 2-х слабостей
 - Размен
 - Динамический эндшпиль
 - Общие понятия и простейшие примеры из практики ведущих мастеров
 - 6.2. Пешечные окончания
 - а) Приемы в пешечных окончаниях
 - Оппозиция (ближняя, дальняя, диагональная, коневая), обход
 - Правило квадрата, блуждающий квадрат
 - Отталкивание плечом
 - Запасные темпы, цугцванг
 - Треугольник
 - Правило Бэра, правило цвета
 - Прорыв

- Пешечные слабости
 - Отдаленная проходная пешка
 - Защищенная проходная пешка
 - Патовые возможности
- б) Конкурсы решения этюдов (окончания партий мастеров) с целью повторения и закрепления навыков разыгрывания пешечных окончаний
- в) Применение приемов в многопешечных окончаниях
- Реализация материального преимущества
 - Реализация позиционного преимущества:
 - Лучшее пешечное расположение, наличие слабостей (пешечные островки)
 - Наличие (или возможность создания) отдаленной проходной
 - Наличие (или возможность создания) защищенной проходной
 - Возможность пешечного прорыва
 - Преимущество в пространстве. Расширение плацдарма
 - Преимущество во времени; запасные темпы
- г) Использование вышеперечисленных факторов при переходе в пешечный эндшпиль
- 6.3. Маршруты короля
- Поля соответствия (полевая оппозиция), расчет полей соответствия
 - «Финт» королем; зигзаг; уход от шаха (завлечение под шах)
 - Маятник
- 6.4. Конкурс решения пешечных этюдов для тренировки техники расчета вариантов. Разыгрывание
- 6.5. Коневые окончания (многопешечные окончания)
- Формула Ботвинника: «Коневой эндшпиль - это пешечный эндшпиль!»
 - Пешки на одном фланге
 - Пешки на разных флангах
 - Реализация материального преимущества
 - Реализация позиционного преимущества:
 - Наличие отдаленной или защищенной проходной пешек,
 - Преимущество в пространстве
 - Более активное положение короля и коня
 - Наличие слабостей
- 6.6. Слоновые окончания (многопешечные окончания)
- а) Слоны разноцветные
- Борьба против связанных проходных пешек
 - Борьба против разрозненных проходных пешек:
 - Стратегия сильнейшей стороны
 - Стратегия слабейшей стороны; две системы обороны:
 1. Король блокирует проходную пешку противника, слон защищает свои пешки
 2. Слон сдерживает проходную пешку, король держит зону
 - Некоторые примеры игрового эндшпиля из практики ведущих мастеров
- б) Слоны одноцветные (многопешечные окончания)
- Реализация материального преимущества
 - Реализация позиционного преимущества - плохой и хороший слоны; фиксация пешек; цугцванг; наличие слабостей; пространство
- 6.7. Борьба слона и коня (многопешечные окончания) а) Реализация материального преимущества:
- лишняя пешка со стороны слона
 - лишняя пешка со стороны коня б) Реализация позиционного преимущества:
 - слон сильнее копя
 - наличие (или возможность создания) проходных пешек
 - пешечные слабости; фиксация слабостей
 - открытые и закрытые позиции; активное расположение фигур, пространство; игра на 2-х флангах
 - цугцванг
 - конь сильнее слопа

- наличие (или возможность создания) проходных пешек
- фиксация пешек на полях цвета слона; крепость; блокада
- игра на одном фланге
- тактические возможности коня
- 6.8. Два слона в эндшпиле. Общая стратегия
- Преимущество 2-х слонов
- Борьба против 2-х слонов
- Примеры из практики ведущих мастеров
- 6.9. Ладья против легкой фигуры
- Ладья (с пешкой; пешками) против слона. Некоторые точные позиции
- Ладья (с пешкой) против коня. Некоторые точные позиции
- 6.10. Ладейные окончания
- Ладья против пешки
- Приемы в ладейных окончаниях (повторение) - «спуск на эскалаторе»; отрезание короля; промежуточный шах для выигрыша темпа; отталкивание плечом; обход; превращение пешки в коня; патовые возможности
- Ладья против пешек
- пешки связанные
- пешки разрозненные
- пешка на 7-й горизонтали
- пешка на 6-й горизонтали
- пешка на 5-й горизонтали
- пешка на 4-й горизонтали (фронтальная атака)
- Ладья и пешка против ладьи и 2-х пешек
- пешки связанные
- пешки разрозненные
- Ладейные окончания с пешками 3/3 на королевском фланге и отдаленной проходной пешкой «a»; «b»; «c» на ферзевом фланге
- Общие принципы разыгрывания подобных позиций
- Лалейные окончания с пешками на одном фланге
- три против двух
- четыре против трех
- Игровой эндшпиль. Примеры из практики ведущих мастеров: А.Рубинштейна, В.Смыслова и др.
- 6.11. Ферзевые окончания
- Ферзь и пешка (ладейная; коневая; слоновая; центральная) против ферзя
- король слабейшей стороны перед пешкой
- король слабейшей стороны в отдалении от пешки
- 7. Шахматная литература, шахматные программы
- 7.1. Основы работы с персональным компьютером
- Обучение работе шахматными программами «Энциклопедия миттельшпиля», игровыми программами типа «Fritz», Houdini
- 7.2. Шахматная литература
- Обзор шахматной литературы и компьютерных программ. Литература для самостоятельной работы
- 8. Психологическая подготовка
- 8.1. Анализ собственных партий с целью выявления своих слабостей, причин ошибок и пути их устранения
- 8.2. Анализ партий противника с целью выявления его слабостей в игровом и личностном плане
- 8.3. Составление психологического рисунка предстоящего поединка
- 9. Самостоятельная работа обучающихся
- Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.
- 10. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно

<p>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)/~ третьего года обучения 600 / В течение года</p>	<p>календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. В области теории физической культуры и спорта <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Физическая культура и спорт в стране 1.2. Спортивный режим и общефизическая подготовка 1.3. Обзор значимых прошедших текущих соревнований республиканского, российского и международного уровня 1.4. Предстоящие соревнования в текущем году 1.5. О необходимости физических нагрузок для достижения шахматных успехов 1.6. Врачебный контроль 1.7. Система подготовки к соревнованиям М.Ботвинника 2. Шахматный кодекс и правила <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Международная шахматная организация ФИДЕ. Ее роль в организации крупнейших шахматных соревнований: чемпионаты Мира, Европы, шахматные Олимпиады 2.2. Шахматный кодекс и его текущие изменения. Система ЭЛО 3. Исторический обзор <ol style="list-style-type: none"> 3.1. Новая система розыгрыша звания чемпиона Мира 3.2. Чемпионы Мира ФИДЕ: А.Карпов, А.Халифман, В.Ананд, Р.Пономарев, Р.Касымджанов, В.Топалов 3.3. Чемпионы Мира ПША: Г. Каспаров, В.Крамник 3.4. Официальные чемпионы Мира (с 2006 г.): В.Крамник, . В.Ананд, М.Карлсен и др. 3.5. Чемпионки мира: А.Стефанова, Сюй Юйхуа, А.К.Костенюк, Хоу Ифань, А..Ушенина и др. 3.6. Сильнейшие шахматисты первой половины 20 века: А.Нимцович, 3. Тарраш, К.Шлехтер, А. Рубинштейн, Р. Рети, .Боголюбов и др. 3.7. Развитие теории В.Стейница 3.8. Теория А.Нимцовича, гипермодернизм 3.9. Российская шахматная школа: А.Ильин-Женевский, П.Романовский, Г.Левен-фиш, Н.Григорьев, Н.Рюмин, В.Созин, В.Раузер, А.Сокольский, Л.Аронин и др. 4. Дебют <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Изучение конкретных дебютных вариантов и схем для практического применения (на усмотрение тренера-преподавателя) 4.2. Формирование и отработка дебютного репертуара за белых и за черных 4.3. Изучение типовых позиций и планов игры за белых и за черных 5. Миттельшпиль <ol style="list-style-type: none"> 5.1. Оценка позиции и выбор плана игры <ul style="list-style-type: none"> - Методики оценки позиции - Статические и динамические факторы позиции, влияющие на оценку и выбор плана игры, определение доминирующих факторов - Алгоритм выбора хода. Мышление схемами - Пешечные структуры и связанные с ними планы игры (общие понятия) - Стратегические приемы шахматной борьбы 5.2. Размен <ul style="list-style-type: none"> - Размен в дебюте, связанный с дальнейшим стратегическим планом, переход из дебюта в эндшпи. - Размен в миттельшпиле - с целью реализации преимущества - с целью защиты - нетождественный размен; психологический фактор - Размен в эндшпиле - с целью реализации преимущества - с целью защиты - Уклонение от размена - Неожиданный (нестандартный) размен (размен сильной фигуры на более
--	--

слабую)

5.3. Атака на короля

- Позиционные предпосылки атаки на короля:
- Положение короля в центре доски (задержка с рокировкой)
- Разрушенная позиция рокировки; открытые линии; плохо защищенный («брошенный») король; наличие слабостей:

выдвинутые пешки «h» или «g», структура «решето», отсутствие коня «f» («f3») или наличие продвинутой пешки на «e5» («e4») и т.д.

- Некоторые типовые приемы атаки
- Создание слабостей в позиции рокировки
- Условия успешной атаки:
- Превосходство в силах на атакующем участке. Наличие резервов
- Стабильное положение в центре, позволяющее вести:

1. Фигурную атаку

2. Пешечно-фигурную атаку («пешки от короля»)

- Гармоничное взаимодействие фигур

5.4. Защита

- Основные принципы защиты:
- Объективная оценка, что позиция хуже
- Защита должна быть плановой; активная защита; пассивная защита
- Умение разгадывать планы соперника и своевременное применение профилактических мер
- Принцип экономии (защищаясь, думать и о короле соперника!)
- Не создавать себе, без необходимости, лишних слабостей
- «Не паниковать!», верить в себя и в свою позицию и думать о контригре
- Приемы защиты:
- Размен фигур и переход в эндшпиль
- Борьба с наиболее опасной фигурой (фигурами)
- Защита наиболее слабых пунктов; блокирование вскрытия линий; «щит»
- Улучшение позиции плохо стоящей фигуры (фигур) эвакуация короля
- Создание максимальных трудностей
- Принятие жертвы пешки или фигуры (сознательная уступка инициативы) с последующим возвратом материала перехватом инициативы
- Отвлечение противника от проведения основного плана; резкое изменение характера борьбы; психологические факторы
- Игра без материала. Блеф

5.5. Контратака

- Контрудар в центре
- Вскрытие линии (линий) на другом фланге с последующим вторжением или разменом атакующего потенциала
- Использование сильной позиции собственных фигур

5.6. Профилактика

- Что такое профилактика. Цели и задачи профилактики
- Профилактика в дебютных построениях, миттельшпиле и эндшпиле
- Избыточная защита важных пунктов, полей вторжения

5.7. Борьба тяжелых фигур

- Позиция короля. Атака
- Владение открытой линией
- Проходная пешка
- Пешечные слабости участников, спортивной группы
- Сочетание угроз

5.8. Техника расчета вариантов

5.9. Типовые позиции миттельшпиля. Типовых позиций миттельшпиля достаточно много и примерный перечень приведен в следующем разделе.

Выбор изучаемых типовых позиций миттельшпиля определяет тренер-преподаватель. Здесь приводятся позиции, которые часто встречаются в шахматных партиях:

- Позиции с фиксированными пешками в центре d4-d5 (e4-e5)
- Борьба за опорные пункты
- Борьба за открытые линии
- Атака пешек
- Трансформация пешечной структуры
- «Французская» пешечная цепь (структура)
- Структура с продвинутой пешкой «e5»
- Структура старондийского начала
- Староиндийская пешечная цепь
- Пешечный «клин» в центре (пешки «4(c2)+d5+e4» против «c5+d6+e5»)
- Структура «пила»
- Пешки «d4+c4(c3)» против «сб» и «еб»
- Пешки «e4+d4» против «сб» и «еб»
- б. Эндшпиль
- 6.1. Этюдная композиция. Как решать этюды
- Доминанция
- Проходная пешки
- Патовые идеи
- Позиционная ничья
- Комбинационная игра
- Тренировка техники расчета вариантов
- 6.2. Пешечный эндшпиль
- Пешечный эндшпиль в практике ведущих гроссмейстеров
- Переход в пешечный эндшпиль. Оценка позиции. Этюдные идеи
- Пешечный эндшпиль в этюдах Григорьева, М.Зинара, Л. Куббеля и др.
- 6.3. Коневые окончания
- Игровой эндшпиль. Стратегия и тактика коневых окончаний в практике ведущих гроссмейстеров
- Конь и три пешки против коня и двух пешек на одном фланге.
- Наличие проходных пешек
- Конь и четыре пешки против коня и трех пешек на одном фланге
- Поля соответствия, «треугольник», цугцванг
- Использование пешечных слабостей
- Прорыв. Жертва фигуры
- Активные конь и конь. Совместные действия короля, коня и пешек
- Пространство. Ограничение подвижности коня
- Этюдные идеи в коневых окончаниях. Этюды В.Чеховера и др.
- 6.4. Слоновые окончания
- а) Слоны разноцветные
- Игровой эндшпиль. Стратегические идеи окончаний разноцветными слонами в практике ведущих гроссмейстеров
- Построение «крепости»
- Образование 2-х проходных пешек. Принцип одной диагонали
- «Привязывание»
- Фиксирование и использование слабостей
- Прорыв короля к проходным пешкам
- «Плохой» слон
- Этюдные идеи в окончаниях с разноцветными слонами б) Слоны одноцветные
- Игровой эндшпиль.
- Стратегические идеи окончаний
- одноцветными слонами в практике ведущих гроссмейстеров
- Фиксация пешек противника на полях цвета слона
- Проходная пешка
- Активный конь
- Прорыв. Жертва фигуры
- Цугцванг
- Этюдные идеи в окончаниях с одноцветными слонами

	<p>6.5. Два слона в эндшпиле</p> <ul style="list-style-type: none"> - Игровой эндшпиль. Использование преимущества 2-х слонов в партиях ведущих гроссмейстеров - Слоны сами решают дело - Размен одного из слонов - Успешная борьба против 2-х слонов - Этюдные идеи <p>6.6. Лишнее качество</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ладья против слона - Игровой эндшпиль. Многопешечные окончания в практике ведущих гроссмейстеров - Реализация лишнего качества - Успешная борьба против лишнего качества - Ладья против копя - Игровой эндшпиль. Многопешечные окончания в практике ведущих гроссмейстеров - Этюдные идеи <p>6.7. Две легкие фигуры против ладьи</p> <ul style="list-style-type: none"> - Две фигуры сильнее ладьи - Ладья сильнее 2-х легких фигур - Этюдные идеи <p>6.8. Ладейные окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретические окончания - Ладья и пять пешек против ладьи и четырех пешек на одном фланге - Ладья и пешки «a» и «h» против ладьи - Четырехладейные окончания - Реализация материального перевеса - Игра на мат - Ладья на 7-й (2-й) горизонтали - Реализация позиционного перевеса. Менять ли ладью? - Игровой эндшпиль. Стратегия ладейных окончаний в практике ведущих гроссмейстеров - Где держать ладью - Короткая и длинная сторона - Убежище ля короля. Зонтик - Обход - Активные и пассивные фигуры - Отрезанный король - Этюдные идеи <p>6.9. Тяжелофигурные окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Борьба ферзя и ладьи против ферзя и ладьи с пешками с обеих сторон. <p>Ферзевые окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Стратегические идеи в ферзевых окончаниях: - Матовые угрозы - Вечный шах - Обеспеченный король - Проходная пешка - Активный ферзь <p>7. Шахматная литература, шахматные программы</p> <p>7.1. Основы работы с персональным компьютером</p> <ul style="list-style-type: none"> - Шахматные программы «Миттельшпиль», «Chess Base», Houdini. - Работа с шахматными базами. - Как использовать компьютер при подготовке к шахматным партиям. <p>7.2. Обзор шахматной литературы и компьютерных программ. Литература для самостоятельной работы.</p> <p>8. Психологическая подготовка</p> <p>8.1. Значение психологической подготовки</p>
--	--

	<p>8.2. Анализ собственных партий и выявление характерных ошибок (самопознание)</p> <p>8.3. Причины ошибочных решений (зевки)</p> <p>8.4. Мышление шахматиста. Шахматный образ. Динамика мышления</p> <p>8.5. Цейтнот. Игра в цейтноте. Профилактика цейтнота</p> <p>9. Самостоятельная работа обучающихся Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.</p> <p>10. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p>
<p>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) / ~ четвёртого года обучения 960/ В течение года</p>	<p>1. В области теории физической культуры и спорта</p> <p>1.1. Физическая культура и спорт в стране</p> <p>1.2. Спортивный режим и общефизическая подготовка</p> <p>1.3. Обзор значимых прошедших текущих соревнований республиканского, российского и международного уровня. Предстоящие соревнования в текущем году</p> <p>1.4. О необходимости физических нагрузок для достижения шахматных успехов</p> <p>1.5. Организация рационального режима тренировочных нагрузок и восстановительных мероприятий</p> <p>1.6. Врачебный контроль</p> <p>1.7. План общефизической, специальной и психологической подготовки спортсмена</p> <p>2. Шахматный кодекс и правила</p> <p>2.1. Международная организация ФИДЕ</p> <p>2.2. Шахматный кодекс и его текущие изменения</p> <p>2.3. Система ЭЛО. Как рассчитывается рейтинг шахматиста и его текущие изменения</p> <p>2.4. Организация и судейство шахматных соревнований</p> <p>2.5. Ранг соревнований. Документация</p> <p>3. Исторический обзор шахмат</p> <p>3.1. Развитие шахмат в 50-80 гг. XX века</p> <p>3.2. Шахматные Олимпиады. Матч века: сборная СССР - сборная Мира</p> <p>3.3. Советская шахматная школа - ведущая школа в Мире: П.Керес, И. Болеславский, Е.Геллер, Л.Штейн, Л.Полугаевский, Д.Бронштейн и др.</p> <p>3.4. Сильнейшие представители зарубежной шахматной школы: С.Решевский, Б.Ларсен, С. Глигорич, В. Ульманн и др.</p> <p>4. Дебютная подготовка</p> <p>4.1. Изучение конкретных дебютных вариантов и схем для практического применения (на усмотрение тренера-преподавателя)</p> <p>4.2. Формирование и отработка дебютного репертуара за белых и за черных</p> <p>4.3. Изучение типовых позиций и планов игры за белых и за черных</p> <p>5. Миттельшпиль</p> <p>5.1. Стратегические приемы шахматной борьбы</p> <p>а) Открытая линия</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способы борьбы за открытые линии - Перекрытие открытой линии пешкой противника («щит») - Перекрытие лиции с целью нарушения взаимодействия фигур («перекрытие Митрофанова») - Использование открытых вертикалей и горизонталей для активизации ладьи <p>б) Диагонали</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вскрытие диагонали для слона. Удлинение диагонали - Большая диагональ и взаимодействие фигур - Перевод ферзя (или слона) с целью контроля над диагональю в) Ограничение

	<p>подвижности фигур</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ограничение слона. «Убитый» слон. Фиксация пешек - Ограничение коня г) Слабый пункт - Как создать слабый пункт в позиции противника. Захват слабого пункта - Комплекс слабых полей - Как создать комплекс слабых полей. Размен. Жертва качества - Использование слабости комплекса полей <p>д) Игра крайними (ладейными) пешкам</p> <ul style="list-style-type: none"> - Атака пешечной цепи - Закрытие фланга - Захват пространства и оттеснение фигур на невыгодные позиции - «Вбивание» клина в позицию рокировки. «Запасная» проходная <p>е) Игра королем</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перевод короля в безопасное место (на другой фланг): - с целью защиты - для подготовки атаки - Король идет в атаку <p>5.2. Взаимодействие фигур</p> <ul style="list-style-type: none"> - Закон взаимодействия - активность фигур, действующих согласованно, увеличивается - Фигуры защищают друг друга - Контроль над полями. Фаланга. Взаимодополняющее действие фигур. Борьба за пространство. Как располагать ладьи - Изоляция фигуры (фигур) и перенос борьбы на другой фланг - «Пустой» слон. «Лишняя» фигура <p>5.3. Блокада</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жертва пешки (и качества) с целью блокалы <p>5.4. Разрушение пешечной структуры</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрушение структуры типа «каменная стена» - Разрушение пешечной структуры со едвоенными пешками (вариант Россоломо в сицилианской защите, ленинградский вариант голландской защиты, варианты английского начала и т. п.) <p>5.5. Позиционная жертва а) Жертва пешки</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жертва пешки за инициативу - Жертва пешки для овладения открытой линией; диагональю - Жертва пешки с целью захвата важного стратегического пункта - Разбивание пешек (создание слабостей) - Жертва пешки для выигрыша времени в атаке - Жертва пешки с целью защиты (упрощение позиции и ликвидация атаки) <p>б) Жертва качества</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жертва качества с целью блокалы - Устранение сильной фигуры противника - Разрушение пешечной структуры - Жертва качества в борьбе за инициативу. Захват инициативы переход в атаку (контратаку) - Жертва качества с целью защиты короля; ликвидация нарастающей инициативы <p>в) Жертва фигуры</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жертва фигуры за образование подвижного центра - Жертва фигуры за образование проходных пешек на фланге или далеко продвинутой сильной проходной пешки - Жертва фигуры с целью дезорганизации сил противника и развития максимальной активности <p>г) Позиционная жертва ферзя</p> <p>5.6. Инициатива</p> <ul style="list-style-type: none"> - Борьба за инициативу («не уступать сопернику!»). Активность фигур. Фактор времени
--	---

	<p>5.7. Профилактика</p> <ul style="list-style-type: none"> - Профилактическое мышление - Профилактика при реализации преимущества. <p>Торможение высвобождающих ходов. Профилактика контригры</p> <ul style="list-style-type: none"> - Профилактика в защите (предупреждение развития инициативы противника) <p>5.8. Атака в сильном пункте. Прорыв</p> <p>5.9. Преимущество в пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Игра на зажим («удушение») <p>5.10. Реализация перевеса</p> <ul style="list-style-type: none"> - Техника расчета вариантов - Методики расчета вариантов - Счетные и несчетные позиции <p>5.11. Типовые позиции миттельшпиля. Типовых позиций миттельшпиля достаточно много и примерный перечень приведен в следующем разделе. Выбор изучаемых типовых позиций миттельшпиля определяет тренер-преподаватель. Здесь приводятся позиции, которые часто встречаются в шахматных партиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Позиции с фиксированными пешками в центре d4-d5 (e4-e5) - Борьба за опорные пункты - Борьба за открытые линии - Атака пешек - Трансформация пешечной структуры - «Французская» пешечная цепь (структура) - Структура с продвинутой пешкой «еб» - Структура старонидийского начала - Староиндийская пешечная цепь - Пешечный «клин» в центре (пешки «4(c2)+dS+e4» против «cS+d6+es») - Структура «пила» - Пешки «d4 -c4(c3)» против «сб» и «еб» - Пешки «e4 +-d4» против «б» и «еб» <p>6. Эндшпиль</p> <p>6.1. Пешечный эндшпиль</p> <ul style="list-style-type: none"> - Совершенствование техники разыгрывания пешечных окончаний на примере партий сильнейших шахматистов Мира (обращать внимание на известные приемы и исключения из правил) - Переход в пешечный эндшпиль - Решения пешечных этюдов - Тренировка техники расчета вариантов <p>6.2. Коневые окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Игровой эндшпиль - Совершенствование техники разыгрывания коневых окончаний - Решение этюдов <p>6.3. Слоновые окончания</p> <p>а) Слоны разноцветные</p> <p>Совершенствование техники разыгрывания эндшпиля разноцветными слонами</p> <ul style="list-style-type: none"> - Игровой эндшпиль с разноцветными слонами в практике ведущих гроссмейстеров. Использование известных стратегических приемов (обратить на это внимание) - Создание слабостей. Прорыв короля - Пространство. Расширение игрового пространства. Игра на цугцванг. Ничейные тенленции <p>б) Слоны одноцветные</p> <ul style="list-style-type: none"> - Игровой эндшпиль. Совершенствование техники разыгрывания эндшпиля с одноцветными слонами - Использование стратегических приемов. Создание слабостей. <p>Прорыв (жертва фигуры). Игра на цугцванг. Преимущество в пространстве.</p>
--	--

	<p>Пешечная структура (расположение пешек на полях цвета собственного слона) и стратегический план игры на эндшпиль</p> <p>6.4. Борьба слона и коня</p> <ul style="list-style-type: none"> - Переход в соответствующий эндшпиль. Использование преимущества одной фигуры над другой <p>6.5. Два слона</p> <ul style="list-style-type: none"> - Использование преимущества 2-х слонов как стратегический план <p>6.6. Ладейные окончания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретические окончания - Ладья и две пешки (пешки «f» и «h») против ладьи - Ладья и две пешки против ладьи и пешки - Пешки на одном фланге - Пешки на разных флангах - Пешки разрозненные, одна из них проходная - Игровой эндшпиль - Закономерности многопешечных окончаний (активность ладьи и активность короля, король на краю доски, отрезание короля) в практике сильнейших гроссмейстеров <p>6.7. Ферзевые окончания. Общие принципы разыгрывания</p> <ul style="list-style-type: none"> - Теоретические окончания - Ферзь и конь прогив ферзя - Ферзь и слон против ферзя - Ферзь против 2-х лалей - Многопешечные ферзевые окончания - Приемы в ферзевых окончаниях: - Лесенка - Движение короля на короля - Движение короля на ферзя - Вторжение короля в лагерь противника; неудачное положение короля - Стратегические приемы - Обеспеченное положение короля - Централизация ферзя – важный фактор в ферзевых окончаниях - Активизация короля <p>6.8. Сложный эндшпиль</p> <ul style="list-style-type: none"> - Стратегический тип позиций. Мышление схемами, планами - Позиции с изолированной пешкой - Принцип 2-х слабостей - Ладья и конь против ладьи - Ладья и слон против ладьи - Позиции конкретного типа (счетные позиции - острый эндшпиль) <p>6.9. Типовые пози эндшпиля (позиции, связанные с конкретным дебютом)</p> <p>7. Шахматная литература, шахматные программы</p> <p>7.1. Основы работы с персональным компьютером</p> <p>Шахматные программы SHREDDER, RYBKA, Аквариум, эндшпильные таблицы Налимова, Houdini</p> <ul style="list-style-type: none"> - Использование программ для анализа партий и позиций - Шахматные программы Chess Assistant и Chess Base - Шахматные базы и использование их для подготовки соревнованиям <p>7.2. Шахматная литература</p> <p>Обзор шахматной литературы и компьютерных программ. Литература для самостоятельной работы</p> <p>8. Психологическая подготовка</p> <p>8.1. Самоанализ</p> <p>8.2. Изучение психологического портрета противника</p> <p>8.3. Моделирование возможного развития шахматной партии глазами противника</p> <p>8.4. Рефлексивное управление</p>
--	---

	<p>8.5. Повышенное нервно-эмоциональное напряжение как следствие борьбы шахматистов (чувство дискомфорта, тревожность, повышенная возбудимость, снижение концентрации внимания, головные боли и т.п.)</p> <p>8.6. Основы аутотренинга</p> <p>9. Самостоятельная работа обучающихся Задания для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальные задания определяет тренер-преподаватель. Тренер-преподаватель подбирает и готовит задания и индивидуальные планы в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.</p> <p>10. Участие в спортивных соревнованиях обучающиеся принимают согласно календарному плану соревнований и официальным положениям об этих соревнованиях.</p>
--	---

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

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

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» 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.

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».

5.1. Требования к технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий

Учебно-тренировочные занятия, физкультурные и спортивные мероприятия разрешается проводить:

при условии наличия соответствующей квалификации тренерско-преподавательского состава, медицинского и иного персонала;

при наличии медицинского допуска у обучающихся к физкультурно-спортивным занятиям;

при соответствии спортивной экипировки санитарно-гигиеническим нормам, правилам соревнований и методике учебно-тренировочного процесса;

при соответствии мест проведения учебно-тренировочного процесса, соревнований, физкультурных и спортивных мероприятий санитарным нормам и условиям безопасности;

при условии готовности места проведения, инвентаря и оборудования к конкретному мероприятию;

при ознакомлении каждого обучающегося с правилами техники безопасности.

5.2. Требования техники безопасности в процессе реализации Программы

1. Общие требования безопасности.

1. К работе в кабинет шахмат допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности, ознакомленные с инструкцией по технике безопасности и правилами поведения.

2. Опасными факторами в кабинете шахмат являются:

- Физические;

- Опасное напряжение в электрической сети; технические средства;
- Химические (пыль);
- Психофизиологические (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статистические нагрузки и монотонность труда).

3. Работа обучающимся в кабинете шахмат разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.

4. Во время занятий посторонние лица могут находиться в кабинете только с разрешения тренера-преподавателя.

5. Во время перерывов между занятиями проводится обязательное проветривание помещения с обязательным выходом занимающихся из класса.

6. Каждый спортсмен в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

7. Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях.

Правильная поза:

- Длина сиденья должна соответствовать длине бедер спортсмена;
- Высота ножек стула должна равняться длине голени;
- Голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;
- Между краем стола и грудной клеткой сидящего спортсмена необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;
- Расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;
- Позвоночник опирается на спинку стула;
- Предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно;
- Надплечья находятся на одном уровне.

8. Обучающиеся не должны приносить посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.

9. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

10. Обучающиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказать первую доврачебную помощь.

11. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру.

12. Обучающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющемуся в кабинете оборудованию, закрытым книжным шкафам.

13. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции, привлекаются к ответственности.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Проверить правильность установки стола, стула.
2. Подготовить к работе рабочее место, убрав все лишнее со стола, а портфель или сумку в специально отведенное место.

3. Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру.

4. При работе в кабинете шахмат категорически запрещается:

- Находиться в классе в верхней одежде;
- Находиться в классе с напитками и едой.

3. Требования безопасности во время занятий.

1. Входить в класс по указанию тренера-преподавателя, соблюдая порядок и дисциплину.

2. Неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя.

3. Постоянно поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.

4. Занимающиеся должны соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперёд; предплечья должны опираться на поверхность стола.

5. Не включать самостоятельно компьютер.

6. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях:

- Физкультминутки, динамические паузы;
- Минутки релаксации;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Массаж активных точек;
- Речевая гимнастика.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий прекратить проведение занятий и сообщить тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.

2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4. При возникновении пожара в классе не впадать в панику, следовать инструкциям тренера-преподавателя. Немедленно эвакуировать занимающихся из кабинета через имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации спортивной школы и в пожарную часть.

5. Требования безопасности после окончания занятий.

1. Привести в порядок рабочее место.

2. Все взятые для работы книги положить на место.

3. При обнаружении неисправности мебели или оборудования сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4. Выходить из кабинета только с разрешения тренера-преподавателя, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

6. 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 пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие помещения для игры в шахматы
- наличие раздевалок;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 №1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238);
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП);
- обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП);
- 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.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 14

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
Общий перечень для всех этапов			
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
Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства			
11.	Доска шахматная с электронными фигурами	комплект	2
12.	Ноутбук со специальным программным обеспечением для вида спорта «шахматы»	штук	3
13.	Веб-камера	штук	2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

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

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 16

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

6.2 Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы

Таблица № 17

№	Формы аттестации	Оценочные материалы	Примечание
1.	Контрольные тесты	протокол	Форма, разработанная Организацией и включающая тесты из Рабочей программы тренера - преподавателя
2.	Медико-биологические исследования	Заключения	Выдается Заключение медицинским центром по всем видам исследования
3.	Собеседования	Протокол Комиссии	Проводится по итогам учебно-тренировочного года или полугодий
4.	Переводные нормативы	Протокол	Проводятся только для этапов начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) до трех лет, не имеющих спортивных разрядов
5.	Просмотровые сборы	Заключение тренера, Комиссии	Проводятся при отборе детей на этапы спортивной подготовки, а также одаренных и способных детей перешедших из других видов спорта или поздно ориентированных на занятия спортом

6.3. Кадровые условия реализации Программы

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «шахматы», а также на всех этапах спортивной подготовки 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 № 952 (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 №191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), 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 22.05.2022, 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).

Также условием для повышения уровня квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку является непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей МБУ ДО «СШ».

6.4. Информационно-методические условия реализации Программы

1. Авербах Ю.Л. Шахматы: методическое пособие. – М., Знание, 1990.
2. Алаторцев В.А. Вопросы методики тренировки шахматистов старших разрядов. – М.: ЦНИИФК, 1962.
3. Алексеев Н.Г., Злотник Б.А. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.
4. Ботвинник М.М. Методы подготовки шахматиста / В кн. Теория и практика шахматной игры: Учеб. пособ. / Под ред. Я.Б. Эстрина. – М.: Высш. школа, 1981.
5. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. – М: ФАИР, 1997.
6. Голенищев В.Е. Подготовка юных шахматистов: программа для II разряда. - М.: Сов. Россия, 1980.
7. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
8. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Методы шахматного обучения. – Харьков: ФОЛИО, 1997.
9. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
10. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
11. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. – М., 1989.
12. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М: Физкультура и спорт, 1975.
13. Малкин В.Б. Проблемы психологической подготовки шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 2001.
14. Малкин В.Б. Медико-биологические проблемы шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.