

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №3
ГОРОДА БЕЛОРЕЧЕНСКА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО СШ 3
от 26 мая 2023 г.
Протокол № 4



Сверждаю
И. директор МБУ ДО СШ 3
Е. А. Шипова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ПО ШАХМАТАМ
«ВОЛШЕБНЫЙ МИР ШАХМАТ»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (36 недель, 144 часа)
Возрастная категория: от 6 до 18 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 32446

Авторы-составители:

Павлюкова М.А. – заместитель директора по МР
Дашко А.А. – старший тренер-преподаватель

г. Белореченск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	5
1.3	Учебный план	6
1.4	Содержание программы	7
1.5	Планируемые результаты	9

РАЗДЕЛ 2.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1	Календарный учебный график	12
2.2	Условия реализации программы	12
2.3	Формы аттестации	13
2.4	Оценочные материалы	14
2.5	Методическое обеспечение	14

РАЗДЕЛ 3.

ВОСПИТАНИЕ

3.1.	Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей	16
3.2.	Формы и методы воспитания	19
3.3	Условия воспитания, анализ результатов	18
3.4.	Календарный план воспитательной работы	
3.5	Список литературы	20
Приложение 1.		
	Диагностическая карта результативности освоения тем	22
Приложение 2.		
	Вопросник к собеседованию «Мои интересы»	23
Приложение 3.		
	Входное диагностическое тестирование.	24
Приложение 4.		
	Диагностическая карта входного диагностического тестирования.	27
Приложение 5.		
	Вариант задания конкурса решения задач. Диагностическая карта определения уровня освоения тем программы.	28
Приложение 6. Диагностическая карта уровня результативности конкурсов решения задач.		
		30
Приложение 7.		
	Диагностическая карта уровня воспитанности учащихся	31
Приложение 8.		
	Диагностическая карта результатов участия в турнирах.	32
Приложение 9.		
	Тетрадь учёта решённых задач.	33
Приложение 10.		
	Таблицы оценки результатов испытаний по ОФП и СФП.	34

Раздел 1

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по шахматам «Волшебный мир шахмат» (далее - программа) разработана на основании нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
 - Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р.
 - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
 - Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
 - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4 3646-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
 - Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2016 г.
 - Учебно-методическое пособие И.А. Рыбалевой «Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности» 2019г.
- Шахматы - наглядная соревновательная форма двух личностей. Шахматы нам нужны как способ самовыражения творческой активности человека.

Программа реализуется на бюджетной основе.

Актуальность программы продиктована требованиями времени, вызвана потребностями детей и родителей и ориентирована на социальный заказ общества. Базироваться на анализе социальных проблем, на анализе педагогического опыта, детского или родительского спроса. Личная заинтересованность педагога в решении поставленной проблемы средствами своего направления деятельности рассматривается как личная заинтересованность в решении этой проблемы со стороны других участников образовательного процесса (детей, родителей, педагогов школ и т.д.).

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Помогает родителям в становлении конструктивной позиции воспитания и развития ребёнка с учетом его интересов и способностей.

Направленность программы определяется целями и задачами

программы, где сделан акцент, прежде всего, на воспитание качеств личности, необходимых для успешной интеграции ребенка в современное общество (лидерских качеств, воли, умения не пасовать перед жизненными трудностями и т.д.). Повышение психологической готовности ребенка к включению в образовательную деятельность, диагностика уровня его общих и специальных способностей, создание комфортных условий для последующего выявления предпочтений. Программа направлена на организацию досуга и развитие талантливых детей, на воспитание качеств личности, необходимых для успешной интеграции в современное общество. Программа направлена на содействие повышению педагогической культуры родителей.

Новизна. Программа носит выраженный деятельностный характер. Расширено создание условий для интенсивной социальной адаптации детей. Дополнена методика индивидуальной работы с каждым учащимся, базирующаяся на личностно-ориентированном подходе к ребенку. Также развитие у шахматистов воли к преодолению трудностей. Введение в программу ролевой игры (например, розыгрыш шахматной партии, роль фигур в которой исполняют сами участники, в условиях встречного похода двух коллективов) определенно помогает добиться сильнеешего педагогического эффекта.

Отличительные особенности программы. Создание возможностей активного практического погружения учащихся в сферу предметной деятельности на уровне первичного знакомства. Отличия заключаются в постановке образовательных задач в содержании занятий. Педагог владеет информацией, имеет широкий кругозор по имеющейся литературе по данному виду деятельности. Включен достаточно значительный блок теоретических знаний из области шахмат. Обучаясь по данной программе, учащиеся познакомятся с историей шахмат, биографией шахматистов, освоят основы шахматной игры. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения за деятельностью учащихся. Ознакомительная программа *связана* с базовой программой, как бы предваряя ее. Родители видят возможные перспективы.

Целесообразность. На занятиях предполагается проявление мыслительной активности, осознание и понимание учебного материала, ошибок и причин их возникновения. Все знания и навыки переносятся в практическую деятельность. В ходе обучения выделяются важные моменты, привлекается к ним внимание с целью осмысления связей событий на доске. На занятиях используется объяснение и закрепление примерами. В задачу обучения входит связывание разрозненных знаний, понятий в единую систему. Содержание программы обеспечивает последовательность накопления знаний, формирование умений и навыков. В процессе обучения выбираются и применяются те средства и методы, с помощью которых можно быстрее и эффективнее решить поставленные задачи. Данная программа доводит до сознания учащихся, что достижение успеха возможно только при настойчивости, трудолюбию, постоянной аналитической работе, а так же приобщить к творческому процессу, развивающему мыслительную

деятельность. У учащихся к концу обучения формируется общее представление и интерес к продолжению изучения выбранного вида деятельности по программам базового уровня. Ожидаемый переход на базовый уровень не менее 25% учащихся.

Адресат программы: Программа предназначена для мальчиков и девочек от 6 до 18 лет, желающих заниматься шахматами независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний. Минимальный состав группы 15 человек, максимальный 20 человек разного пола.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Программа реализуется на ознакомительном уровне.

Общее количество учебных часов за весь период обучения 144 часа.

Срок освоения программы - 36 недель.

После освоения программы учащиеся переводятся на краткосрочную общеразвивающую программу по ОФП.

Настоящая программа рассчитана на обучение в разновозрастных спортивно – оздоровительных группах.

Форма обучения - очная.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность одного академического часа - 45 минут.

Форма проведения занятий: Групповая форма с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Особенности организации образовательного процесса: теоретические занятия и учебно-тренировочные занятия. Программа интегрирована с ежегодным календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий, что позволяет учащимся в полной мере проявить полученные теоретические знания на практике, а также выявить недостатки в подготовке. Занятия многообразны по своей форме - помимо лекций, бесед, игровых занятий и выполнения упражнений по пройденной теме, это и сеансы одновременной игры с тренером-преподавателем, и конкурсы по решению задач, этюдов, турниры, игры различного типа на шахматную тематику, учащиеся готовят доклады по истории шахмат, проводятся анализы сыгранных на ответственных турнирах партий.

Образовательные технологии: игровые, личностно-ориентированное обучение, педагогическое сотрудничество, диалоговое обучение и др., направленные на формирование у учащихся мотивации к познанию

Состав учебной группы: постоянный.

1.2 Цель программы

Цель: Создать условия для формирования познавательного интереса у учащегося, готовности к включению в образовательную деятельность, развитию социально активной, творческой, успешной личности.

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить с понятиями и приемами шахматной игры, дать базовые знания;
- Познакомить с методами исследования, моделирования, эксперимента применимыми в шахматной игре;
- Обучить самостоятельно анализировать, решать комбинации.
- Помочь родителям в становлении конструктивной позиции воспитания и развития ребёнка

Развивающие:

- развивать способности у учащихся самостоятельно планировать и осуществлять свои действия, выбирать способ решения задач, развивать творческие способности;
- развивать навыки саморегуляции;
- развивать навыки у учащихся самостоятельного получения новых знаний, самоорганизации, самоуправления
- Развивать способность анализировать;
- развивать настойчивость, трудолюбие.
- сформировать устойчивую мотивацию.

Воспитательные:

- Формировать у учащихся ответственное отношение к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- Сформировать правильное поведение во время игры;
- Воспитывать уважение к партнеру, умение владеть собой;
- Воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи.

1.3 Учебный план

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов			Формы аттестации
		Кол-во час	Теория	Практика	
1	История шахмат	4	2	2	Опрос
2	Шахматная доска	1		1	Опрос
3	Шахматные фигуры	2	1	1	Зачет
4	Шахматные понятия	2	1	1	Опрос
5	Шахматная нотация	2	1	1	Анализ
6	Техника матования одного короля.	10	2	8	Показательные партии с тренером
7	Шахматные задачи на мат в 1и2 хода. Решение задач.	18	4	14	Тест

8	Дебют	16	4	12	Показательные партии с тренером
9	Элементарные окончания	12	2	10	Анализ
10	Миттельшпиль.	10	2	8	Показательные партии с тренером
11	Тактические удары и комбинации	17	4	13	Зачет
12	Повторение и закрепление пройденного материала	10		10	Зачёт
14	Турнирные и тренировочные партии. Анализ.	26	4	22	Анализ турнирной таблицы
16	Эндшпиль.	12	2	10	Анализ
17	Контрольные нормативы	2		2	Выполнение норм
	Итого часов	144	29	115	

1.4. Содержание программы

Модуль 1

Тема 1. Инструктаж по ТБ 4ч.

Теория. Краткая история шахмат. Легенда о возникновении шахмат. Индия – родина возникновения шахмат. Шахматы в середине века. Как шахматы попали на Русь. Чемпионы мира.

Тема 2. Шахматная доска 1ч.

Теория. Знакомство с шахматной доской.

Практика. Белые и черные поля. Чередование белых и черных полей на шахматной доске. Шахматная доска и шахматные поля квадратные. Расположение доски между партнерами. Горизонтальная линия. Количество полей в горизонтали. Количество горизонталей на доске. Вертикальная линия. Количество полей в вертикали.

Количество вертикалей на доске. Чередование белых и черных полей в горизонтали и вертикали. Диагональ. Отличие диагонали от горизонтали и вертикали. Количество полей в диагонали. Большая белая и большая черная диагональ. Центр. Форму центра. Количество полей в центре.

Тема 3. Шахматные фигуры 2ч.

Теория. Ход. Ладья. Место ладьи в начальном положении. Ход ладьи.

Взятие. Термин «стоять под боем». Слон. Место слона в начальном положении. Ход слона, взятие. Белопольные и чернопольные слоны. Разноцветные и одноцветные слоны.

Ферзь. Место ферзя в начальном положении. Ход ферзя, взятие. Ферзь —

тяжелая фигура.

Конь. Место коня в начальном положении. Ход коня, взятие. Конь — легкая фигура. Пешка. Место пешки в начальном положении. Ладейная, коневая, слоновая, ферзевая, королевская пешка. Ход пешки, взятие. Взятие на проходе. Превращение пешки.

Король. Место короля в начальном положении. Ход короля, взятие. Короля не бьют, но и под бой его ставить нельзя.

Практика. - Расстановка фигур перед шахматной партией. Правило: «Ферзь любит свой цвет». Связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальным положением фигур.

Тема 4. Шахматные понятия 2ч.

Теория. - Шах. Мах ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Защита от шаха.

Практика. - Мат. Цель игры. Пат. Отличие пат от мата. Варианты ничьей.

- Длинная и короткая рокировка. Правило рокировки. Когда нельзя делать рокировку

Тема 5. Шахматная нотация 2ч.

Теория,- Обозначение горизонталей, вертикалей, полей.

- Обозначение шахматных фигур.

Практика.- Запись начального положения.

- Краткая и полная шахматная нотация.

- Запись партии. Турнирный бланк.

Тема 6. Техника матования одинокого короля 10ч.

Теория. «Линейный мат». Взаимодействие тяжелых фигур.

Практика.- Мат ферзем и королем. План матования. Метод оттеснения короля в угол.

- Цугцванг.

- Мат ладьей и королем. Взаимодействие фигур при оттеснении короля.

- Мат. Двумя слонами. Взаимодействие фигур при оттеснении короля.

Тема 7. Шахматные задачи на мат в 1 и 2хода. Решение задач. 18ч.

Теория.- Ограничение короля противника.

Практика.- Фигуры, атакующей короля противника.

- Фигуры, защищающие короля противника.

- Находим направление атаки.

Тема 8. Дебют. 16ч.

Теория. Борьба за центр. Развитие фигур. Ошибки при развитии фигур.

Практика. Обеспечение безопасности короля. Значение темпов в шахматах.

Понятие об инициативе.

Тема 9. Элементарные окончания 12ч.

Теория.- Самые общие рекомендации о том, как играть в эндшпиле.

- Оппозиция.

- Правило квадрата.

- Отталкивание плечом.

Практика. Ключевое поле проходной пешки. Ферзь против ладьи (простые случаи). Ферзь против слона. Ферзь против коня. Удивительные случаи

ничейного поражения. Два коня против короля. Слон и пешка против короля. Конь и пешка против короля. «Бешеная» фигура.

Тема 10. Миттельшпиль. 10 ч.

Теория. Самые общие рекомендации о том, как играть в миттельшпиль

Практика. Тактические приемы. Связка в миттельшпиль. Двойной удар.

Тактические приемы. Открытое нападение. Открытый шах. Двойной шах.

Классическое наследие. «Бессмертная» партия. «Вечнозеленая» партия.

Тема 11. Тактические удары и комбинации 17ч.

Теория. Комбинации на сочетание идей. Расчет вариантов при проведении комбинации. Темы «рентгена», перекрытия.

Практика. Комбинации Пола Морфи. Комбинации Михаила Чигорина.

Тема 12. Повторение и закрепление пройденного материала 10ч.

Практика

Тема 13. Турнирные и тренировочные партии. Анализ. 26ч.

Практика

Тема 14. Эндшпиль. 12

Практика

Контрольные нормативы 2

1.5. Планируемые результаты

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: овладение теоретическими знаниями, выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, наличие у учащихся общекультурных, учебно-познавательных, коммуникативных компетенций.

1. Предметные результаты

Должны знать:

- шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, начальное положение, белые, черные, ход, стоять под боем, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья;

- названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король;

- правила хода и взятия каждой фигур;

- обозначение горизонталей, вертикалей, полей, шахматных фигур;

- ценность шахматных фигур, сравнительную силу фигур;

- принципы игры в дебюте;

- основные тактические приемы;

- что означают термины; дебют, миттельшпиль, эндшпиль, темп, оппозиция, ключевые поля;

Должны уметь:

- ориентироваться на шахматной доске;

- играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса;

- правильно помещать шахматную доску между партнерами;

- правильно расставлять фигуры перед игрой;
- различать горизонталь, вертикаль, диагональ;
- рокировать;
- объявлять шах;
- объявлять мат;
- ставить мат;
- решать элементарные задачи на мат в один ход;
- записывать шахматную партию;
- матовать одинакового короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей;
- проводить элементарные комбинации;
- грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте; находить несложные тактические удары и проводить комбинации;
- точно разыгрывать простейшие окончания.

2. Личностные результаты

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей,
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности.

3. Метапредметные результаты

Регулятивные

- освоение способов решения проблем творческого характера в жизненных ситуациях;
- формирование умений ставить цель – создание творческой работы, планировать достижение этой цели, создавать вспомогательные эскизы в процессе работы;
- соотнесение целей с возможностями;
- определение временных рамок;
- определение шагов решения задачи;
- видение итогового результата;
- планирование последовательности шагов алгоритма для достижения цели;
- поиск ошибок в плане действий и внесение в него изменений.

Познавательные

- умение задавать вопросы;
- умение получать помощь;
- умение пользоваться справочной, научно-популярной литературой, сайтами;
- умение читать диаграммы, составлять шахматные задачи синтез – составление целого из частей, в том числе самостоятельное достраивание с

восполнением недостающих компонентов;
- построение логической цепи рассуждений.

Коммуникативные

- умение обосновывать свою точку зрения (аргументировать, основываясь на предметном знании);
- способность принять другую точку зрения, отличную от своей;
- способность работать в команде;
- выслушивание собеседника и ведение диалога

Должны знать:

- технику безопасности
- историю развития шахмат в России
- влияние физических упражнений на строение и функции организма человека
- гигиену, закаливание, режим и питание спортсменов; правила соревнований.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

№	Тема занятия	Кол/	месяц								
			9	10	11	12	1	2	3	4	5
1	Инструктаж по ТБ	4	4								
	История шахмат										
2	Шахматная доска	1	1								
3	Шахматные фигуры	2	2								
4	Шахматные понятия	2	2								
5	Шахматная нотация	2	2								
6	Техника матования одинокого короля	10	2			2	4		2		
7	Шахматные задачи на мат в 1 и 2 хода. Решение задач.	18	3	2	4	2	2		2	1	2
9	Дебют	16		4		4		4		4	
10	Элементарные окончания	12		2	2	2	2	2		2	
11	Миттельшпиль.	10		4	2			2			2
14	Тактические удары и комбинации	17		3	2			2	4	4	2
15	Повторение и закрепление пройденного.	10				2	4		2		2
19	Турнирные и тренировочные партии. Анализ.	26			4	2	4	4	4	2	6
21	Эндшпиль.	12			2	2		2	2	2	2
23	Контрольные нормативы.	2		1						1	
Итого		144	16	16	16	16	16	16	16	16	16

Форма контроля: текущий, промежуточный, итоговый контроль.

Календарный учебный график является составной частью образовательной программы (Закон №273-ФЗ, гл.1, ст.2, п.9). Количество учебных недель: 36.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Занятия проводятся в спортивных помещениях, оборудованных в соответствии с санитарно-техническими требованиями для проведения групповых форм работы, всем необходимым:

- шахматные доски с набором шахматных фигур (из расчета 1 доска с фигурами на двоих учащихся)
- демонстрационная шахматная доска с набором магнитных фигур 1 штука

- шахматные часы (из расчета 1 комплект на двоих учащихся) шаблоны горизонтальных, вертикальных и диагональных линий шаблоны латинских букв (из картона или плотной бумаги) для изучения шахматной нотации.

Кадровое обеспечение. Для реализации ознакомительной программы в МБУ ДО СШ 3 имеются тренеры-преподаватели, обладающие профессиональными знаниями в предметной области, знающими специфику работы, имеющие практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности учащихся: Дашко А.А., Гулько Н.В., Иванов В.В., Петрашук В.И., Калаев А.В., Сердитых О.А., Литвинов А.В.

2.3 Формы аттестации

Оценка образовательных результатов учащихся по Программе носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений учащихся способствуют росту их самооценки и познавательных интересов. В соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Программа не предусматривает проведение итоговой аттестации. Но после завершения проводится промежуточная аттестация для установления соответствия результатов освоения Программы заявленным целям и планируемыми результатами обучения.

Промежуточная аттестация проводится в форме тестирования и наблюдения за выполнением контрольных упражнений. Форма фиксации результатов тестирования - протокол с результатами оценки. в виде отметок: зачет, или не зачет. При проверке уровня теоретических знаний зачет ставится при правильном ответе на 50% и более. При проверке умений выполнения контрольных упражнений тренер преподаватель оценивает правильность их выполнения.

Промежуточная аттестация проводится во время тренировочных занятий в рамках годового учебно-тематического плана дополнительных общеобразовательных программ согласно расписанию занятий и утвержденного графика.

Виды контроля:

- **текущий контроль** (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется тренером-преподавателем в форме наблюдения;

- **промежуточный контроль** проводится в форме турнира между учащимися; сдача контрольных нормативов по ОФП.

Оценивание результатов

По итогам тестирования каждому обучающемуся выставляется отметка: зачет, или не зачет. Итоговая оценка выводится как средний балл из суммы оценок.

Способы проверки результатов освоения программы:

Наблюдение, мониторинг физических и технических показателей промежуточные зачеты, контрольные измерения физических параметров, личные результаты обучающихся при сдаче нормативов.

Формы подведения итогов реализации программы

Сдача контрольных нормативов по ОФП, результаты соревнований, выполнение тестовых заданий.

Формы фиксации результатов

Ведение журнала учёта работы, отзывы родителей.

Критерии оценки результативности освоения программы

Программа считается реализованной при прохождении учащимися 144 часов.

Качественные критерии: постоянное посещение тренировок, участие в соревнованиях внутри школы, снижение утомляемости.

Количественные критерии: выполнение нормативов по физической, специальной и технической подготовке.

Результирующий итог реализации программы: наличие у учащегося к концу обучения общих представлений об игре в шахматы и появление интереса к данной игре. Появление потребности к продолжению изучения игры в шахматы по программам базового уровня. Переход на базовый уровень не менее 25% обучающихся.

2.4. Оценочные материалы

Диагностические карты и таблицы определяющие уровень результативности: Диагностическая карта результативности освоения тем (Приложение 1). Вопросник к собеседованию «Мои интересы» (Приложение 2). Входное диагностическое тестирование. (Приложение 3). Диагностическая карта входного диагностического тестирования (Приложение 4). Вариант задания конкурса решения задач (Приложение 5). Диагностическая карта определения уровня освоения тем программы (Приложение 5). Диагностическая карта уровня результативности конкурсов решения задач (Приложение 6). Диагностическая карта уровня воспитанности учащихся (Приложение 7). Диагностическая карта результатов участия в турнирах (Приложение 8). Тетрадь учёта решённых задач (Приложение 9). Таблицы (протокол) оценки результатов испытаний по ОФП (Приложение 10).

2.5. Методическое обеспечение

Методы обучения.

При проведении занятий используется: учебная и научная литература, таблицы по шахматам, схемы, плакаты, настольные игры, карточки, дидактический и контрольно-диагностический материал.

Эти **методы обучения** шахматной игре придуманы уже давно, удачно опробованы и представлены в таблице.

1. Ребенок нерешителен, подолгу думает над ходом, боясь допустить ошибку и, как следствие, попадает в цейтнот. Воспитанник играет тренировочные партии, в которых тренер обращает внимание не на результат, а на время, затраченное на обдумывание хода.

2. Юный шахматист играет слишком осторожно и пассивно.

Учащемуся дается возможность сыграть в турнире с более слабыми

соперниками (при этом результаты турнира не будут иметь для ребенка отрицательных последствий даже при большом числе поражений).

Обучающийся допускает грубые ошибки от переутомления в конце игры.

Вместе с воспитанником вырабатывается соответствующий его возможностям ритм игры. Обозначается возможное время для отдыха во время партии (например, когда над ходом думает противник).

По внешним признакам деятельности педагога и учащихся:

Словесный – беседа, лекция, обсуждение, рассказ, анализ.

Наглядный – показ педагогом вариантов ходов шахматных фигур на демонстрационной доске, просмотр презентации.

Практический – турниры, блиц – турниры, решение комбинаций и шахматных задач, тренинги, анализ решения задач, консультационные партии, сеанс одновременной игры.

По степени активности познавательной деятельности учащихся:

Объяснительно-иллюстративные - учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности, это учебно-тренировочные партии, а также участие учащихся в шахматных турнирах, соревнованиях.

Исследовательский – овладение учащимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы это - самостоятельный анализ шахматных партий гроссмейстеров, мастеров, учебных партий.

По логичности подхода:

Аналитический – анализ партий и учебных позиций, анализ итогов турниров и конкурсов решения задач.

По критерию степени самостоятельности и творчества в деятельности обучаемых:

Частично-поисковый – учащиеся участвуют в коллективном поиске, в процессе решения шахматных задач, разборе учебных партий.

Занятие состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной (анализ сыгранных партий).

Справочники.

- Энциклопедия шахматных дебютов.

Том I - Белград, 1974 – 348с.

Том II - Белград, 1975 – 398с.

Том III - Белград, 1976 – 402с.

Том IV - Белград, 1978 – 464с.

Малая дебютная энциклопедия – Я.Б. Эстрин, М. Калинченко – М.: Фис. 1985-672с.

-Шахматные дебюты. Полный курс - М.: Фаир-Пресс, 2006-707с.

Учебные пособия. 2000 шахматных задач 1-2 разряд.

В. Костров, Б. Белявский – Шахматный решебник.

Часть I. Связка. Двойной удар.- СПб 2004г.- 91с.

Часть II. Отвлечение. Завлечение.- СПб 2004г.- 91с.

Часть III. Шахматные комбинации.- СПб 2004г.- 91с.

Часть IV. Шахматные окончания.- СПб 2004г.- 91с.

В.Костров, П. Рожков – Шахматный решебник. Книга В.- СПб, 2004-96с.

В.Костров, Б. Белявский – Как играть шахматные окончания.

Тест партии: 1 год – СПб, 2003-95с.

2 год – СПб, 2003 -95с.

Тест партии. В какую силу я играю?

Часть 2. Полуоткрытые дебюты - СПб – 2000-95с.

Часть 3. Закрытые дебюты - СПб – 2000-95с.

Методические рекомендации:

«Методические рекомендации по проведению учебных занятий 1, 2, 3 годов обучения».

Наглядные средства обучения:

Демонстрационная доска, фигуры.

Презентация «Шахматы в картинках».

Портреты шахматистов.

Компьютерные обучающие программы:

- «Шахматы в сказках»;
- «Динозавры учат шахматам»;
- «Шахматная школа для начинающих»;
- «Шахматная школа для шахматистов IV – II разрядов»;
- «Шахматная тактика»;
- «Шахматные дебюты»;
- «Шахматная стратегия»;
- «Шахматные комбинации»;
- «Shredder Classic 3»;
- «Практикум по эндшпилю»;
- «Шахматные задачи»;
- «Энциклопедия дебютных ошибок»

Сценарии праздников.

- «Шахматы в сказках»

Материалы из опыта работы.

Альбом - достижения учащихся объединения «Шахматы» /фотоматериалы, грамоты, дипломы, результаты соревнований/

Учебно-методический комплект контроля.

РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАНИЕ

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация учащихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и

подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение учащимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, информирование учащихся, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения учащихся к занятиям спортом, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;
- приобретение учащимися опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, организация активностей учащихся, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания учащихся, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации при освоении содержания программы. Целевые ориентиры воспитания учащихся по программе:
- освоение учащимися понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, спорта, ЗОЖ, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважение к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- популяризация и усиление физкультурно – спортивной работы в муниципальном образовании Белореченский район.

3.2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования учащихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий. Основной формой воспитания и обучения учащихся в системе дополнительного образования является учебное занятие.

В воспитательной деятельности с учащимися по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (тренера-преподавателя и других взрослых, учащихся); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения учащихся, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей, метод

стимулирования и поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки учащихся в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением учащихся, их общением, отношениями друг с другом, в коллективе, их отношением к тренерам-преподавателям, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного учащегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив учащихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

3.4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Просмотр и обсуждение тематических видеофильмов:	Сентябрь	Просмотр и обсуждение тематических	Фото и видеоматериалы с участием учащихся

	- «Экстремизм и терроризм»; - «Антитеррор»		видеофильмов	
2	Изучение правил дорожного движения с учащимися	Октябрь	Беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
3	Изучение истории российского и мирового спорта спортивных достижений	Октябрь	Беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
4	Соревнования, посвященные дню народного единства	2 ноября	Соревнования МО Белореченский район	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
5	Профилактическая акция день борьбы со СПИДом	1 декабря	Профилактическая беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
6	Соревнования, посвященные дню защитника Отечества	22 февраля	Соревнования МО Белореченский район	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
7	Профилактическая Акция «День борьбы с наркоманией»	26 апреля	Профилактическая беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
8	Соревнования, посвященные Дню Победы	6 мая	Соревнования МО Белореченский район	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
9	Профилактическая акция - всемирный день «Без табака»; - ЗОЖ	31 мая	Профилактическая беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
10	Акция «День защиты детей»	1 июня	Соревнования МО Белореченский район	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
	Соревнования, посвященные Дню России	12 июня	Соревнования МО Белореченский район	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
11	День государственного флага	22 августа	Просмотр видеоматериалов	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
12	День открытых дверей	31 августа	Экскурсия	Фото и видеоматериалы с участием учащихся

13	Тематические часы и беседы по правилам поведения в ЧС	Ежемесячно	Беседы	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
14	Изучение инструкций по охране труда: - в спортивном зале; - при проведении экскурсий; - при проведении культурно-массовых мероприятий и т.д.	В течение года	Беседа	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
15	Пропаганда ЗОЖ	Раз в полугодие	Профилактическая беседа, просмотр видеоматериалов	Фото и видеоматериалы с участием учащихся
16	Тематические беседы с учащимися: - «Ценность человеческой жизни»; - «Как прекрасен мир!»	В течение года	Профилактическая беседа, просмотр видеоматериалов	Фото и видеоматериалы с участием учащихся

3.5.Список литературы

а) *Нормативно-правовые акты*

1. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
2. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р.
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р.
4. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы" //Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. № 1493.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4 3646-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
7. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2016 г.
8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных

общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г. (автор-составитель Рыбалёва И. А. к. п. н. доцент, руководитель РМЦ дополнительного образования детей Краснодарского края.

б) Литература, использованная педагогом при составлении программы

- 1.Князева В. «Уроки шахмат» 1992г.
- 2.Калиниченко Н. «Практикум по шахматной тактике. Завлечение»2020г.
- 3.Авербах Ю., Бейлин М. «Путешествие в Шахматное королевство» 2018г.
4. Пожарский В. «Учебник шахмат в партиях чемпионов» 2016г.
- 5.Вайнштейн Б. «Комбинации и ловушки в дебюте»1995г.
- 6.«Бобби Фишер учит играть в шахматы»1991г.
- 7.Немцович А. «Моя система» 1994г.
- 8.Лобач П., Паголина Е. «Шахматы и психология» 2011г.
- 9.Гончаров В. «Некоторые актуальные вопросы обучения шахматной игре»1984г.
- 10.Сухин И. «Шахматы, первый год, или Учусь и учу» 1999г.
- 11.Тукмаков В. «Шахматные звезды и созвездия»2018г.
- 12.Золотник Б., Кузьмина С. «Курс-минимум по шахматам» 1990г.
- 13.Костьев А. «Учителю о шахматах»1986г.
- 14.Ласкер Э. «Учебник шахматной игры» 1980г.

в) Литература, рекомендованная для детей

- 1.Иващенко С. «Сборник шахматных комбинаций» 1996г.
- 2.Лисицин Г. «Заключительная часть шахматной партии» 1956г.
- 3.Горенштейн Р. «Подарок юному шахматисту»1994г.
- 4.Сухин И. «1000 самых знаменитых шахматных комбинаций» 2001г.
- 5.Ройзман А. «Шахматные миниатюры» 1979г.
- 6.Нежметдинов Р. «Шахматы» 1985г.
- 7.Мучник Х. «Первые шахматные уроки» 1980г.
- 8.Калиниченко Н. «Учимся побеждать чемпионов»2017г.
9. «100 уроков шахматных маэстро»2007г.
- 10.Калиниченко Н. Большой учебник шахматной игры» 2014г.
- 11.Гершунский Б., Костьев А. «Шахматы - школе» 1991г.
- 12.Яковлев Н. «Шахматный задачник» 1994г.
- 13.Солтис Э. «365 способов быстро выигрывать в шахматы» 2019г.
- 14.Котов А. «Тайны мышления шахматиста»2018г.
- 15.Бондаревский И. «Учитесь играть в шахматы» 1966г.

г) Ресурсы Интернет, информационно-справочные поисковые системы

- 1.<https://lichess.org/?any/> Бесплатные шахматы;
- 2.<https://chesspro.ru/> Шахматы;
- 3.<https://howtolearn.ru/online-kursy/chess.html> Лучшие онлайн - уроки и курсы шахмат для детей
- 4.<http://www.chessportal.ru/>Шахматная школа международного гроссмейстера Александра Евдокимова и др.

Диагностическая карта результативности освоения тем

№	Ф.И.О.	Контрольные задания												Уровень теоретической подготовки	Уровень практической подготовки	Сред. арифметический балл	Уровень освоения программы	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12					Кол-во баллов

Примечание. 1. Соответствие контрольных заданий изучаемым разделам: задания 1-4 – раздел «Основы шахматной игры»; задания 5-8 – раздел «Элементы шахматной партии»; задания 9-12 – раздел «Основы шахматной тактики». 2. Уровень теоретической подготовки определяется по трех бальной шкале: 1 балл (низкий уровень) – решение 0-5 заданий, 2 балла (высокий уровень) – решение 6-9 заданий, 3 балла – решение 10-12 заданий; 3. Уровень практической подготовки определяется по трех бальной шкале по результатам учебно-тренировочного турнира, участию учащихся в соревнованиях и выполнению спортивных разрядов: 1 балл – низкий уровень, 2 балла – средний уровень, 3 балла – высокий уровень. 4. Уровень освоения программы оценивается по среднеарифметическому баллу показателей теоретической и практической подготовки учащегося: 1 балл – низкий уровень, 1.5-2.5 балла – средний уровень, 3 балла – высокий уровень.

Вопросник к собеседованию «Мои интересы»

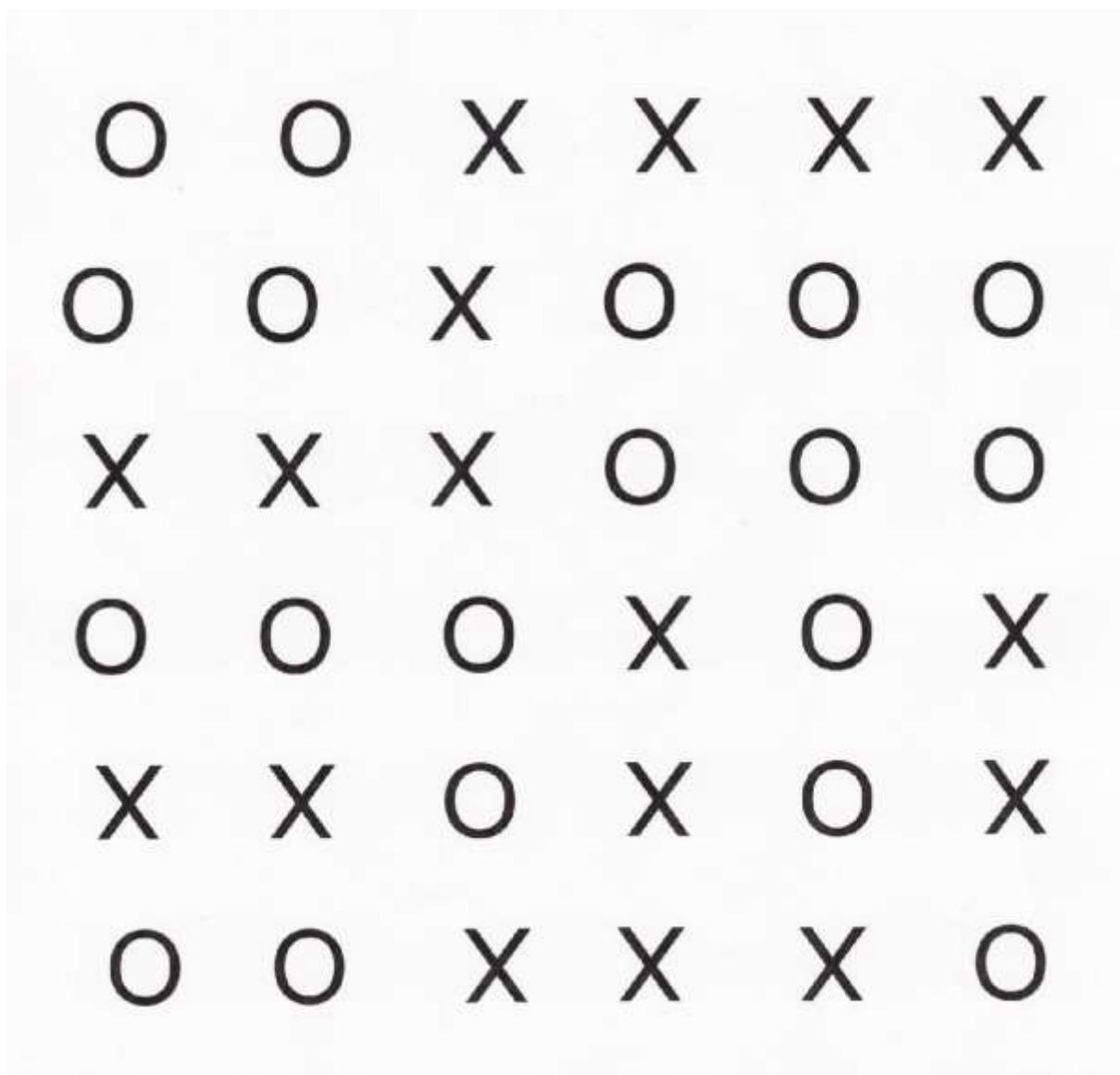
- Как тебя зовут?
- Сколько тебе лет?
- Чтобы ты хотел рассказать о себе?
- Как ты любишь проводить своё свободное время?
- Почему ты хочешь заниматься игрой в шахматы?
- Что ты знаешь об этой игре?
- Занимался ли ты ранее шахматами и где проходили эти занятия?
- Знаком ли ты с именами и деятельностью выдающихся шахматистов?
- Занимается ли кто-нибудь из твоих родных, друзей или знакомых игрой в шахматы?
- Как ты думаешь, чем в дальнейшем тебе может помочь это увлечение?
- Как ты думаешь, сможет ли твоё увлечение, когда-нибудь, перерасти в будущую профессию мастера спорта, тренера по шахматам?

Входное диагностическое тестирование

Тест 1 «Беглый счёт»

Для проведения тестирования нам необходим рисунок, состоящий из чередующихся кружков и крестиков (всего 19 кружков и 17 крестиков), которые предлагается считать вслух, без остановки (палец для счёта не использовать!), по горизонтали число кружков и крестов в отдельности.

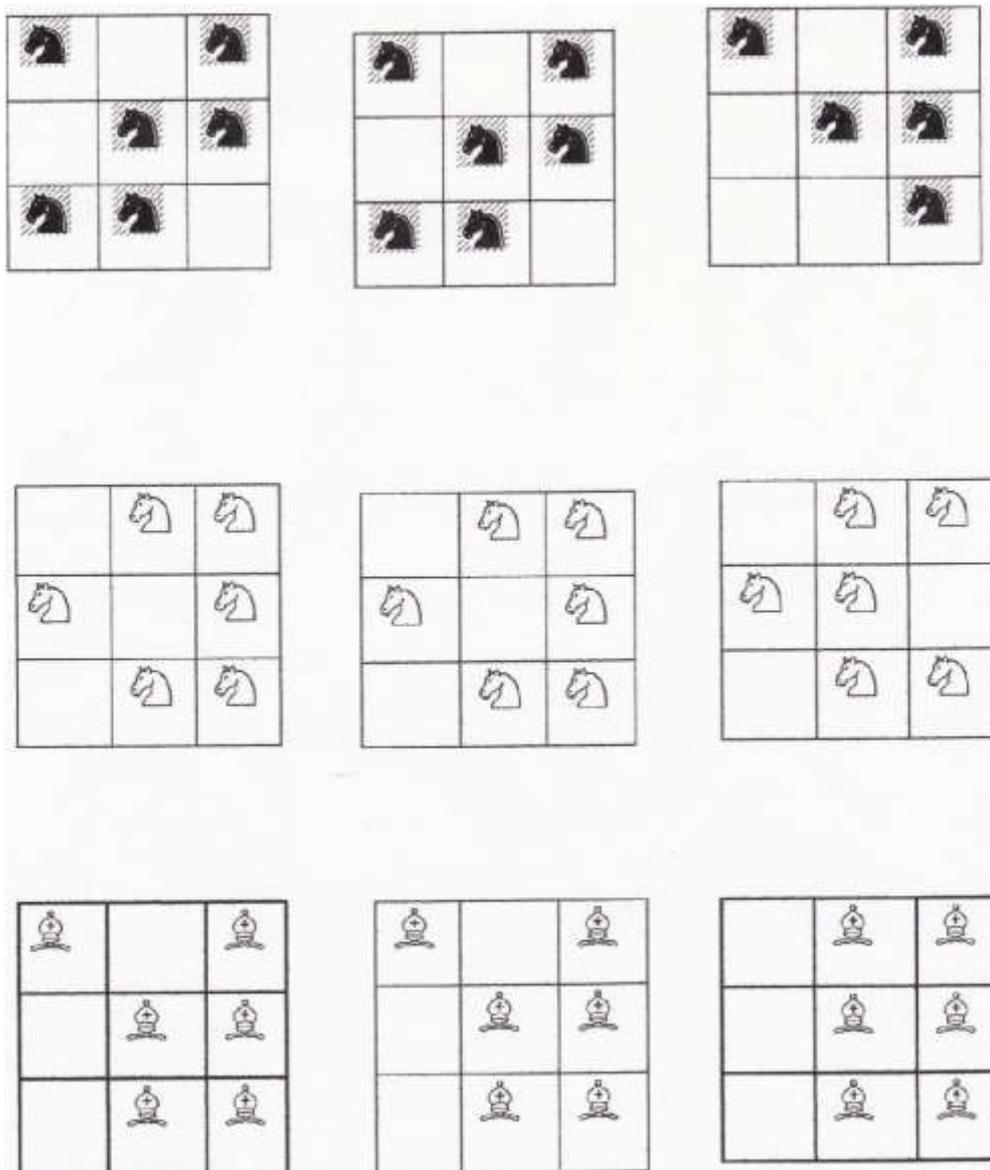
Способ проверки результата тестирования: для проверки тестирования необходимо засекают время, которое требуется испытуемому на подсчет чередующихся фигур, а также учитывать все паузы при счёте и те моменты, когда испытуемый начинает сбиваться со счёта. После чего необходимо сопоставить количество пауз, ошибок и порядкового номера фигур, в том случае, если испытуемый сбился со счёта, далее следует вывод педагога об уровне распределения внимания у ребёнка.



Тест 2 «Занимательный квадрат»

Инструкция: «В трех квадратах нарисованы шахматные фигуры – черные кони. В двух квадратах они располагаются совершенно одинаково, а в оставшемся квадрате один конь помещен не так, как в остальных двух. Необходимо найти этот квадрат, и поставить сверху галочку. Это и есть ответом на предложенное задание. Если задача решена с конями, то точно так же ребёнку необходимо решить задание с белыми конями и слонами.

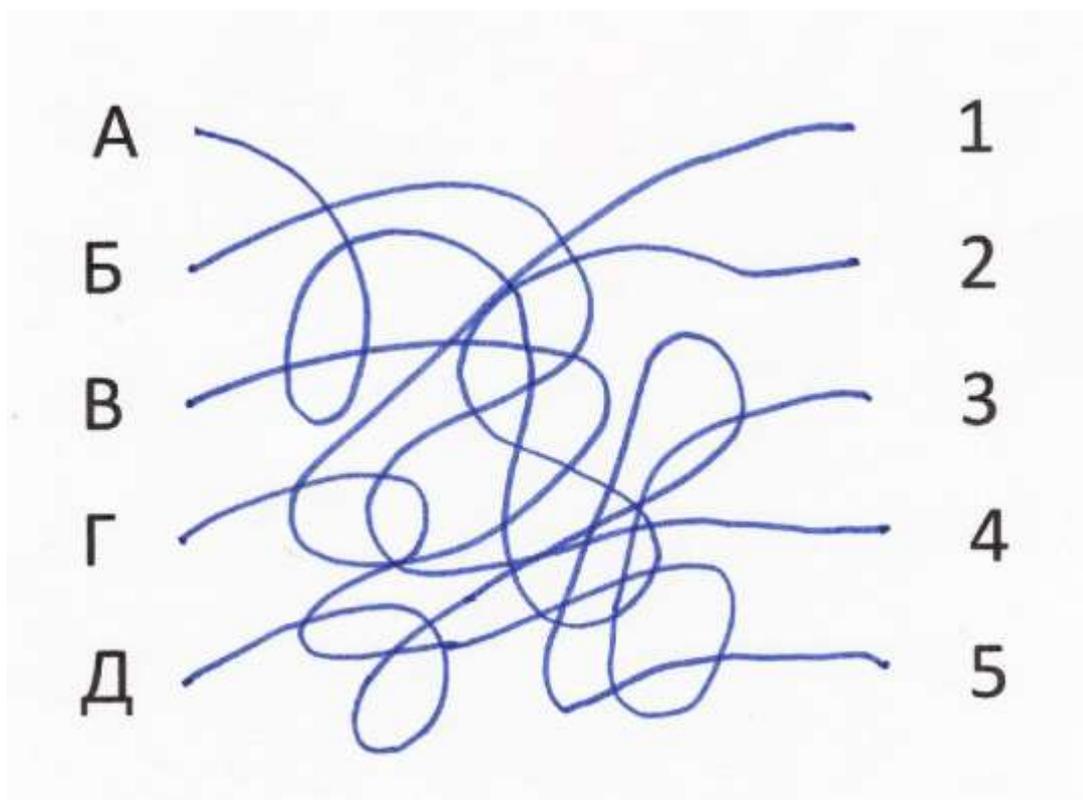
Способ проверки результата тестирования: Если ребенок безошибочно выполнил все три задания, то это является показателем соответствия его возрастной норме развития. Если ребёнок выполнил правильно только одно или два задания, то у ребенка есть проблемы в сфере внимания. Что выявляет импульсивных детей или очень эмоциональных. Тот ребёнок, который не справился ни с одним заданием, скорее всего, имеет низкий уровень развития умения сравнивать различные предметы. При таком результате занятия шахматами рекомендуются для развития аналитического мышления, но со сниженной нагрузкой, условиях.



Тест 3 «Перепутанные линии»

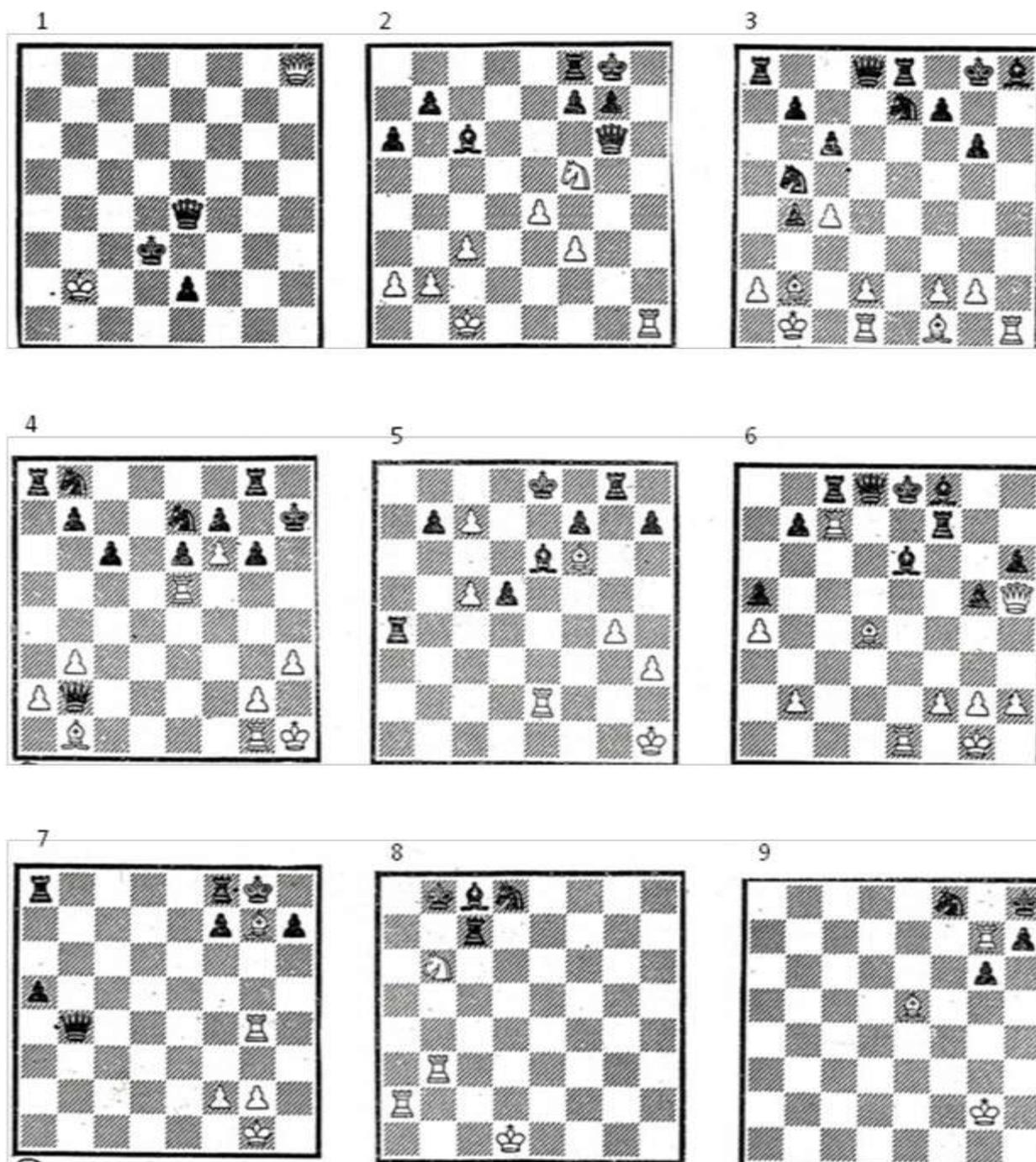
Задание к тесту: необходимо проследить линию слева направо, чтобы определить, где она кончается. Начинать нужно с линии А. Вы должны записать тот номер, которым эта линия заканчивается. Выполняя задание, нужно проследить линию взглядом, карандаш или палец при этом не пользоваться.

Педагогу необходимо засекают время, которое требуется ребёнку для того, чтобы проследить каждую линию на всём задании в целом. Выполнить задание необходимо не более чем за 5 минут.



Вариант заданий конкурса решения задач.

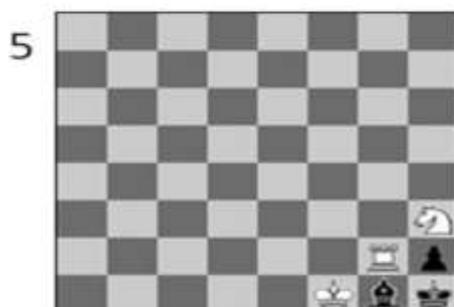
Тема: Мат в один ход. Задачи низкого уровня сложности



Во всех заданиях ход белых.

Вариант заданий конкурса решения задач.

Тема: Мат в два хода. Задачи среднего уровня сложности.



Во всех задачах ход белых

Диагностическая карта уровня воспитанности учащихся

Наименование объединения _____

Педагог _____

Вид диагностики _____

Год обучения _____ Группа № _____

№	Ф И учащихся	Отношение к старшим		Отношение к сверстникам		самооценка				Средний показатель
		Вежливость в общении	Доброжелательное отношение к старшим	Активное участие в совместной деятельности	Чувство эмпатии	Умение аргументировать	Самокритичность	Уверенность в себе	Лидерские качества	
Итого:	высокий									
	средний									
	низкий									

Диагностическая карта результатов участия в турнирах

Турнир № _____ Начат: _____ г. Окончен: _____ г.

участники	разряд	№ п/ п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	очки	место
			0	1	2	3	4	5											
		1	■																
		2		■															
		3			■														
		4				■													
		5					■												
		6						■											
		7							■										
		8								■									
		9									■								
		10										■							
		11											■						
		12												■					
		13													■				
		14														■			
		15															■		

Тетрадь учета решенных задач.

Шахматная партия

№

Игрена в «.....» туре «.....» 20 г.

Белые

Чёрные

№	Белые	Чёрные	№	Белые	Чёрные
1			33		
2			34		
3			35		
4			36		
5			37		
6			38		
7			39		
8			40		
9			41		
10			42		
11			43		
12			44		
13			45		
14			46		
15			47		
16			48		
17			49		
18			50		
19			51		
20			52		
21			53		
22			54		
23			55		
24			56		
25			57		
26			58		
27			59		
28			60		
29				Белые	Чёрные
30			Результат		
31			Время		
32			Подписи		

Шахматная партия

№

Игрена в «.....» туре «.....» 20 г.

Белые

Чёрные

№	Белые	Чёрные	№	Белые	Чёрные
1			33		
2			34		
3			35		
4			36		
5			37		
6			38		
7			39		
8			40		
9			41		
10			42		
11			43		
12			44		
13			45		
14			46		
15			47		
16			48		
17			49		
18			50		
19			51		
20			52		
21			53		
22			54		
23			55		
24			56		
25			57		
26			58		
27			59		
28			60		
29				Белые	Чёрные
30			Результат		
31			Время		
32			Подписи		

Таблица оценки результатов испытаний по ОФП.

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

ПРОТОКОЛ

контрольных нормативов по ОФП, программа общеразвивающая

дата: _____ г

место проведения

тренер-преподаватель: отделение шахмат

группа СО

№ п/п	Ф.И.О	Дата рождения	Спорт/разряд	Бег 30 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Прыжок в длину с места
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							

Заключение о результатах сдачи нормативов:

Приемная комиссия в составе:

Тренер-преподаватель: