

Управление образования администрации муниципального образования
Выселковский район
муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования спортивная школа станицы Выселки
муниципального образования Выселковский район

Принято
на педагогическом совете
от 27.02.2023 г. № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО СШ ст. Выселки
_____ Н.Н. Дробышева

Дополнительная общеобразовательная программа

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

*Разработана с учетом примерной дополнительной образовательной программы
спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»,
утверждённой Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20.12.2022
г.№1276
в соответствии требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду
спорта «шахматы»,
утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от
09 ноября 2022 года № 952*

Этап спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)
Этап начальной подготовки	3 года
Учебно - тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4 года

Срок реализации программы- 4 года на период действия ФССП

Заместитель директора по УВР

А.В. Марухно

Тренер-преподаватель
МАУ ДО СШ ст. Выселки

С.А. Пляшник

ст. Выселки,
2023 год

ОГЛАВЛЕНИЕ		Стр.
I.	Пояснительная записка. Общие положения	3-4
II.	Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	5-19
	2.1. Сроки, объемы, виды (формы) обучения	5-6
	2.2 Объем Программы	6-10
	2.2.1. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы	7-9
	2.2.2. Объем соревновательной деятельности	9-10
	2.3. Годовой учебно-тренировочный план	10-11
	2.4. Календарный план воспитательной работы	12-13
	2.5. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	13-16
	2.6. Планы инструкторской и судейской практики	16-17
	2.7. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	17-19
III.	Система контроля	20-36
	3.1. Требования к результатам прохождения Программы	20
	3.2 Требования к участию в спортивных соревнованиях	20-21
	3.3 Оценка результатов освоения Программы	21-27
	3.4 Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки	28-36
IV.	Рабочая программа по виду спорта «шахматы»	36-52
	4.1. Программный материал для практических занятий	37-48
	4.2 Учебно-тематический план теоретической подготовки	48-52
V.	Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам	52
VI.	Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»	53-56
	6.1. Материально-технические условия реализации Программы	53-54
	6.2 Иные условия реализации Программы	55
	6.3 Кадровые условия.	55-56
VII.	Перечень информационного обеспечения	57-59
	Приложения	60-71

I. Пояснительная записка

Настоящая программа разработана:

- на основе ФЗ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- в соответствии с Федеральным законом от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- на основании Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- на основании приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- на основании приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";
- в соответствии с приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- в соответствии с приказом Минспорта России от 18.05.2022 № 419 «Об утверждении порядка разработки и утверждения федеральных стандартов спортивной подготовки»;
- с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 09 ноября 2022 года № 952;
- на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12.2020 №44 «Об утверждении СП 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ и оказания услуг»;
- на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.12.2020 № 40 «Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда»;
- на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.03.2021 №10 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID - 19)»;

- примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденной приказом Минспорта России от 20.12.2022 г. №1276;

-и другими нормативно-правовыми актами Краснодарского края, регламентирующими осуществление спортивной подготовки;

- на основании Устава МАУ ДО СШ станицы Выселки.

Общие положения

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее—Программа) предназначена для осуществления образовательной деятельности в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования спортивная школа станицы Выселки муниципального образования Выселковский район (далее -Учреждение) на этапе начального обучения (НП) и учебно-тренировочном этапе обучения (УТЭ).

Реализация Программы направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Программа определяет содержание следующих этапов спортивной подготовки:

этап начальной подготовки (далее - НП);

учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (далее - УТ).

Программа является основным документом Учреждения по осуществлению спортивной подготовки и предназначена для тренеров-преподавателей, реализующих Программу по виду спорта «шахматы».

В Программе учтены специфические особенности и условия работы в Учреждении.

Цели Программы:

- достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки;

-организация деятельности, направленной на физическое воспитание и физическое развитие обучающихся, совершенствование их спортивного мастерства посредством систематического участия в спортивных мероприятиях, в том числе спортивных соревнованиях, подготовка спортивного резерва в сборные команды, в том числе спортивные команды Российской Федерации.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Программа является основным документом организации образовательного процесса в Учреждении, регламентирующим учебно-тренировочную работу и выполнение

нормативов по общей и специальной физической, технической, тактической и спортивной подготовке.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы на этапах спортивной подготовки, отбору и комплектованию групп в зависимости от возраста, уровня развития физических психофизических качеств и специальных способностей обучающихся, проходящих спортивную подготовку.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение основных задач, соответствующих требованиям к результатам реализации программ спортивной подготовки, изложенным в ФССП по виду спорта «шахматы».

2.1. Сроки, объемы, виды (формы) обучения

Продолжительность этапа НП-3 года: этап НП-1, НП-2, НП-3.

Продолжительность этапа УТ -4 года: УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4.

Комплектование учебно-тренировочных групп в Учреждении осуществляется по этапам спортивной подготовки, с учетом:

возрастных закономерностей, становления спортивного мастерства (выполнения разрядных нормативов);

объемов недельной тренировочной нагрузки;

выполнения нормативов по общей и специальной физической подготовке;

спортивных результатов;

возраста обучающегося;

наличия у обучающегося в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинского заключения о допуске к учебно-тренировочным занятиям.

Максимальная численность группы определяется с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта), используемого при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» и соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях и не превышает двукратного количества обучающихся, указанных в **таблице 1**.

Возраст обучающихся определяется на основании установленных требований правил вида спорта для участников спортивных соревнований.

Таблица 1

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

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	
			Минимальная	Максимальная
Этап начальной	3	6	10	20

подготовки				
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	8	6	12

2.2. Объем Программы

Учебно-тренировочный процесс в МАУ ДО СШ ст. Выселки ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса), рассчитанным на 52 недели в год в астрономических часах (60 минут).

Объем Программы и распределение учебной нагрузки представлены в таблице №2.

Таблица 2

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	14-18
Количество часов в год	234-312	312-416	624-728	728-936

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, её объем составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом МАУ ДО СШ ст. Выселки.

Общий годовой учебно-тренировочный план представлен в **приложении № 1** к Программе.

2.2.1. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы

Для реализации Программы применяются групповые, индивидуальные, смешанные и иные виды (формы) учебно-тренировочных занятий. Основными формами учебно-тренировочного процесса является:

- учебно-тренировочное занятие;
- учебно-тренировочные мероприятия;

- спортивные мероприятия,
- иные виды (формы) обучения.

Учебно-тренировочное занятие.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы устанавливается в астрономических 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.

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.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса в Учреждении: учебно-тренировочные группы объединяются (при необходимости) на временной основе для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском;

учебно-тренировочные занятия проводятся (при необходимости) одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Учреждение формирует количественный состав обучающихся для участия в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) с учетом планирования участия обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в календарные планы субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5-кратного численного состава команды

Учебно-тренировочные мероприятия (сборы) могут проводиться Учреждением в целях качественной подготовки обучающихся и повышения их спортивного мастерства.

Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий (сборов) определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований с учетом классификации учебно-тренировочных мероприятий (сборов).

Виды учебно-тренировочных мероприятий и предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки указаны в таблице 3.

Таблица 3
Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных (мероприятий и обратно)	
		Этап НП	Этап ТЭ
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.2.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	До 60 суток	

Количественный состав участников учебно-тренировочных мероприятий формируется с учетом планирования участия обучающихся в физкультурных и спортивных мероприятиях, включенных в календарный план МАУ ДО СШ ст. Выселки, календарный план МО Выселковский район, календарный план Краснодарского края, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5- кратного численного состава команды (от количества обучающихся в заявочном составе).

2.2.2. Объём соревновательной деятельности

Спортивное соревнование - 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).

Планируемый объем соревновательной деятельности устанавливается в Учреждении с учетом задач спортивной подготовки на различных этапах обучения, уровня подготовленности и состоянием тренированности обучающихся.

В Программе указано минимальное количество спортивных соревнований в соответствии с единым календарным планом муниципальных, и межрегиональных физкультурных мероприятий и спортивных соревнований и с учетом значений, утвержденных в муниципальном задании.

Система соревнований представляет собой ряд официальных и неофициальных соревнований, включенных в единую систему подготовки. Достижение высокого результата в соревнованиях, имеющих наибольшее значение на определенном этапе подготовки, выступает как цель, которая придает единую направленность всей системе, всем компонентам подготовки.

Наряду с этим другие (менее значительные) соревнования выполняют важную подготовительную функцию, поскольку участие в соревнованиях является мощным фактором совершенствования специфических физических качеств, технической, тактической и психической подготовленности.

В зависимости от целей, задач, форм организации, состава участников, соревнования по виду спорта подразделяются на виды: контрольные, отборочные и основные.

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны подготовки.

Контрольную функцию выполняют соревнования организованные Учреждением (товарищеские игры, турниры, первенства)

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации (турниры, первенства Учреждения и МО).

Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации (официальные соревнования различного уровня).

Таблица 4

Минимальный объем соревновательной деятельности

	Этапы и годы спортивной подготовки
--	------------------------------------

Виды спортивных соревнований	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап(этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Контрольные	3	4	4	4
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	1	1	2

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;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Иные виды (формы) обучения

К иным видам (формам) обучения относится – самостоятельная подготовка, инструкторская практика, судейская практика.

2.3. Годовой учебно-тренировочный план

Годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «шахматы» определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки, видам деятельности, практикам и распределяет учебное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения.

Учебный план составляется и утверждается Учреждением ежегодно на 52 недели (в астрономических часах).

Учебный план определяет общую структуру планируемого учебнотренировочного процесса в рамках деятельности Учреждения.

Представленные в учебном плане: теоретическая подготовка, инструкторская и судейская практика, учебно-тренировочные занятия, спортивные соревнования, антидопинговые, воспитательные, аттестационные мероприятия, медико-биологическое обследование - являются неотъемлемой частью образовательного процесса и регулируются Учреждением самостоятельно.

При составлении учебных планов и графиков учитываются особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».

Учебный план заполняется Учреждением в соответствии с примерными объёмами по видам подготовки.

Годовой учебно-тренировочный план отделения «шахматы» представлен в приложении №1 к Программе.

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки указано в таблице 5.

Таблица 5. Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/н	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
1	Общая физическая подготовка (%)	14-16	8-14	4-8	4-6
2	Специальная физическая подготовка (%)	—	—	4-6	4-6
3	Участие в спортивных соревнованиях(%)	—	2-4	3-5	5-12
4	Техническая подготовка (%)	32-42	32-40	30-32	32-34
5	Тактическая, теоретическая, психологическая	44-48	44-48	42-46	42-46
6	Инструкторская и судейская практика (%)	—	1-3	2-4	2-4
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия,	1-3	1-3	2-4	2-4

2.4. Календарный план воспитательной работы

Воспитательная работа представляет собой совокупность педагогических воздействий, направленных на решение задач ранней профессиональной ориентации, здоровьесбережения, патриотического, нравственного, трудового, семейного воспитания.

Актуальность воспитательной работы заключается в необходимости формирования у современных детей представлений о настоящих жизненных ценностях, нравственной морали на фоне неконтролируемого информационного потока в различных социальных сетях, блогах и сомнительных СМИ.

Цель воспитательной работы: формирование всесторонне развитой, гармоничной личности посредством развития социальных компетенций, требуемых для жизнедеятельности и продолжения образования.

Задачи воспитательной работы:

формирование основы мировоззрения личности с учетом отечественных традиций, современного опыта, достижений науки, спорта, культуры и искусства;

воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе и бережного отношения к личности (взаимоуважение, взаимопомощь), общественному достоянию;

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; нравственное, эстетическое воспитание и воспитание в духе спортивной этики.

Способы достижения цели:

четкое планирование воспитательной работы в группах;

прохождение воспитательной работы через все виды и формы деятельности тренера-преподавателя и обучающегося;

сотрудничество с родителями и спортивной школой.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель проводит ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на учебно-тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время. На протяжении всего периода обучения тренер-преподаватель формирует у обучающихся патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Успешность воспитания юного спортсмена во многом обусловлена способностью тренера-преподавателя повседневно сочетать задачи специальной спортивной подготовки и общего воспитания, обеспечивая соответствие учебно-тренировочного процесса общей направленности воспитания. Важное место в воспитательной работе отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у занимающихся понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращается на этику спортивной борьбы. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения участников, тренеров, судей и зрителей).

Перед соревнованиями необходимо настраивать спортсменов не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств. В процессе учебно-тренировочной работы не только готовят высококвалифицированного спортсмена в плане его физической, технико-тактической подготовленности, но и воспитывают его характер, нравственные качества, идейную убежденность, коллективизм, разносторонние интересы, мотивацию положительного отношения к спорту и другие качества личности. Особенности формирования моральных черт и качеств личности спортсменов и их проявления находятся в тесной связи с коллективным характером этого вида спорта. Соревнования могут быть средством контроля успешности воспитательной работы в коллективе.

План воспитательной работы разрабатывается и утверждается ежегодно, и содержит:

групповую и индивидуальную форму работы с обучающимися;

профессиональную ориентацию обучающихся;

творческую, исследовательскую работу;

проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно-спортивных, творческих и иных мероприятий, в том числе и в летний период;

организацию встреч, лекций, бесед, мастер-классов с известными спортсменами Краснодарского края и Российской Федерации;

организацию посещения музеев, кинотеатров для просмотра спектаклей, представлений, фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой.

Календарный план воспитательной работы представлен в **приложении №2** к Программе. Сроки проведения отдельных мероприятий, предусмотренных планом, конкретизируются в годовом общешкольном плане воспитательной работы с указанием ответственных исполнителей.

2.5. 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.

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.

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.

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

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена;

использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода;

уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб;

нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении; фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица;

обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена;

распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом;

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

соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица;

запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица;

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».

Таблица № 6

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

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	Теоретическое занятие «Что такое допинг. Виды нарушений антидопинговых правил»	Октябрь, 2023	Начальные знания о допинге

	Теоретическое занятие «Последствия допинга для здоровья спортсмена»	Декабрь, 2023	Знания о вреде допинга для здоровья
	Проведение бесед с приглашением медицинских работников ГБУЗ ЦРБ Выселковского района	Февраль, 2024	Рассказ, просмотр видеороликов, посвященных борьбе с допингом
	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	До 01.02.2024	Прохождение онлайн-курса и получение сертификата
	Родительское собрание «Роль родителей в формировании антидопинговой культуры»	1 раз в год	Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»
	Участие в городских и региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Принимать участие в конкурсах, акциях
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса и получение сертификата
	Организация встреч со специалистами в сфере предотвращения допинга в спорте.	1 раз в год	Памятки для обучающихся и тренеров-преподавателей
	Теоретическое занятие «История борьбы с допингом»	1 раз в год	Ознакомление с материалами пагубного влияние применения допинга на организм спортсмена.
	Практическое занятие «Проверка лекарственных препаратов. Структура организаций антидопинговой борьбы в мире.»	Октябрь-декабрь, 2023	Научить пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»

	Родительское собрание «Роль родителей в формировании антидопинговой культуры»	Сентябрь, 2023	Ответственность родителей
	Участие в районных и региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Принимать участие в конкурсах, акциях

2.6 Планы инструкторской и судейской практики

Приобретение навыков судейства и самостоятельного проведения занятий является обязательным для всех групп подготовки. Инструкторская и судейская практика проводится с целью получения обучающимися звания инструктора-общественника и судьи по спорту и последующего привлечения их к тренерской и судейской работе.

Навыки организации и проведения занятий и соревнований приобретаются на всем протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.

В группах начальной подготовки с обучающимися проводится коллективный анализ тренировочных занятий и соревнований, изучаются правила соревнований.

Отдельные, наиболее простые по содержанию учебно-тренировочные задания, учащиеся выполняют самостоятельно. Они привлекаются к подготовке мест соревнований и помогают в судействе соревнований по сдаче контрольных нормативов.

В тренировочных группах обучающиеся участвуют в проведении учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера, участвуют вместе с ним в составлении планов подготовки, привлекаются к судейству контрольных соревнований.

Таблица 7

План инструкторской и судейской практики.

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Инструкторская практика:		
	Теоретические занятия	Сентябрь-декабрь	Научить обучающихся начальным знаниям спортивной терминологии, умению составлять конспект отдельных частей занятия по «шахматам».

	Практические занятия	Январь-август	Проведение обучающимися отдельных частей занятия в своей группе с использованием спортивной терминологии, показом технических элементов, умение выявлять ошибки.
Судейская практика:			
	Теоретические занятия	Сентябрь-декабрь	Уделять внимание знаниям правил вида спорта «шахматам», умению решать ситуативные вопросы
	Практические занятия	Январь-август	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»

2.7. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Для прохождения обучения по данной Программе допускаются желающие, получившие в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинское заключение об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий видом спорта «шахматы».

Учреждение ведет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования. Обучающийся, должен иметь медицинский допуск к учебно-тренировочным занятиям и к спортивным соревнованиям.

Освоению высоких учебно-тренировочных нагрузок способствуют специальные восстановительные мероприятия, которые делятся на четыре группы средств: педагогические, психологические, гигиенические и медико-биологические.

Педагогические средства являются основными, так как при нерациональном построении учебно-тренировочного занятия остальные средства восстановления оказываются неэффективными.

Педагогические средства предусматривают оптимальное, способствующее стимуляции восстановительных процессов построение каждого учебно-тренировочного занятия, рациональное построение учебно-тренировочных занятий в микроцикле и на отдельных этапах подготовки.

Педагогические средства восстановления включают:

- рациональное планирование учебно-тренировочного процесса в соответствии с функциональными возможностями организма, сочетание общих и специальных средств, построение учебно-тренировочных и соревновательных микро-, мезо- и макроциклов, широкое использование переключений, четкую организацию работы и отдыха;

- построение отдельного учебно-тренировочного занятия с использованием средств восстановления: полноценная разминка, подбор инвентаря, оборудование и мест для занятий, упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона;

- варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями;

- разработку системы планирования с использованием различных восстановительных средств в недельных, месячных и годовых циклах подготовки;

- разработку специальных физических упражнений с целью ускорения восстановления работоспособности спортсменов, совершенствование технических приемов и тактических действий.

Психолого-педагогические средства включают специальные

восстановительные упражнения: на расслабление, дыхательные, нарастяжение, восстановительного характера, чередование средств ОФП и психорегуляции.

Гигиенические средства восстановления - это требования к режиму дня, труда, учебных занятий, отдыха, питания. Необходимо обязательное соблюдение гигиенических требований к местам занятий, бытовым помещениям, инвентарю.

Медико-биологическая группа восстановительных средств включает в себя рациональное питание, витаминизацию, физические средства восстановления.

Физические факторы представляют собой большую группу средств, используемых в физиотерапии. Рациональное применение физических средств восстановления способствует предотвращению травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата.

В спортивной практике широко используются различные виды ручного и инструментального массажа. Средства общего воздействия (массаж, сауна, ванны) целесообразно назначать не чаще 1-2 раз в неделю.

Медико-биологические средства назначаются только врачом и осуществляются под его наблюдением.

Средства восстановления используются при снижении спортивной работоспособности или при ухудшении переносимости учебно-тренировочных нагрузок.

В тех случаях, когда восстановление работоспособности осуществляется естественным путем, дополнительные восстановительные средства могут привести к снижению тренировочного эффекта и ухудшению тренированности.

В группах начальной подготовки и учебно-тренировочной группах следует избегать применения медико-биологических средств.

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств представлен в **таблице 8**.

Таблица 8

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	2 раза в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года

III. Система контроля.

3.1. Требования к результатам прохождения Программы.

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 уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;

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

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

3.2. Требования к участию в спортивных соревнованиях.

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.

Учреждение направляет обучающихся 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.

3.3. Оценка результатов освоения Программы.

Для оценки уровня освоения программы проводятся текущий контроль, промежуточная (ежегодно, после каждого этапа (периода) обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация обучающихся.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем в течение учебного года с целью оценки эффективности используемых в процессе реализации программы средств и методов, выявления соответствия результатов освоения программы прогнозируемым результатам. Форма текущего контроля - наблюдение, беседа, показательные выступления, открытое занятие, соревнования. Результаты текущего контроля фиксируются в журнале учета посещаемости группы.

Промежуточная аттестация для перевода на следующий этап (год) обучения осуществляется один раз в год, с 1 мая по 30 июня, и включает в себя оценку уровня подготовленности обучающегося посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки, а также результатов выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях.

Средством промежуточной аттестации являются контрольно-тестовые упражнения, характеризующие основные физические и специальные качества и способности, а также технические навыки обучающихся в соотношении с планируемыми результатами программы.

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению педагогического совета с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности ее проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют программным требованиям, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося возможен перевод такого обучающегося на дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта по виду спорта.

Освоение программы завершается итоговой аттестацией, которая проводится по окончании учебно - тренировочного этапа. Итоговая аттестация проводится с 15 мая по 15 июня. Формами итоговой аттестации по видам подготовки являются:

по теоретической подготовке - собеседование или тестирование;

по общей физической подготовке - выполнение контрольно-переводных нормативов (тестов), мониторинг показателей физической подготовки (знаки отличия ВФСК ГТО);

по специальной физической и технико-тактической подготовке - выполнение контрольно-переводных нормативов (тестов), мониторинг индивидуальных достижений (уровень квалификации и результаты участия в соревнованиях).

Обучающиеся - победители и призеры региональных и всероссийских, а также мировых первенств от итоговой аттестации могут быть освобождены по решению педагогического (тренерского) совета, аттестация может быть зачтена по результатам соревновательной деятельности с приложением протоколов (копий), подтверждающих спортивный результат.

Оформление результатов промежуточной и итоговой аттестации, а также подведение итогов и установление уровня освоения программы осуществляются в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке проведения текущего

контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в МАУ ДО СШ ст. Выселки.

Группа начальной подготовки 1 года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Понятие о физической культуре. Шахматный кодекс в России. Судейство и организация соревнований. Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронул - ходи», требование записи турнирной партии.

Исторический обзор развития шахмат.

Шахматы в культуре Индии, легенды связанные с их появлением. Проникновение шахмат в Европу. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью.

Дебют

Развитие фигур, безопасность короля, борьба за центр. Классификация дебютов.

Миттельшпиль.

Мат в 1-2 хода, пат, взятие на проходе.

Эндшпиль

Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Превращение пешки. Активность короля в эндшпиле. Матование голого короля ферзем и ладьей, двумя ладьями, ферзем. Реализация материального перевеса с помощью разменов. Ценность фигур.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Общефизическая подготовка.

Нормативные требования для перевода в группу начальной подготовки 2 года обучения.

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
2. Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке.
3. Показать знания простейших дебютных принципов.
4. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.
5. Уметь ставить мат одинокому королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.
6. Участвовать в квалификационных турнирах.

Группа начальной подготовки 2 и 3 года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Вопросы развития физической культуры и спорта в стране. Краткий обзор развития шахмат в стране и в мире. Шахматный кодекс в России. Судейство и организация соревнований. Судейство и организация соревнований. Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных соревнований и их место в тренировочном процессе.

Исторический обзор развития шахмат.

Испанские и итальянские шахматисты XVI - XVII веков. Ранняя итальянская школа. Калабриец Греко. Шахматы как придворная игра.

Дебют

Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов. Прорыв центра. Гамбиты. Стратегические идеи гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита. Открытые дебюты, их стратегические идеи.

Миттельшпиль

Типичные комбинации в миттельшпиле: комбинация с мотивом «спертого мата», использование слабости последней горизонтали, разрушение пешечного центра, освобождение поля, линии, перекрытия, блокировки, завлечения, отвлечения, превращения пешки, уничтожения защиты и прочие. План игры. Оценка позиции. Центр, централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях.

Эндшпиль

Пешечный прорыв. Слон против пешки. Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания. Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания. Сложные окончания. Активность короля.

Основы методики тренировки шахматиста

Методы совершенствования подготовки шахматиста: усвоение шахматной культуры (наследие прошлого и современные требования), развитие комбинационного зрения. Участие в соревнованиях.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Требование к режиму шахматиста. Режим во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Общефизическая подготовка.

Российская и зарубежная шахматная литература.

Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления обучающей и дебютной картотеки.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 1 года обучения.

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
2. Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке, в Европе, историю реформирования шахмат, испанских и итальянских шахматистах XVI-XVII века.
3. Владеть основными принципами разыгрывания открытых дебютов. Показать знание стратегических идей гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита.
4. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку упрощенную оценку позиции.
5. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончания «легкая фигура против пешки».
6. Участвовать в квалификационных турнирах.
7. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.

Учебно-тренировочная группа 1 года обучения.

Физическая культура и спорт в России

Единая Всероссийская классификация. Обзор развития шахмат в России и мире. Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские.

Исторический обзор развития шахмат

Мастера XVIII века. Филипп Стамма. Алгебраическая нотация. Андре Франсуа Филидор и его теория.

Дебют

План в дебюте. Оценка позиций в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Стратегические идеи защиты двух коней, дебюта четырех коней, защиты Филидора, шотландской партии, шотландского гамбита, Итальянской партии.

Миттельшпиль

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

Эндшпиль

Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях. Конь с пешкой против двух и более пешек. Конь против пешек. Слон с пешкой против двух и более пешек. Слон против пешек. Ладья против пешек. Ферзь против пешек.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Основы методики тренировки шахматиста.

Понятие об обучении и тренировке. Обучение и тренировка как единый педагогический процесс.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 2 года обучения.

1. Знать категории соревнований
2. Знать основные положения теории Филидора.
3. Уметь составить план и дать оценку позиции в дебюте.
4. Показать знание стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней.
5. Уметь осуществлять прием «форпост». Уметь объяснить значение открытой линии, "обзорного ряда".
6. Владеть окончаниями «легкая фигура против пешек», ладья против пешек.
7. Умение ставить мат конем или слоном.
8. Знать основные положения личной гигиены шахматиста.
9. Участвовать в квалификационных и отборочных турнирах.

Учебно-тренировочная группа 2 года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Единая Всероссийская спортивная классификация и ее значение для развития спорта в России. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания. Основные формы организации занятий физической культурой и спортом среди детей и юношества. Внеклассная и внешкольная спортивная работа. Шахматный кодекс.

Судейство и организация соревнований.

Система соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Контроль времени

на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правила очередности игры белыми и черными фигурами.

Исторический обзор развития шахмат

Французские и английские шахматисты первой половины XIX века. Матч Лабурдоне - Мах - Доннель. Некоронованные чемпионы мира. Автомат Компелена. Кафе «Режанс». Журнал «Паламед». Немецкие шахматисты середины XIX столетия. Борьба за звание чемпиона мира.

Дебют

Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Стратегические идеи главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро - Кан, Французская защита, защита Уфимцева и других полуоткрытых дебютов.

Миттельшпиль

Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Пешечно-фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Проблемы центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный клин. Подвижный пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечно-фигурный центр. Центр и фланги. Осада центра с флангов. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра.

Эндшпиль

Поля соответствия в пешечных окончаниях. Конь с пешками против коня с пешками. Ладейные окончания. Ладья с пешкой против ладьи. Принцип Гарраша. Позиция Филидора. Построение «мост».

Основы методики тренировки шахматиста

Формы и методы тренировки шахматиста. Урок как основная форма организации тренировочного процесса. План, содержания и построение теоретического занятия. Содержание практического занятия.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста.

Закаливание. Роль закаливания в деле предупреждения инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Общефизическая подготовка.

Российская и зарубежная шахматная литература.

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 3 года обучения.

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.
2. Знать системы соревнований по шахматам, уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур, знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.
3. Уметь рассказать о французских и английских шахматистах первой XIX-XX веков, немецких шахматистов середины XIX века. Показать понимание вклада П. Морфия в развитие шахматной теории.
4. Владеть понятием «инициатива в дебюте». Показать знания стратегических идей защиты Филидора, шотландской партии и шотландского гамбита, главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро-Канн, отказного ферзевого гамбита.

5. Владеть сложными комбинациями на сочетание идей.
6. Владеть понятием «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии.
7. Знать основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи».
8. Иметь понятие о тренировке шахматиста.
9. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний.
10. Участвовать в квалификационных, отборочных городских и областных турнирах.

Учебно-тренировочная группа 3 года обучения.

Физическая культура и спорт в России.

Детско-юношеские спортивные школы. Всероссийский турнир школьников «Белая ладья». Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований.

Организация и проведение шахматных соревнований

Положения о соревнованиях, регламент. Подготовка место соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Праздничность соревнований. Порядок оформления отчетов о соревнованиях Областной турнир школьников на приз «Белая ладья».

Исторический обзор развития шахмат

Проникновение шахмат в России. Шахматы в культуре русского общества XVIII-XIX веков. Первый русский мастер А.Д. Петров, братья Урусовы, М.С. Шумов. «Самоучитель шахматной игры» Э.С. Шиферса. Шахматные собрания Петербурга. Журнал «Шахматный листок». Шахматы и деятели русской культуры. Первый чемпион мира В. Стейниц и его учение.

Дебют

Эволюция взглядов на дебют. Характеристика современных дебютов. Стратегические идеи русской партии, скандинавской защиты, русской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты. Стратегические идеи новоиндийской защиты, каталонского начала. Закрытые дебюты.

Миттельшпиль

Атака на короля. Атака короля при односторонних рокировках, атака короля при разносторонних рокировках. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку. Ограничение подвижности фигур. Позиционная игра.

Эндшпиль

Многопешечные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Ладья с пешкой против ладьи с пешкой.

Основы методики тренировки шахматиста

Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретения им специальных знаний, навыков, качеств. Круглогодичность тренировок. Циклы, периоды, этапы подготовки шахматиста. Основные требования, предъявляемые к организации тренировочного занятия. Структура индивидуального занятия. Работа с компьютерными программами Chess Base, Chess Assistent, Chess Planet.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Значение питания как фактора обеспечения, сохранения и укрепление здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при различных физических, умственных нагрузках и их восстановление. Понятие о калорийности и усвояемости

пищи. Вредное воздействие курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста. Общефизическая подготовка.

Российская и зарубежная шахматная литература.

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

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 4 года обучения.

Иметь представление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране.

1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.
2. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.
3. Рассказать о начальном этапе борьбы за первенство мира.
4. Дать исторический обзор развития шахмат в России.
5. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.
6. Владение основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
7. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».
8. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста
9. Умение составлять компьютерные базы с партиями.
10. Участвовать в квалификационных, отборочных городских областных Российских турнирах.

Учебно-тренировочная группа 4 года обучения.

Физическая культура и спорт в России

Организационная структура и руководство физкультурным движением в России. Федерация и комитет по физической культуре. Шахматный кодекс России. Судейство соревнований. Зачет по судейству и организация соревнований. Инструкторская и судейская практика.

Исторический обзор развития шахмат

М.И. Чигорин - основоположник русской шахматной школы. Эммануил Ласкер и его подход к шахматам. Творчество З. Тарраша, Г. Пильсбери, А. Рубинштейна. Шахматная жизнь в начале XX века. Первые международные советские турниры.

Дебют

Методы работы над дебютом. Принципы составления дебютного репертуара. Стратегические идеи защиты Тарраша, славянской защиты, ферзевого гамбита.

Миттельшпиль

Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки. Позиционная жертва пешки, качества. Игра на двух флангах. Маневренная борьба в закрытых позициях. Типовые позиции. Понятие схемы как плана сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных систем. Защита в шахматной партии. Составление плана защиты, перегруппировка сил. Подвижность слона и коня. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости.

Эндшпиль

Сложные пешечные окончания. Ферзевые окончания. Ладья с пешками против ладьи с пешками. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания.

Основы методики тренировки шахматиста

Позиционное чутье, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономичного расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участие в соревнованиях. Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения тренировочного процесса перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Гигиенические основы труда, отдыха, занятий спортом. Значение правильного режима для юного шахматиста. Двигательная активность шахматиста. Общефизическая подготовка.

Российская и зарубежная шахматная литература

Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований.

Помимо тестирования теоретического материала по окончании каждого года и этапа обучения осуществляется мониторинг развития общефизических и специальных навыков, необходимых для успешного освоения программы и высоких показателей соревновательной деятельности.

3.4 Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки

Контроль общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки осуществляется в форме тестирования по специально разработанным нормативам.

Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы обучающихся, проходящих спортивную подготовку учитывают уровень спортивной квалификации обучающихся (спортивные разряды и спортивные звания их возраст, пол, а также особенности вида спорта «шахматы», таблицы 9-18.

Таблица 9

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы» первого года обучения.

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения НП-1	
			мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки				
1.	Бег на 30 м	с	не более	

			6,9	7,1
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	4
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105

Таблица 10

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения НП-2	
			мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,7	6,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	6
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см		
			+3	+5
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	115

Таблица 11

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения НП-2	
			мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,5	6,6
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	8
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+7
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	125

Таблица 12

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

№ 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 3x10 м	с	не более	
			9,2	9,5
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	

			10	8
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			2	2
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		

Таблица 13

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,9	6,1
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			19	12
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+10
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,8	9,3
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			12	9
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			4	4

3. Уровень спортивной квалификации		
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»

Таблица 14

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,8	6,0
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			21	13
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+11
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,6	9,1
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			14	10
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			5	5
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды - «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		

Таблица 15

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,7	5,9
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			23	13
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+8	+12
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			8,4	8,7
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			16	11
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			6	6
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

Нормативы по техническому мастерству для перевода на этапе начальной подготовки.

При приеме на этап начальной подготовки: знать правила шахматной игры

НП 1 года

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
2. Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке.
3. Показать знания простейших дебютных принципов.

4. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.
5. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.
6. Уметь ставить мат одинокому королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.
7. Участвовать в квалификационных турнирах.

НП 2, 3 года

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию.
2. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую». Знать правила игры с использованием шахмат.
3. Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита.
4. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов, составлять простейший план игры, давать оценку позиции.
5. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончания «легкая фигура против пешки».

Нормативы по техническому мастерству для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

УТЭ (ЭСС) 1 года обучения

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.
2. Знать системы соревнований по шахматам, уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур, знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.
3. Владеть понятием «инициатива в дебюте». Показать знания стратегических идей защиты Филидора, шотландской партии и шотландского гамбита, главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро-Канн, отказного ферзевого гамбита.
4. Владеть понятием «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии.
5. Знать основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи».
6. Иметь понятие о тренировке шахматиста.
7. Участвовать в квалификационных, отборочных турнирах.

УТЭ (ЭСС) 2 года обучения

1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.
2. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.
3. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.
4. Владение основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
5. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».
6. Участвовать в квалификационных, отборочных и турнирах

УТЭ (ЭСС) 3 года обучения

1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.
2. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.
3. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.
4. Владение основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
5. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».
6. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.
7. Участвовать в квалификационных, отборочных турнирах.

УТЭ (ЭСС) 4 года обучения

1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.
2. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.
3. Дать характеристику современных дебютов. Показать

знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.

4. Владение основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.

5. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа

«ладья с пешкой против ладьи с пешкой».

6. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.

Перечень вопросов для контроля знаний по итогам освоения теоретической подготовки.

Тесты для групп НП.

1. Сколько на шахматной доске чёрных клеток?

- 16;
- 20;
- **32;**
- 64.

2. Кто такой гроссмейстер?

- судья в шахматной партии;
- **человек высшего шахматного звания;**
- тот, кто победил в игре больше 10 раз;
- человек, прошедший профессиональное обучение игре в шахматы.

3. Какая фигура всегда остаётся на доске до конца игры?

- пешка;
- ферзь;
- **король;**
- никакая.

4. Как называется одновременный ход короля и ладьи?

- перестановка;
- **рокировка;**
- карт-бланш;
- миттельшпиль.

5. Какая страна считается родиной шахмат?

- Россия;
- США;
- Китай;
- **Индия.**

Тесты для групп УТЭ.

1. Что называется в шахматной партии дебютом?

- момент в игре, когда жертвуется одна из фигур ради улучшения своей позиции;
- **завязка игры, начало шахматной партии;**
- середина игры, когда происходит основной размен фигур;
- быстрый вариант игры с ограничением времени на обдумывание ходов в 15 минут на игру.

2. Как называется средняя, основная часть шахматной партии?

- эндшпиль;
- дебют;
- **миттельшпиль;**
- цейтнот.

3. Что такое ферзевой гамбит?

- **один из самых распространённых дебютов;**
- ошибка игрока, приведшая к потере ферзя;
- нападение ферзём на другого ферзя;
- ситуация, когда на доске остались только короли и ферзи.

4. К скольким пешкам приравнивается ценность ферзя?

- 3;
- 5;
- **9;**
- 15.

5. Что такое «пат»?

- ничья, когда так договорились оба игрока;
- когда один из игроков сдался по своей воле;
- когда ни у одного из игроков нет больше возможности хода, но ни один король не под шахом;
- **когда сторона, имеющая право хода, не может им воспользоваться, но её король не находится под шахом.**

6. Сколько раз в течении одной партии вы можете произвести рокировку?

- **1;**
- 2;
- ни одного;
- сколько угодно.

7. Как называется система записи шахматной партии?

- аннотация;
- **нотация;**
- протокол;
- партитура.

IV. Рабочая программа по виду спорта «шахматы».

Рабочая программа - обязательный документ составляется на каждый реализуемый этап спортивной подготовки на основании Программы Учреждения

Рабочая программа обеспечивает достижение планируемых результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорту на этапах спортивной подготовки.

Функции рабочей программы тренера-преподавателя:

нормативная, являющаяся документом, обязательным для выполнения тренером-преподавателем в полном объеме;

целеполагающая, определяющая ценности и задачи, ради достижения которых она введена на этапах спортивной подготовки по годам обучения;

содержательная, фиксирующая состав элементов содержания, подлежащих усвоению обучающимися (требования к минимуму содержания);

процессуальная, определяющая логическую последовательность усвоения элементов содержания, организационные формы и методы, средства и условия учебно-тренировочного процесса;

оценочная, выявляющая уровни усвоения элементов содержания, объекты контроля и критерии оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки обучающихся.

4.1. Программный материал для практических занятий по каждому этапу спортивной подготовки.

Таблица 16

Этап начальной подготовки
ТЕОРИЯ
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка
1. Элементарные понятия по теории шахмат Техника безопасности на занятиях по шахматам. История развития шахмат. Происхождение шахмат. Распространение шахмат на Востоке. Мат Диларам. Проникновение шахмат в Европу. Мастера XVIII в. Андрэ Филидор и его теория. Шахматная доска и нотация. Шахматные фигуры, их названия. Понятие «ход» в шахматах. Правила игры. Нотация. Понятие шах и мат. Ничья. Вечный шах. Пат. Основы шахматной теории: сущность и цель игры в шахматы, основные стадии партии: начало, середина, окончание, связь теории с практикой. Значение начала (дебют). Основные принципы развития дебюта. Дебютные ловушки. Дебют Дебют - начало партии. Как начинать партию. Основные принципы развития дебюта. Дебютные ловушки. Развивающие ходы. Безопасность короля. Создание угроз в дебюте. Борьба за центр. Миттельшпиль Что делать после дебюта. Развитие фигур. Создание угроз. Отражение угроз соперника. Понятие о комбинации. Тактические удары, приемы. Принципы реализации материального преимущества. Комбинации. Эндшпиль Определение эндшпиля. Основные правила эндшпиля. Активность фигур. Централизация короля. Оппозиция. Мат одинокому королю ладьей, ферзем. Линейный мат. Правило квадрата. Общие сведения о работе ПК. Запуск учебных шахматных программ.
2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила Общие сведения об организме человека. Влияние физических упражнений на

организм человека. Значение режима, ежедневной гимнастики, водных процедур, нормального сна и двигательной активности для шахматиста. Основы здорового образа жизни. Спортивный режим и гигиена: гимнастика, сон, питание, купание, двигательная активность. Антидопинговые правила.

3. Тактическая подготовка

Развитие комбинационного зрения. Различные тактические приемы, комбинации. Упражнения на мат в 1 ход Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Открытое нападение. Открытый шах. Тактические приемы «двойной удар» и «завлечение». Тактический прием «связка» и «отвлечение»

Тактическая подготовка с использованием ПК.

ПРАКТИКА

1. Общая физическая подготовка

2. Техническая подготовка

Стратегия и тактика:

Определение стратегии. Принципы реализации материального преимущества. Выбор хода и оценка позиции. Необеспеченная позиция короля. Атака на короля. Тактика в дебюте и миттельшпиле. Сильные и слабые фигуры. Сильные и слабые поля. Оценка позиции и план. Рокировка. Превращение пешек

Анализ типовых позиций:

Дебютные ловушки. Король и пешка против короля. Оппозиция. Вечный шах. Типовые ошибки при разыгрывании начала партии

Решение задач и комбинаций:

Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Открытое нападение. Открытый шах. Игра двумя ладьями при матовании короля. Игра ферзем при матовании короля.

Тренировочные партии.

Французская защита. Ферзевый гамбит. Итальянская партия, молниеносная и быстрая игра.

3. Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль -

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты

Таблица 17

Этап начальной подготовки свыше года
ТЕОРИЯ
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка
<p>1. Основные сведения по теории шахмат</p> <p>Повторение пройденного материала . Краткая историческая справка. Доска и фигуры. Основные правила, определяющие ход игры. Шахматная нотация. Сложные правила. Ценность фигур и пешек. Некоторые случаи ничьей . Мат тяжелыми фигурами.</p> <p>Дебют: Открытые дебюты. Значение флангов. Захват центра. Подрыв центра. Фланговые атаки. План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Стратегические идеи. Как начать партию. Что делать после дебюта. Использование материального перевеса.</p> <p>Миттельшпиль: Основные принципы разыгрывания середины игры: целесообразность в развитии фигур, мобилизация сил, определение ближайших и последующих задач. Разрушение пешечного центра. Уничтожение защиты.</p> <p>Эндшпиль: Пешечные окончания. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Пешечный прорыв. Коневые (слоновые) окончания. Цугцванг. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Король и пешка против короля. Борьба ферзя против пешки. Некоторые случаи ничьей при большом материальном перевесе. Простейшие ладейные окончания . Легкофигурные окончания</p> <p>Овладение навыками работы в интернете сайтами. Игра против программы. Запись шахматной партии и разбор ошибок.</p>

<p>2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила</p> <p>Строение организма человека. Ведущая роль нервной системы в деятельности всего организма человека. Влияние физических упражнений на организм человека. Опорно-двигательная система. Профилактика травматизма. Здоровый образ жизни. Основы здорового образа жизни. Гигиенические знания и навыки. Общий распорядок дня. Режим питания. Антидопинговые правила.</p>
<p>3. Тактическая подготовка</p> <p>Развитие комбинационного зрения. Различные тактические приемы, комбинации. Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Открытое нападение. Открытый шах. Двойной удар. Связка. Уничтожение защиты. Промежуточный ход. Промежуточный шах. Наиболее характерные комбинационные возможности различных фигур. Классификация комбинаций по идеям. Ловушки. Атака на короля. Тактическая подготовка с использованием ПК.</p>
<p>ПРАКТИКА</p>
<p>1. Общая физическая подготовка</p>
<p>2. Техническая подготовка</p> <p>Стратегия и тактика:</p> <p>Подвижный пешечный центр. Выигрыш темпа. Рентген. Слабости пешечной структуры. Проходная пешка. Промежуточный ход. Размен. Влияние пешечной конфигурации на течение борьбы. Открытая линия и 7-ая (2-я) горизонталь.</p> <p>Анализ типовых позиций:</p> <p>Отдаленная (защищенная) проходная пешка. Ладья и пешка против ладьи. Слон против пешек. Конь против пешек.</p> <p>Решение задач:</p> <p>Двойной удар. Связка. Уничтожение защиты. Промежуточный ход. Промежуточный шах.</p> <p>Тренировочные партии.</p> <p>Северный гамбит. Венская партия. Королевский гамбит. Молниеносная и быстрая игра.</p>
<p>3. Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль</p> <p>Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты. Восстановительные мероприятия</p>
<p>5. Инструкторская и судейская практика</p> <p>Правила игры. Нотация. Турнирная дисциплина. Правило «тронул – ходи». Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские. Квалификационные турниры..</p> <p>Основы судейства соревнований</p>
<p>6. Участие в спортивных соревнованиях</p> <p>Турниры группы. Квалификационные турниры.</p>

Таблица 18

Учебно-тренировочный этап 1 года
ТЕОРИЯ
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка
<p>1. Основные сведения по теории шахмат Превращение пешек, рокировка, взятие на проходе. Ценность фигур и пешек. Ничья. Вечный шах. Пат. Дебют: Как начинать партию. Что делать после дебюта. Короткие партии (до 10 ходов) с явными ошибками одного из соперников. Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Гамбиты. Испанская партия: основные варианты. Миттельшпиль: План игры. Оценка позиций. Центр. Централизация. Атака в шахматной партии. Инициатива и темп. Фигурно-пешечная атака. Проблема центра. Использование большого мастер перевеса Эндшпиль: Игра на мат в простейших окончаниях. Мат тяжелыми фигурами. Король и пешка против короля. Проведение пешки в ферзя. Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Окончания с одноцветными (разноцветными) слонами. Принципы работы шахматных баз данных. Просмотр партий по конкретному сопернику при подготовке к шахматному турниру. Анализ сыгранных партий с помощью аналитических модулей. ChessBase, ChessAssistant. Анализ</p>
<p>Тактическая подготовка.</p> <p>2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила Гигиена умственного труда. Укрепление здоровья: аутотренинг, закаливание, двигательная активность. Понятие о гигиене. Основные сведения о гигиене физической культуры и спорта. Личная гигиена шахматиста. Методы закаливания. Закаливание и его роль в профилактике инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методы их применения.</p>
<p>3. Тактическая подготовка Развитие комбинационного зрения. Расчет вариантов. Различные тактические приемы, комбинации. Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Различные виды комбинаций конных ударов. Ловушки. Тактическая подготовка с использованием ПК.</p>
ПРАКТИКА
1. Общая физическая подготовка
2. Специальная физическая подготовка
<p>3. Техническая подготовка Стратегия и тактика: Определение стратегии и тактики. Расчет и план. «Плохая фигура».</p>

<p>Инициатива.Размен. Двойной удар. Форсированный мат. Анализ типовых позиций. Пешечный прорыв и образование проходной пешки. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Ладья и коневая пешка против ладьи. Решение комбинаций: Упражнения на мат. Двойной удар. Форсированный мат. Пат. Двухходовки-трехходовки. Позиционная ничья. Крепость. Завлечение. Комбинации в 3-4 хода на выигрыш и ничью. Цугцванг. Тренировочные партии. Испанская партия. Сицилианская защита. Защита Каро-Канн. Молниеносная и быстрая игра.</p>
<p>4.Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты. Восстановительные мероприятия</p>
<p>5.Инструкторская и судейская практика Судейство в соревновании. Воспитательная роль судьи. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Основные положения правил игры по шахматам. Разрядные нормы и требования по шахматам.</p>
<p>6.Участие в спортивных соревнованиях Турниры группы. Квалификационные турниры.</p>

Таблица 19

Учебно-тренировочный этап 2 года
ТЕОРИЯ
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка
<p>3. Основные сведения по теории шахмат</p> <p>Дебют: Сицилианская защита: основные идеи и варианты. Защита Каро-Канн. Атака в дебюте. Стратегические идеи русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты. Значение флангов, дебютный захват центра с флангов, подрыв центра.</p> <p>Миттельшпиль: Пешечный прорыв. Подвижный пешечный центр. Центр и фланги. Инициатива и темп в атаке. Атака при разносторонних рокировках. Ограничение подвижности фигур, пространства, выключение фигур из игры. Защита в шахматной партии.</p> <p>Эндшпиль: Мат одинокому королю двумя слонами. Ладейные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечном окончании. Построение моста. Принцип Тарраша. Позиция Филидора. Принципы работы шахматных баз данных. Просмотр партий по конкретному сопернику при подготовке к шахматному турниру. Анализ сыгранных партий с помощью аналитических модулей. ChessBase, ChessAssistant. Анализ.</p> <p>Тактическая подготовка.</p>
<p>2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила – Биологические ритмы. Динамика работоспособности и режим дня. Организация тренировочного процесса. Спортивный режим. Организм человека и факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. Антидопинговые правила.</p>
<p>3. Тактическая подготовка</p> <p>Развитие комбинационного зрения. Расчет вариантов. Различные тактические приемы, комбинации. Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Различные виды комбинаций конных ударов. Ловушки. Комбинации в 3-5 хода на выигрыш и ничью. Тактическая подготовка с использованием ПК.</p>
ПРАКТИКА
1. Общая физическая подготовка
4. Специальная физическая подготовка
<p>3. Техническая подготовка</p> <p>Стратегия и тактика:</p> <p>Определение стратегии и тактики. Расчет и план. Пат. Позиционная жертва качества. Позиционная жертва пешки (фигуры). Размен. Позиционная ничья. Крепость. Хорошие и плохие слоны. Слон сильнее коня. Конь сильнее слона. Разноцветные слоны в миттельшпиле. Стратегические приемы защиты. Тренировка техники расчета. Анализ типовых позиций. Окончания с одноцветными слонами. Окончания с разноцветными слонами.</p>

<p>Подрыв центра. Атака при разносторонних рокировках. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Решение комбинаций: Упражнения на мат. Двойной удар. Форсированный мат. Пат. Двухходовки-трехходовки. Позиционная ничья. Крепость. Завлечение. Комбинации в 3-4 хода на выигрыш и ничью. Цугцванг. 3.Тренировочные партии. Пешечный эндшпиль. Ладейный эндшпиль. Русская партия. Староиндийская защита. Молниеносная и быстрая игра.</p>
<p>4.Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты. Восстановительные мероприятия</p>
<p>5.Инструкторская и судейская практика Судейство в соревновании. Воспитательная роль судьи. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Основные положения правил игры по шахматам. Разрядные нормы и требования по шахматам.</p>
<p>6.Участие в спортивных соревнованиях Турниры группы. Квалификационные турниры.</p>

Таблица 20

Учебно-тренировочный этап 3 года
ТЕОРИЯ
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка
<p>1.Основные сведения по теории шахмат Дебют: Открытые дебюты и гамбитная игра. Полузакрытые дебюты и закрытые дебюты. Построение дебютного репертуара. Дебют как подготовительная стадия к борьбе в середине игры. Стратегические идеи защиты. Грюнфельда. Французская защита. Защита Нимцовича. Миттельшпиль: Пассивная и активная защита. Составление плана защиты, перегруппировка сил. Переход к контрудару. Приемы тактической защиты. Стратегические приемы. Эндшпиль: Пешечные окончания - Учебные позиции. Оппозиция. Геометрия доски. Прием отталкивания. Окончания с проходными пешками у обеих сторон. Прорыв. Лучшее пешечное расположение. Запасные темпы и активность короля. Переход в пешечный эндшпиль. Этюдная композиция. Ладейные окончания - Учебные позиции. Позиция Филидора. Постройка моста. Владение седьмой горизонталью. Использование открытой линии. Окончание с проходными пешками. Активность в ладейных окончаниях. Пешечные слабости. Некоторые</p>

<p>защитительные ресурсы. Реализация материального перевеса. Реализация позиционного перевеса. Ладейные этюды.</p> <p>Тренажер для самостоятельного анализа шахматных партий. Fritz, Rybka, Houdini , Stockfish и другие шахматные программы. Читтерство. Основные алгоритмы современных шахматных программ.</p>
<p>2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила Гигиена умственного труда.</p> <p>Укрепление здоровья: аутотренинг, закаливание, двигательная активность. Понятие о гигиене. Основные сведения о гигиене физической культуры и спорта. Личная гигиена шахматиста. Методы закаливания. Закаливание и его роль в профилактике инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методы их применения.</p> <p>Биологические ритмы. Динамика работоспособности и режим дня. Организация тренировочного процесса.</p> <p>Спортивный режим. Организм человека и факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. Антидопинговые правила.</p>
<p>3. Тактическая подготовка</p> <p>Развитие комбинационного зрения. Расчет вариантов. Различные тактические приемы, комбинации. Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Различные виды комбинаций конных ударов. Ловушки. Комбинации в 3-5 хода на выигрыш и ничью. Атака на короля. Решение комбинаций и задач. Тренировка техники расчета. Тактическая подготовка с использованием ПК.</p>
<p>ПРАКТИКА</p>
<p>1. Общая физическая подготовка</p>
<p>2. Специальная физическая подготовка</p>
<p>3. Техническая подготовка</p> <p>Стратегия и тактика:</p> <p>Выключение фигуры из игры. Открытые и полуоткрытые линии. Роль центра в шахматной партии. Игра двумя слонами миттельшпиле и эндшпиле. Понятие о слабых и сильных. Расположение пешек и их влияние на оценку позиции. Элементы стратегии в творчестве классиков шахмат. Изолированная пешка. Висячие пешки. Пешечный «клин» в центре. Цугцванг. Стратегические приемы защиты. Тренировка техники расчета.</p> <p>Анализ типовых позиций.</p> <p>Создание слабостей. Слон с пешками против слона с пешками (одноцвет, разноцвет). Активность короля в эндшпиле.</p> <p>Решение комбинаций:</p> <p>Выключение фигуры из игры. Матовые комбинации. Атака слабых пунктов. Позиционная жертва качества. Компенсация за фигуру (ладью). Этюды.</p> <p>Тренировочные партии</p> <p>Молниеносная и быстрая игра.</p>

<p>4. Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты. Восстановительные мероприятия</p>
<p>5. Инструкторская и судейская практика Судейство в соревновании. Воспитательная роль судьи. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Основные положения правил игры по шахматам. Разрядные нормы и требования по шахматам. Таблица очередности игры в соревнованиях. Организация и проведение соревнований по шахматам. Положение о соревновании. Регламент. Подготовка места соревнования. Порядок открытия и закрытия соревнований. Создание праздничной обстановки соревнований. Документация соревнований, оформление отчета об их проведении.</p>
<p>6. Участие в спортивных соревнованиях Турниры группы. Квалификационные турниры.</p>

Таблица 21

Учебно-тренировочный этап 4 года
ТЕОРИЯ
<p>Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка</p> <p>1. Основные сведения по теории шахмат Дебют: Открытые дебюты и гамбитная игра. Полузакрытые дебюты и закрытые дебюты. Построение дебютного репертуара. Связь дебюта и миттельшпиля. Характеристика современных дебютов. Понятие дебютной новинки. Дебют Рети. Стратегические идеи защиты Алехина, защиты Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, староиндийского начала, голландской защиты, английского начала. Миттельшпиль: Жертва материала для перехода в эндшпиль. Компенсация за ферзя, ладью, легкую фигуру в середине игры. Изолированные висячие пешки. Позиционная жертва пешки, качества. Игра на двух флангах. Эндшпиль: Сложные пешечные окончания. Сложные ладейные окончания. Мат одинокому королю слоном и конем. Компенсация за ферзя, ладью, легкую фигуру в эндшпилье. Ладья против легких фигур. Ладья и конь против ладьи. Ладья и слон против ладьи. Легкофигурные окончания. Прием отталкивания. Окончания с проходными пешками у обеих сторон. Прорыв. Лучшее пешечное расположение. Запасные темпы и активность короля. Переход в пешечный эндшпиль. Этюдная композиция. Реализация позиционного перевеса. Ладейные этюды. Тренажер для самостоятельного анализа шахматных партий. Fritz, Rybka, Houdini, Stockfish и другие шахматные программы. Читтерство. Основные</p>

алгоритмы современных шахматных программ.

2. Основы психологии человека. Спортивный режим. Антидопинговые правила
Общие принципы, лежащие в основе тренировки шахматиста:

совершенствование как непрерывный многолетний процесс, постановка главной (отдельной) спортивной задачи и конкретных задач на определенных этапах роста, перспективное, годовое и ежемесячное планирование, сочетание общей (физической, морально-волевой, психологической) и специальной подготовки (владение всеми элементами шахматной техники, знаниями по всем стадиям партии), учет индивидуальных психофизиологических особенностей для планирования тренировочных нагрузок и восстановительных мероприятий. Понятие об обмене веществ, энергетических затратах при различных физических и умственных нагрузках. Значение правильного питания, его оптимальной калорийности.

Методы совершенствования шахматиста, общая характеристика. Вредное воздействие курения и спиртных напитков на здоровье и конкретные спортивные качества шахматиста. Циклы, периоды, этапы подготовки шахматиста. Комплекс ГТО как основа физической подготовки шахматиста. Антидопинговые правила.

3. Тактическая подготовка

Развитие комбинационного зрения. Расчет вариантов. Различные тактические приемы, комбинации. Матовые комбинации. Комбинации на выигрыш фигуры. Ловушки. Комбинации на выигрыш и ничью. Атака на короля. Расчет вариантов по А. Котову. Решение комбинаций и задач. Тренировка техники расчета. Тактическая подготовка с использованием ПК.

ПРАКТИКА

1. Общая физическая подготовка

1. Специальная физическая подготовка

3. Техническая подготовка

Стратегия и тактика:

Хорошие и плохие слоны. Слон сильнее коня. Конь сильнее слона.

Разноцветные слоны в миттельшпиле. Выключение фигуры из игры. Открытые и полуоткрытые линии. Роль центра в шахматной партии. Игра двумя слонами миттельшпиле и эндшпиле. Понятие о слабых и сильных конях. Расположение пешек и их влияние на оценку позиции. Элементы стратегии в творчестве классиков шахмат. Испанская структура. «Карлсбадская» структура. «Каменная стена». «Ёж». Стратегические приемы защиты. Тренировка техники расчета. Анализ типовых позиций.

Открытые и полуоткрытые линии и атака на короля. Форпост на открытой и полуоткрытой линии. Борьба за открытую линию. Ладья против легких фигур. Ладья и слон (конь) против ладьи.

Решение комбинаций:

Выключение фигуры из игры. Матовые комбинации. Атака слабых пунктов.

<p>Позиционная жертва качества. Компенсация за фигуру (ладью). Этюды. Тренировочные партии Защита Грюнфельда. Защита Нимцовича. Эндшпиль с одноцветными (разноцветными) слонами. Английское начало. Славянская защита. Позиции без качества (без пешки) Ферзь против ладьи в эндшпиле.</p>
<p>4. Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы, тесты. Восстановительные мероприятия</p>
<p>5. Инструкторская и судейская практика Судейство в соревновании. Воспитательная роль судьи. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Основные положения правил игры по шахматам. Разрядные нормы и требования по шахматам. Таблица очередности игры в соревнованиях. Организация и проведение соревнований по шахматам. Положение о соревновании. Регламент. Подготовка места соревнования. Порядок открытия и закрытия соревнований. Создание праздничной обстановки соревнований. Документация соревнований, оформление отчета об их проведении.</p>
<p>6. Участие в спортивных соревнованиях Турниры группы. Квалификационные турниры.</p>

Таблица № 22

4.2. Учебно-тематический план по виду спорта «шахматы».

Темы по теоретической подготовке на спортивном этапе	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Всего на этапе НП до одного года обучения/свыше одного года обучения:	~ 120/180		
История возникновения вида спорта и его развитие	13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.

Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	~ 13/20	октябрь	Понятие о ФК и спорте. Формы ФК. Ф.К. как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	~ 13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
Закаливание организма	~ 13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	~ 13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях ФК и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики	~ 13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	~ 14/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад.

Режим дня и питание обучающихся	~ 14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	~ 14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
Всего на ТЭ до трех лет обучения/ свыше трех лет обучения:	~ 600/960		
Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	~ 70/107	сентябрь	Ф.К и спорт как социальные феномены. Спорт - явление культурной жизни. Роль ФК в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
История возникновения олимпийского движения	~ 70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
Режим дня и питание обучающихся	~ 70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.

Физиологические основы физической культуры	~ 70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические
Учет соревновательной деятельности, самоанализ	- 70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	- 70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
Психологическая подготовка	- 60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	» 60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.

Правила вида спорта	- 60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
---------------------	----------	-------------	--

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам.

К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы», который включает в себя следующие дисциплины: шахматы - командные соревнования, шахматы, блиц, быстрые шахматы, шахматная композиция, заочные шахматы.

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

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

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

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

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

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».

6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»

6.1. Материально-технические условия реализации Программы

Учреждение при реализации Программы соблюдает следующие требования к кадровому составу:

уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным:

профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203);

профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;

профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный № 54475);

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).

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).

Все тренеры-преподаватели один раз в три года обучаются на курсах повышения квалификации, 1 раз в пять лет проходят аттестацию на подтверждение или повышение уровня квалификации.

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, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся

физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (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 № 6123 8);

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.

Таблица 23.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	2
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шахматы)	штук	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	10
6.	Стулья	штук	20
7.	Часы шахматные	штук	10
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
10.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1

6.2. Иные условия реализации Программы

Учреждение ведёт непрерывный образовательный процесс по данной Программе с 1 сентября по 31 августа текущего года, включая каникулярное время.

Программа рассчитана на 52 недели учебно-тренировочных занятий и самостоятельной подготовки обучающихся.

Комплектование учебных групп в Учреждении осуществляется с 1 сентября по 15 октября текущего года.

Учебно-тренировочный процесс ведётся в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включающим период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Самостоятельная подготовка, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы установлена в астрономических часах и не превышает:

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 превышает более восьми часов.

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

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки при необходимости осуществляется на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

6.3. Кадровые условия.

В деятельности по реализации Программы в МАУ ДО СШ участвуют педагогические, руководящие и иные работники.

Укомплектованность организации педагогическими, руководящими и иными работниками представлена в таблице 24.

Таблица 24

Деятельность работника	Должность работника	Этап спортивной подготовки (для специалистов непосредственно осуществляющих спортивную подготовку)	Количество работников

Административная (руководящие работники)	Директор		1
	Заместитель директора (курирующий Программу)		1
	Заместитель директора по эксплуатации спортсооружений		1
Педагогическая	Тренер- преподаватель по шахматы	НП,УТЭ	1
Иные специалисты	Обслуживающий персонал		2

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным нормативными документами:

профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203);

или профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615);

или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-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).

В целях непрерывности профессионального развития тренеры-преподаватели каждые три года направляются на курсы повышения квалификации в сроки, установленные планом повышения квалификации в учреждении.

7. Перечень информационного обеспечения **Информационно-методическое обеспечение**

1. О физической культуре и спорте в Российской Федерации (Текст): - Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ.
2. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 1042, зарегистрирован в Министерстве юстиции РФ от 09.02.2022 № 67202.
3. Богданович, Г. Сицилианская защита. Вариант Рубинштейна/ Г.Богданович. - М.: Русский шахматный дом, 2007 . - 320 с.
4. Бондаревский, И.З.Комбинации в миттельшпиле/ И.З.Бондаревский. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. - 128 с.
5. Гуфельд, Э.Е. Староиндийская длиною в жизнь / Э.Е.Гуфельд, О.В.Стецко. - М.: Рипол Классик, 2002. - 304 с.
6. Гуфельд, Э.Е. Искусство староиндийской защиты/Э.Гуфельд. - М.: RussianChessHouse, 2008. - 320 с.
7. Дворецкий, М.И. Учебник эндшпиля Марка Дворецкого/ М.И.Дворецкий. - Харьков: Факт, 2006. - 496 с.
8. Калиниченко, Н.М. Дебютный репертуар атакующего шахматиста / Н.М.Калиниченко. - М.: Russianchesshouse, 2005. - 241 с.
9. Калиниченко, Н.М. Дебютный репертуар позиционного шахматиста/ Н.М.Калиниченко. - М.: Russianchesshouse, 2009. - 220 с.
10. Карпов, А.Е. Учись играть защиту Каро-Канн/А.Е.Карпов. - Можайск: Джеймс, 1999. -183 с.
11. Карпов, А.Е. Защита Каро-Канн. Атака Панова/ А.Е.Карпов, М.Я.Подгаец. - М.: RussianChessHouse, 2006. - 320 с.
12. Карпов, А.Е. Защита Каро-Канн. Закрытая и гамбитная / А.Е.Карпов, М.Я.Подгаец. - М.: RussianChessHouse, 2006. - 332 с.
13. Каспаров, Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры: В 6-ти т. Т. 1: От Стейница до Алехина/ Г.К.Каспаров. - М.:РИПОЛ классик, 2005. - 502 с.
14. Каспаров, Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры: В 6-ти т. Т. 2: От Эйве до Таля/ Г.К.Каспаров. - М.:РИПОЛ классик, 2005. - 528 с.
15. Каспаров, Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры: В 6-ти т. Т. 3: От Петросяна до Спасского/ Г.К.Каспаров. - М.:РИПОЛ классик, 2005. - 384 с.
16. Каспаров, Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры: В 6-ти т. Т. 4: Фишер и звезды Запада/ Г.К.Каспаров. - М.:РИПОЛ классик, 2005. - 544 с.
17. Каспаров, Г.К. Мои великие предшественники: Новейшая история развития шахматной игры: В 7-ти т. Т. 5: Карпов и Корчной/ Г.К.Каспаров.

- М.:РИПОЛ классик, 2006. - 528 с.
18. Михальчишин, А.Б. Магнус Карлсен. 60 партий лидера современных шахмат/ А. Б.Михальчишин, О.В.Стецко. - М.: RussianChessHouse, 2011. - 296 с.
 19. Михальчишин, А.Б. Сицилианская защита. Атака Созина-Фишера/ А. Б.Михальчишин, О.В.Стецко. - М.: Астрель, 2007. - 378 с.
 20. Нейштадт, Я.И. Шахматный практикум/ Я.И.Нейштадт. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - 239 с.
 21. Нейштадт, Я.И. Шахматный практикум-2/ Я.И.Нейштадт. - Харьков: Фолио Олимпия Пресс, 1998. - 256 с.
 22. Панченко, А.Н. Теория и практика миттельшпиля / А.Н.Панченко. - М.: РИПОЛ, 2004 - 256 с.
 23. Панченко, А.Н.Теория и практика шахматных окончаний / А.Н.Панченко. - М.: Russianchesshouse, 2013. - 400 с.
 24. [Полугаевский, Л.А. В сицилианских лабиринтах/Л.А.Полугаевский.](#) - М.:Элекс-КМ, 2003. - 336 с.
 25. Программа подготовки шахматистов-разрядников. Празряд - КМС /Под ред. В.Е.Голенищева. - М.: Russian chess house, 2004. - 276 с.
 26. Тарраш, З. Учебник шахматной стратегии: Т.1 /З.Тарраш - Харьков: Фолио, 2001. - 333 с.
 27. Тарраш, З. Учебник шахматной стратегии: Т.2 /З.Тарраш - Харьков: Фолио, 2001. - 315 с.
 28. Тимощенко, Г.А. Дебютный репертуар будущего мастера /Г.А.Тимощенко.- М.: Рипол Классик, 2009. - 240 с.
 29. Франко, З. Тесты по стратегии и тактике /З.Франко. - М.: Russianchesshouse, 2014.- 344 с.
 30. Халифман, А.В. Дебют белыми по Ананду 1. с4, том 2/ А.В.Халифман. - СПб.: Гарде, 2005. - 512 с.
 31. Хлифман, А.В. Дебют белыми по Ананду 1. е4, том 1/ А.В.Халифман. - СПб.: Гарде, 2004. - 280 с.
 32. Халифман, А.В. Дебют белыми по Крамнику 1.Kf3, том 1а/ А.В.Халифман. - СПб.: Гарде, 2006. - 292 с.
 33. Шахматные окончания: Ладейные. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1984. -352 с.
 34. Шахматные окончания: Пешечные. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1983. -303 с.
 35. Шахматные окончания: Слон против коня, ладья против легкой фигуры. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 288 с.
 36. Шахматные окончания: Слоновые и коневые. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - 239 с.
 37. Шахматные окончания: Ферзевые. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1982. -336 с.
 38. Шипов, С.Ю. Ёж: Учебник стратегии и тактики/С.Ю.Шипов. - М.: Рипол

Классик, 2005. - 576 с.

39. Якович, Ю.Р. Сицилианский миттельшпиль. Атаки на разных флангах / Ю.Р.Якович. - М.: ООО ИПК Парето-Принт, 2013. - 256 с.

1. Перечень аудиовизуальных средств

1. CHESSMASTER 10
2. Шахматная Стратегия (CD)- Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium-75 МГц, 20 МбRAM, 15 Мбсвободного места на жестком диске, 4-скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит.
3. Шахматные этюды - Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium-75 МГц, 20 МбRAM, 15 Мбсвободного места на жестком диске, 4скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит.
4. Houdini4 Aquarium- Системные требования: Windows 95/98/NT/2000/ME, Pentium-75 МГц, 20 МбRAM, 15 Мбсвободного места на жестком диске, 4скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640x480 с глубиной цвета 8 бит.
5. ChessAssistant11 Профессиональный пакет + DeepRybka(Рыбка) 4 (DVD) - Системные требования: IBM-совместимый компьютер с частотой 1000 МГц, 256 МВоперативной памяти (RAM), жесткий диск (5 Гб свободного места), WindowsXP/Vista/7, накопитель DVD-ROM.
6. DeepRybka4.1 Аквариум 2011 - Системные требования: RAM256 Мб, 4 Гб свободного места на жестком диске, WindowsXP/Vista/7.
7. Fritz13 - Системные требования: IntelCore2 Duo 2.4 ГГц, 3 Гб RAM, DirectX10-совместимая видеокарта с 512 Мб памяти, WindowsMediaPlayer11, WindowsXPSP3/Vista.

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

1. <http://webchess.ru/> -сайт шахматной литературы
2. <http://www.chesspro.ru/> - информационный сайт
3. <http://www.crestbook.com/>- регулярная шахматная аналитика, обзоры текущих турниров, комментарии гроссмейстера С. Шипова и других гроссмейстеров.
4. <http://www.e3e5.com/>- регулярные шахматные новости, комментарии, обзоры известных гроссмейстеров
5. <http://www.russiachess.org/>- сайт Российской шахматной федерации
6. <http://www.ruschess.com/indexrus.php>- сайт баз партий

Приложение №1
к дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки
по виду спорта «шахматы»

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
		До года		Свыше года		До трех лет		Свыше трех лет	
		Недельная нагрузка в часах							
		4,5-6		6-8		12-14		14-18	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2		2		3		3	
		Наполняемость групп (мин.-макс./человек)							
		10-20		10-20		6-12		6-12	
		часы	%	часы	%	часы	%	часы	%
1.	Общая физическая подготовка	33-44	14-16	42-54	8-14	40-48	4-8	34-47	4-6
2.	Специальная физическая подготовка	-	—	-	—	37-44	4-6	44-47	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях	6-8	1-2	9-14	2-4	28-34	3-5	40-75	5-12

4.	Техническая подготовка	88-110	32-42	110-140	32-40	198-230	30-32	238-309	32-34
5.	Тактическая подготовка	31-68	44-48	68-90	44-48	155-174	42-46	174-208	42-46
6.	Теоретическая подготовка	48-40	44-48	40-70	44-48	74-94	42-46	94-120	42-46
7.	Психологическая подготовка	24-36	44-48	36-40	44-48	58-62	42-46	62-74	42-46
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1-2	1-3	1-2	1-3	6-8	2-4	8-10	2-4
9.	Инструкторская практика	-	-	2-2	1-3	10-12	2-4	12-14	2-4
10.	Судейская практика	-	-	1-2	1-3	10-12	2-4	12-14	2-4
11.	Медицинские, медико- биологические мероприятия	2-2	1-3	2-1	1-3	4-5	2-4	5-9	2-4
12.	Восстановительные мероприятия	1-2	1-3	1-1	1-3	4-5	2-4	5-9	2-4
13.	Общее количество часов в год	234-312		312-416		624-728		728-936	

Приложение №2
к дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки
по виду спорта «шахматы»

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения	ФИО тренера- преподавател я	Отметка о выполне нии
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;	сентябрь - август		

		<ul style="list-style-type: none"> - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей. 			
1.2.	Инструкторская практика	<p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера: преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе. 	сентябрь - август		
2.Здоровьесбережение					

2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Спортивные соревнования, посвященные Всемирному дню настольного тенниса	23 апреля		
		Всемирный день борьбы с табакокурением, проведение спортивных мероприятий	31 мая		
		Спортивные мероприятия, посвященные Дню здоровья и спорта	апрель		
		Спортивные соревнования, посвященные Всемирному дню борьбы с наркоманией	26 июня		
		Проведение инструктажей по технике безопасности.	ежемесячно		
		Участие в мероприятиях по антидопингу в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и	по отдельному плану		

		<p>проведению мероприятий, ведение протоколов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта 			
2.2.	Режим питания и отдыха	<p>1.Проведение бесед: «Режим юного спортсмена», просмотр видеоматериалов (об особенностях организации рационального питания, распорядке дня, режимах отдыха при занятиях спортом.</p> <p>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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). 	<p>сентябрь, декабрь март, май</p>		

3. Патриотическое воспитание обучающихся					
3.1.	<p>Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе,</p>	<p>Беседы, встречи, с приглашением спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые МАУ ДО СШ станицы Выселки, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, посвященные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - памяти жертв Беслана, 	Сентябрь		
		<ul style="list-style-type: none"> - День солидарности в борьбе с терроризмом, - «Дню начала блокады Ленинграда», -«Дню образования Краснодарского края», - годовщине трагедии на Чернобыльской АЭС, -Победе в Великой Отечественной войне 	Сентябрь		
		-«Дню тренера»	Октябрь		
		-«Дню Неизвестного Солдата», -«Дню Героев Отечества»,	Декабрь		

	<p>легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)</p>	<p>- «Дню завершения выполнения боевой задачи Ограниченным контингентом советских войск в Афганистане», -Дню защитника Отечества</p>	<p>Февраль</p>		
4.Развитие творческого мышления					
4.1.	<p>Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)</p>	<p>Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов.</p>	<p>Сентябрь - август</p>		
5.Трудовое воспитание					

5.1.	Практическая подготовка (участие в трудовых мероприятиях, проводимых администрацией спортивной школы)	Участие: - в субботниках по приведению в порядок открытых спортивных площадок и территорий, окружающих их; - в экологических акциях	Октябрь, март		
6.Работа с родителями					
6.1.	Активное привлечение родителей к участию организационного и воспитательного процесса спортивной школы	Родительские собрания по решению внутригрупповых вопросов: 1. Требования к учебно-тренировочному процессу. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях, 2. Адаптация к спортивному режиму жизни, 3. Страхование детей от несчастных случаев, 4.О способностях к избранному виду спорта. 5.Антитеррористическая безопасность в образовательной организации. Пропускной режим и правила поведения. Ст. 207 УК РФ ст. 207 УК РФ «Заведомо ложное сообщение об акте терроризма».	Сентябрь		

		<p>6.Выбор делегатов в родительский комитет на новый учебный год, 7. Ознакомление родителей с нормативно-правовыми документами для обучающихся школы, 8. Расписание занятий на новый учебный год, 9. Ознакомление с правилами для обучающихся Спортивной школы, 10. Работа с АИС навигатор, 11. Профилактика правонарушений среди подростков, 12.«Роль родителей в формировании антидопинговой культуры»</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>1.Здоровый образ жизни – гигиена спортивной деятельности: диета и питание, профилактика заболеваний, режим дня спортсмена, сон и отдых.</p> <p>2. О мерах по обеспечению безопасности в период зимних каникул, а также выходных и праздничных дней.</p> <p>3. Ознакомление с маршрутом следования обучающихся на тренировочное занятие и обратно домой, соблюдение правил дорожного движения.</p> <p>4. Соблюдение закона КК № 1539, Порядок присвоения спортивных разрядов</p>	Декабрь		
		<p>1.Перевод обучающихся на следующий этап обучения,</p> <p>2. Итоги учебной деятельности обучающихся,</p> <p>3. Обеспечение безопасности детей, правила поведения на автомагистрали, железной дороге, правила поведения на водных объектах, правила пожарной безопасности, правила личной безопасности, телефоны вызова</p>	Май		

		экстренных служб в период летних каникул. 4. Организация работы лагеря дневного пребывания «Чемпион» на базе МАУ ДО СШ станицы Выселки.			
		Общешкольная родительская конференция	Май		
7.Профилактическая работа					
7.1.	Практическая и теоретическая подготовка поведения при опасных ситуациях	1.Инструктажи по технике безопасности	ежемесячно		
		2. Беседа с обучающимися «Правила поведения в спортивном зале и на спортплощадке»	сентябрь		
		3. Беседа «Правила поведения при угрозе террористического акта»	октябрь		
		4. Беседа «По правилам безопасного поведения на дорогах и в транспорте»	ноябрь		
		5.Беседа «Правила поведения на занятиях по спортивным и подвижным играм в спортзале»	декабрь		
		6.Беседа по ТБ «Опасность пользования пиротехническими средствами и взрывчатыми веществами»	январь		

		7.Беседа по «По правилам безопасного поведения на водоемах в зимнее время»	февраль		
		8.Беседа «Вредные привычки», посвященная Всемирному Дню здоровья (7 апреля)	март		
		9.Беседа по «Правилам поведения в чрезвычайных ситуациях (наводнение, землетрясение и др.)»	апрель		
		10.Беседа по технике безопасности на открытых водоемах, открытых спортивных площадках.	май		