

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТРАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 1**

Утверждаю
Директор МАУ ЦСШ № 1
Ершова С.С.
202
3 г.



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

Авторы-составители:
Багель А.И. - тренер

Оглавление

I. Общие положения	3
1. Дополнительная образовательная программа	3
2. Цель программы	3-4
II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	4
3. Сроки реализации программы	4
4. Объем программы	4-5
5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	5-7
6. Годовой учебно-тренировочный план	7-8
7. Календарь воспитательной работы	8-10
8. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	10-11
9. Планы инструкторской и судейской практики	11-13
10. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	13
III. Система контроля	13
11. Требования к результатам прохождения Программы	13-14
12. Оценка результатов освоения Программы	14-15
13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки	15-16
IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)	
14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки	16-18
15. Учебно-тематический план	17-22
V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам	22
16. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы»	
VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	
16. Материально-технические условия реализации Программы	22-25
17. Кадровые условия реализации Программы	26
18. Информационно-методические условия реализации Программы	28-29

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» (далее — Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке «шахматы» с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 9 ноября 2022 г. N 952¹ (далее — ФССП).

2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».

Социально-педагогическая поддержка становления и развития личности как нравственного, ответственного и инициативного гражданина; создание условий для личностного и интеллектуального развития обучающихся, организация содержательного досуга посредством обучения игре в шахматы.

Задачи программы

Образовательные:

- развитие познавательного интереса к изучению игры в шахматы;
- формирование универсальных способов мыслительной деятельности;
- развитие абстрактно-логического мышления, памяти, внимания, творческого воображения, умения производить логические операции;
- приобретение знаний, умений, навыков, компетенций, необходимых для участия в шахматных соревнованиях.

Личностные:

- развитие социально-психологической компетентности обучающихся, адекватного эмоционально-волевого состояния;
- формирование гражданской позиции, общественной активности личности;
- формирование культуры общения и поведения в социуме, формирование навыков здорового образа жизни.

Метапредметные:

- воспитание навыков самоконтроля, потребности в саморазвитии и самостоятельности;
- формирование у обучающихся навыков конструктивного поведения в нестандартных ситуациях;
- воспитание ответственности, активности, дисциплины и усидчивости.

Планируемые результаты освоения программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающимися всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов, также обеспечивает формирование личностных результатов: овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической

подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (недотренированности), перенапряжения; овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики; умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях, находить адекватные способы поведения и взаимодействия в соревновательный период; развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность, ориентирование на определение будущей профессии, приобретение навыков по участию в спортивных соревнованиях различного уровня.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

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

Таблица 1

Этап спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-4	8	6

4. Объем Программы

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

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

Таблица 2

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	Первого года обучения	Второго года обучения	Первого года обучения	Второго года обучения
Количество часов в неделю	6	7	12	13
Общее количество часов в год	312	364	624	676

5. Виды (форма) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

Учебно-тренировочные занятия проводятся в виде групповых, индивидуальных и смешанных занятиях.

Учебно-тренировочные мероприятия

Таблица 3

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1.	Учебно- тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2.	Учебно- тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14

1.3.	Учебно- тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4.	Учебно- тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные тренировочные мероприятия			
2.1.	Учебно- тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-
2.4.	Учебно- тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 дней подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

Спортивные соревнования

Планируемый объем соревновательной деятельности устанавливается по типу спортивных соревнований: контрольные, отборочные, основные, с учетом особенностей видов спорта, с учетом задач спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки, уровня подготовленности и состоянием тренированности обучающегося по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее – обучающийся).

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

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных

соревнованиях и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

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

Требования к участию в спортивные соревнования по виду спорта «шахматы»: соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации, наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях.

Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта

Таблица 4

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

6. Годовой учебно-тренировочный план

Учебный план определяет общую структуру планируемого учебно-тренировочного процесса в рамках деятельности Организации, совокупность отдельных относительно самостоятельных, но не обособленных в их закономерных связях видах спортивной подготовки, соотношении и последовательности их как органических звеньев единого процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, оптимально вносящий свой вклад для достижения спортивных результатов.

Представленные в учебном плане тренировочные мероприятия – общая и специальная физическая подготовка, участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика, техническая, тактическая, теоретическая и психологическая подготовка, а так же медицинское, медико-биологическое, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль являются неотъемлемой частью тренировочного процесса и регулируются Организацией самостоятельно, указанные тренировочные мероприятия входят в годовой объем тренировочной нагрузки.

Годовой учебно-тренировочный план

Таблица 5

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этапы начальной подготовки		Учебно-тренировочные этапы (этап спортивной специализации)	
		ЭНП-1	ЭНП-2	УТЭ-1	УТЭ-2
		Недельная нагрузка в часах			
		6	7	12	13
		Максимальное продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах			
		2	2	2	2
		Наполняемость групп (человек)			
10	10	6	6		
1	Общая физическая подготовка	44	7	36	39
2	Специальная физическая подготовка	-	51	31	33
3	Участие в спортивных соревнованиях	-	7	31	33
4	Техническая подготовка	110	128	198	215
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	149	173	280	304
6	Инструкторская и судейская практика	-	4	24	26
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	9	4	24	26
Общее количество часов в год		312	367	624	676

7. Календарный план воспитательной работы

Таблица 6

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1.1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта;	В течении года

		<ul style="list-style-type: none"> - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; 	
1.2	Инструкторская практика	<p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <p>освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера- преподавателя, инструктора;</p> <p>составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей;</p> <p>формирование навыков наставничества;</p> <p>формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам;</p> <p>формирование склонности к педагогической работе;</p>	В течении года
2	Здоровьесбережение		
2.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	<p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; 	В течении года
2.2	Режим питания и отдыха	<p>Практическая деятельность и восстановительный 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); 	В течении года
3	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1	Теоретическая подготовка	Беседы, встречи, диспуты, другие	В течение

	(воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культуре поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях.	мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	года
3.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года

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

Таблица 7

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведения мероприятия
Этапы начальной подготовки	Теоретическое занятие беседа о влиянии допинга в спорте.	1 раз в год	Мероприятия проходит в учебном классе с видео и фото фрагментами при участии медицинской сестры, информация о влиянии допинга в спорте берется из официальных источников.
	Родительское собрание- Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры	1 раз в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
Учебно-тренировочные этапы (этап спортивной специализации)	Теоретическое занятие беседа о влиянии допинга в спорте.	1 раз в год	Мероприятия проходит в учебном классе с видео и фото фрагментами при участии медицинской сестры, информация о влиянии допинга в спорте берется из официальных источников.

	Родительское собрание- Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры	1 раз в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
--	---	-------------	---

Основная цель реализации плана - предотвращение использования спортсменами запрещенных в спорте веществ и методов, формирование ценностно- мотивационной сферы, в которой допинг как заведомо нечестный способ спортивной победы будет неприемлем.

9. Планы инструкторской и судейской практики.

Инструкторская и судейская практика являются продолжением тренировочного процесса шахматиста, способствуют овладению практическими навыками в тренерской деятельности и судействе.

Одной из задач является подготовка обучающихся к роли помощника тренера-преподавателя, участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.

Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шахматам. Обучающиеся должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения учебно-тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка место занятий, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность обучающихся наблюдать за выполнением упражнений другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения обучающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения шахматистов необходимо самостоятельно вести дневник: вести учет занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ. Обучающиеся должны уметь принимать участие в судействе соревнований по шахматам в школьных соревнованиях и соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря.

Календарный план инструкторской и судейской практики

Таблица 8

№ п/п	Этап подготовки	Направление работы	Мероприятие	Сроки проведения
----------	--------------------	-----------------------	-------------	---------------------

1.	Этапы начальной подготовки	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера- преподавателя, инструктора; составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; формирование навыков наставничества; формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование склонности к педагогической работе;	В течение года
		Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
2	Учебно-тренировочные этапы (этапы спортивной специализации)	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера- преподавателя, инструктора; составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; формирование навыков наставничества; формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование склонности к педагогической работе;	В течение года

	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
--	--------------------	--	----------------

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

Для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки допускаются лица, получившие в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинское заключение об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий видом спорта «шахматы».

Организация ведет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования.

Обучающийся, должен иметь медицинский допуск к учебно-тренировочным занятиям и к соревновательным мероприятиям.

Таблица 9

Этап подготовки	Вид деятельности	Сроки реализации
Этапы начальной подготовки	Диспансеризация	2 раз в течении года
	Спортивно-оздоровительные сборы	1 раз в год
Учебно-тренировочные этап (этапы спортивной специализации)	Диспансеризация	2 раз в течении года
	Спортивно-оздоровительные сборы	1 раз в год

III. Система контроля

11. 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:

11.1. На этапе начальной подготовки:

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

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

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»; изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях 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.

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

13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по виду спорта шахматы и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки.

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

Таблица 9

/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчик	девочки	мальчик	девочки
Нормативы общей физической подготовки						
.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			,9	,1	6,7	,8
.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
					10	
.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	м	не менее		не менее	
			1	+3	+3	5
.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	м	не менее		не менее	
			10	05	120	115

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

Таблица 10

п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,2

.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	кол ичество раз	не менее	
			17	11
.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+9
.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,2	9,5
2. Нормативы специальной физической подготовки				
.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			10	8
.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	кол ичество раз	не менее	
			2	
3. Уровень спортивной квалификации				
.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

IV. Рабочая программа по виду спорта шахматы.

14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по этапу начальной подготовки и учебно-тренировочному этапу.

Этап начальной подготовки.

- Вводный инструктаж. Организационное занятие. Теория: инструктаж по технике безопасности. Правила шахматной игры. Сроки проведения соревнований и турниров.

- Легенда о происхождении шахмат. Теория: знакомство с шахматной игрой: когда появилась шахматная игра, как изменились правила и название фигур. Знакомство с шахматной доской. Понятия линий - горизонталь, вертикаль, диагональ.

- Изучение фигур: пешка, ладья, слон, ферзь, конь. Теория: расстановка шахматных фигур на шахматной доске. Ходы шахматных фигур, кроме короля. Практика: игры пешки против пешек, пешки против ладей, пешки против слонов, пешки против ферзя, пешки против коней.

- Король и понятия шаха. Теория: знакомство с главной шахматной фигурой — королем. Понятие «шах». Способы защиты от шаха. Практика: шахматные партии с королем.

- Мат. Теория: понятие «мат». Различия понятий «шах» и «мат». Практика: игры с королем до мата.

- Пат. Теория: знакомство с понятием «пат». Положение, при котором бывает пат. Различия между шахом, матом и патом. Практика: игра партии. Определение результатов партий самостоятельно без помощи педагога.

- Рокировка. Рокировка и ее последствия: понятие форточка. Теория: знакомство с понятием «рокировка». Условия проведения рокировки. Понятие «форточка». Для чего нужна «форточка». Освоение «форточки» в игре. Практика: применение рокировки в партиях.
- Превращение пешки в ферзи на 1 (8) горизонтали. Взятие на проходе. Теория: Провод пешки к 1 (8) горизонтали. Понятие «взятие на проходе».
- Турнир в объединении. Практика: мини-турниры на выявление победителя среди одного объединения. Изучение и приобретение навыков турнирной борьбы. Форма контроля: контрольные вопросы, турнирные таблицы за истекший период (результаты турниров).
- Ничья. Теория: понятие «ничья». При каких условиях бывает ничья. Практика: разыгрывание партий.
- Решение задач на ничью. Практика: решение задач и сюжетов из сборника и других изданий.

Этап начальной подготовки 2-го года обучения

- Повторение правил шахмат (рокировка, пат, мат)
- Развитие фигур
- Борьба за центр
- Вскрытый шах
- Двойной шах
- Завлечение, Отвлечение
- Слабость 1-й(8-й) линии
- Ловля фигуры
- Открытые Дебюты
- Итальянская партия
- Защита двух коней
- Нападение и защита
- Угроза мата. Двойной удар. Связка
- Тренировочные партии и анализ
- Промежуточная аттестация обучающихся

Учебно-тренировочный этап подготовки.

- Вводное занятие «Введение в образовательную программу»
- Дебют
- Изучение истории развития дебюта
- Французская защита
- Русская партия
- Королевский гамбит
- Атака на короля
- Тренировка техники расчета
- Центр
- Особенности расположения пешек
- Эндшпиль
 - Пешечные окончания

- Ладейные окончания
- Шахматный практикум соревнования, блицтурниры, квалификационные турниры, анализ сыгранных партий
- Промежуточная аттестация обучающихся

Учебно-тренировочный этап второго года подготовки

- Теория дебютов. Шотландский гамбит. Королевский гамбит.
- Основные варианты. Гамбит Эванса. Основные варианты.
- Гамбиты в полуоткрытых и закрытых дебютах
- Типовые планы защиты.
- Атака на короля при разносторонних рокировках. Типовые планы проведения атаки. Типовые планы защиты.
- Техника расчета. Дерево расчета.
- Ходы – кандидаты.
- Возможные случаи ошибок при расчете.
- Перевес в развитии фигур
- Шахматный практикум соревнования, блицтурниры, квалификационные турниры, анализ сыгранных партий
- Промежуточная аттестация обучающихся

15. Учебно-тематический план

Таблица 11

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этапы начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки свыше одного года обучения:	≈ 390		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈ 20	Сентябрь	Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Распространение шахмат на Востоке. Чатуранга и шантрадж. Табии. Мансуба. «Мат Диларам» как типичная задача средневекового Востока. Первые упоминания о шахматах на Тамбовской земле.

Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований.	≈ 30	Сентябрь	Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронут-ходи», требование записи турнирной партии.
Физическая культура-важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈ 30	Сентябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура, как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈ 20	Сентябрь-Октябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах и дома.
Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈ 20	Октябрь	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря
Режим дня и питание обучающихся	≈ 20	Ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
Закаливание организма	≈ 20	Ноябрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.

	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	≈ 40	Декабрь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактика вида спорта	≈ 120	Сентябрь-август	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈ 40	Январь-март	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Медико-биологическое обследование	≈ 10	Февраль	Правила поведения при прохождении диспансеризации, необходимые документы для прохождения осмотра.
	Восстановительные мероприятия	≈ 20	Март	Цели и виды восстановительных мероприятий. Влияние восстановительных элементов на организм спортсмена.
Учебно-тренировочные этапы (этапы спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения	≈870		
	Роль и место физической культуры в формировании	≈ 60	Сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт — явление культурной жизни. Роль физической культуры в

личностных качеств			формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
Правила вида спорта	≈ 60	Сентябрь-декабрь	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований	≈ 50	Октябрь	Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские.
История возникновения олимпийского движения	≈ 50	Октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	≈ 50	Октябрь	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
Режим дня и питание обучающихся	≈ 60	Ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
Физиологические основы физической культуры	≈ 60	Ноябрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося.	≈ 60	Декабрь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Самоанализ тренировочной и соревновательной деятельности.
Теоретические основы технико-тактической	≈ 170	Сентябрь-август	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления.

подготовки. Основы техники вида спорта			Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижениях высокого спортивного результата.
Психологическая подготовка	≈ 60	Январь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
Медико-биологическое обследование	≈ 20	Февраль	Правила поведения при прохождении диспансеризации, необходимые документы для прохождения осмотра.
Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈ 60	Февраль-март	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
Патриотическое воспитание	≈ 60	Апрель	Формирование и развитие социально значимых ценностей, гражданственности и патриотизма в процессе воспитания и обучения
Восстановительные мероприятия	≈ 50	Май	Цели и виды восстановительных мероприятий. Влияние восстановительных элементов на организм спортсмена.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам.

16. К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» определяют в Программе и учитываются при:
- составлении планов спортивной подготовки, начиная с этапа совершенствования спортивного мастерства;
 - составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

17. Материально-технические условия реализации Программы
Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие помещения для игры в шахматы
- наличие раздевалок, душевых;
- обеспечение спортивной экипировкой

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица 12

	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Ед иница измерения	Ко личество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	2
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шахматы)	штук	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	10
6.	Стулья	штук	10
7.	Часы шахматные	штук	10
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
10.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование							
№ п/п	Наименование	диница измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Шахматная доска складная с шахматными фигурами	комплект	на обучающегося	-	-	-	-
2.	Ноутбук со специальным программным обеспечением для вида спорта «шахматы»	штук	на обучающегося	-	-	-	-

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица 13

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование					
/п	Наименование	диница измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки	
				Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)

				количество	ср ок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-
2.	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-	-
3.	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-
4.	Кроссовки утепленные	пар	на обучающегося	-	-	-	-
5.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-
6.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-
7.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-

18. Кадровые условия реализации Программы:

Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками

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

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников Организации должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 22.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

19. Информационно-методические условия реализации Программы.

Информационное обеспечение деятельности Организации – многогранный процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства Организации с использованием всей совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях гармонизации спортивной и образовательной деятельности.

Примерный перечень информационного обеспечения

1. Авербах Ю. «Школа середины игры», изд-во «Терра-спорт», М. 2000г.
2. Авербах Ю. Котов А. Юдович М. «Шахматная школа», Ростов-на-Дону, изд-во «Феникс», 2000г.
3. Авербах Ю. Котов А. Тайманов М. и др. «Шахматная академия. 24 лекции», Ростов-на-Дону, изд-во «Феникс», 2003г.
4. Блох М. «600 комбинаций» М. 2001г.

5. Волчок А.С. «Уроки шахматной тактики», Николаев, изд-во «Атолл», 2003г.
6. Иващенко С.Д. «Сборник шахматных комбинаций», Киев, «Радянська школа», 1986г.
7. Калиниченко Н.М. «Энциклопедия шахматных комбинаций» М. 2003г.
8. Калиниченко Н.М. «Энциклопедия шахматных окончаний» М. 2003г.
9. Кособродов М.П. «Шахматные комбинации», изд-во «Дебют-плюс», Киев, 1977г.
10. Костров В. Рожков П. «Решебник. 1000 шахматных задач». Кн. 1, 2, 3 год. Изд-во «Литера», С.-Петербург, 2001г.
11. Костров В. Белявский Б. «Решебник. 2000 шахматных задач». Кн. 1, 2, 3 год. Изд-во «Литера», С.-Петербург, 2003г.
12. Костров В. Белявский Б. «Как играть шахматные окончания. Тест-партии». Кн.1, 2, Изд-во «Литера», С.-Петербург, 2003г.
13. Мурашко В. Стяжкин В. «Шахматы. Спортивное совершенствование», С.-Петербург, 1999г.
14. Нейштадт Я.И. «Шахматный практикум» М. изд-во «ФиС», 1980г.
15. Сухин И.Г. «1000 самых знаменитых комбинаций» М. 2001г.
16. Хенкин В. «Последний шах» М. изд-во «ФиС» 1979г.
17. Эйве М. «Стратегия и тактика. Курс шахматных лекций», Ростов-на-Дону, изд-во «Феникс», 2002г.
18. Яковлев Н. Костров В. «Шахматный решебник-2. Найди лучший ход!», изд-во С.-Петербург, 1998г.

<https://minsport.gov.ru/sport/podgotovka/primernye-programmy/>

<https://minsport.gov.ru/>