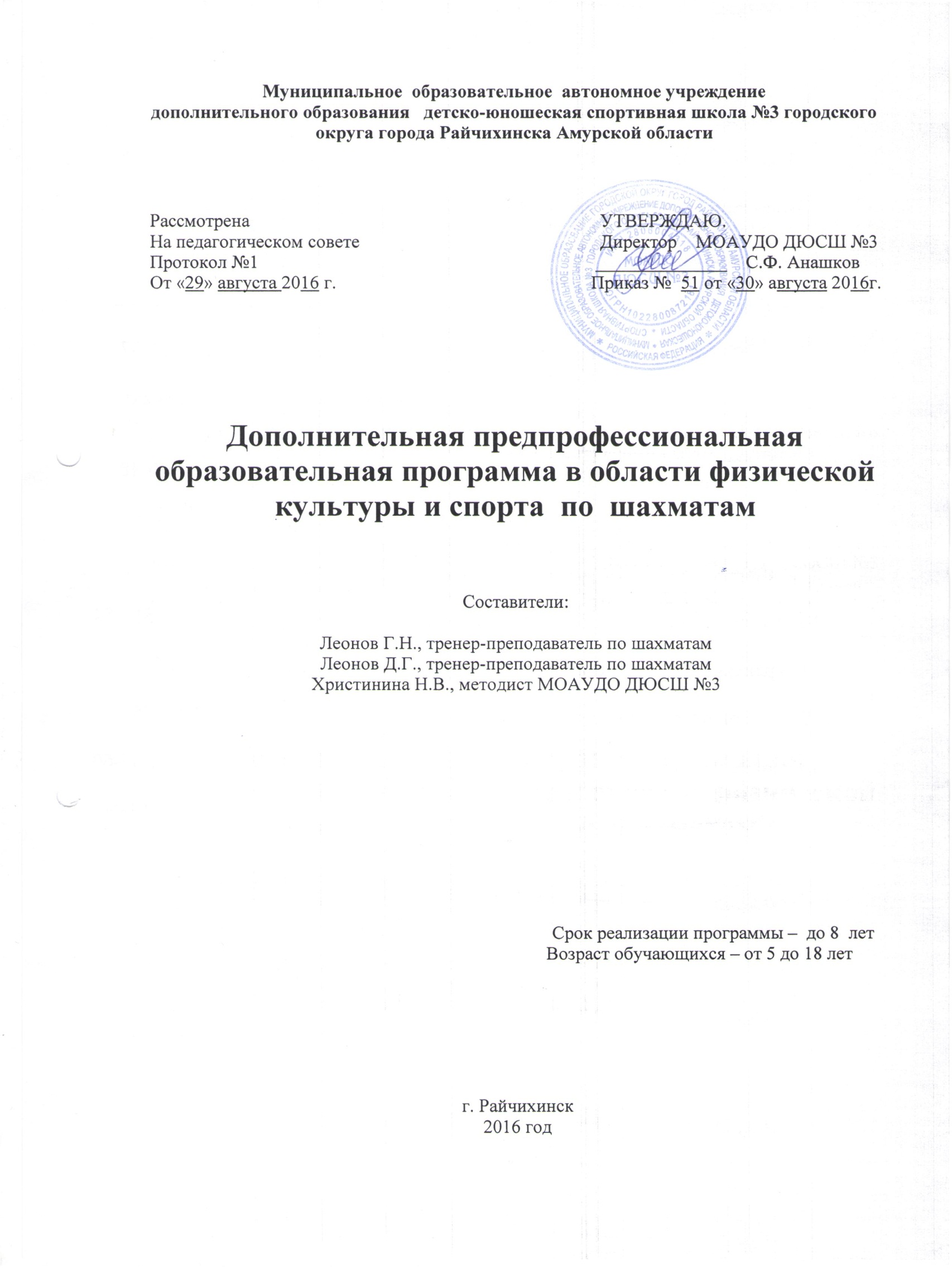
****

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

1. Пояснительная записка ……………………………………………….3-5

2. Нормативная часть программа …………………………………………5-8

3. Методическое обеспечение программы…………………………………8-10

4. Учебно-тематический план………………………………………………10-24

5. Содержание программы ……………………………………….. …… 24-37

6. Организационно-методические указания особенности обучения шахматам

……………. …………………………………………………………….37-40

7. Педагогический контроль……………………………………………. 40-48

8. Воспитательная работа ………………………………………….. ….. 48-50

9.Психологическая подготовка ……………………………………. ….. 50-51

10. Восстановительные мероприятия………………………………. …… 51 - 54

11. Тренерская и судейская практика…………………………………….54

12. Список использованной литературы………………………………… 55

13. Инструкции ………………………………………………………………56-60

14. Приложения ……………………………………………………………..61-65

**І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

1.1**.  Направленность и педагогическая   целесообразность программы**.  
Занятия шахматами с традиционной точки зрения относятся к физкультурно-спортивному направлению. Вместе с тем, характер и содержание обучения этой игре в значительной степени связаны с интеллектуально-мыслительной деятельностью, с общекультурным развитием и обладают широкими личностно-формирующими и образовательно-развивающими возможностями.

Шахматная игра относится и к спорту, и к искусству, и даже – к науке. Влияние шахмат на формирование интеллекта, логического, тактического и стратегического мышления общепризнанно.

Играя партию, шахматист стремится к победе, напрягая свой ум, волю, духовно мобилизует себя. В значительной мере это становится привычкой, и целеустремленность, приобретенная в занятиях шахматами, со временем проецируется на другие виды жизненной деятельности, в том числе на учебу и работу.

Развивающее влияние шахмат особенно органично проявляется у детей в возрасте 7-12 лет. В этот период складывается специфическая интеллектуальная способность общего характера – умение действовать в уме. Как нельзя лучше этот процесс мышления представлен в шахматной игре, поэтому она признана оптимальным материалом или моделью для развития способностей действовать в уме. Развитие мышления в шахматах складывается как искусственно-естественный процесс, в котором «искусственная» составляющая определяется усилиями обучающего. Развитое мышление шахматиста характеризуется такими показателями, как самостоятельность, практичность, дисциплинированность, изобретательность, самообладание.

Эти пять показателей являются основополагающими при формировании мышления шахматиста как личности.

Сегодня, в эпоху компьютеров и информационных технологий, важное значение приобретает умение быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, анализировать ее и делать логические выводы. В формировании логического и системного мышления шахматы способны сыграть существенную роль. Включение шахмат в систему образования способствует повышению уровня интеллектуального развития детей, выработке умения концентрировать внимание на решении задач в условиях ограниченного времени. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение шахматной партии, позволяет отнести шахматы не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа, помимо узко - специальных задач, учитывает именно эти возможности обучения игре в шахматы.

Данная программа предназначена для групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы № 3 г. Райчихинска Амурской области.

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

Учебный материал программы последовательно излагается для групп начальной подготовки I, II, годов обучения, учебно-тренировочных групп I, II, III, IV,V годов обучения и групп спортивного совершенствования. Такая структура создает единое направление в учебно-тренировочном процессе подготовки квалифицированных шахматистов.

Программа рассчитана до 8 лет обучения. Процесс обучения можно условно разделить на 3 этапа: начальное обучение, углубленный учебно-тренировочный курс и курс совершенствования.

Первый этап – группы начальной подготовки (1-2 годы обучения) связан с освоением основных правил шахматной игры и принципов ведения партии.

Второй этап – тренировочные группы (1-4 годы обучения) и группы СС (2 года) – углубленное изучение шахматной теории. Здесь существенно повышается роль самостоятельной и индивидуальной работы со специальной шахматной литературой.

Обучающийся, прошедший этапы обучения, способен выполнить норму I спортивного разряда, КМС и МС.

В силу индивидуальных способностей детей переход на следующую ступень (в учебно-тренировочные и этапа спортивного совершенства) осуществляется в зависимости от освоения обучающимся Программы.

**Цель образовательной программы:**

– создание оптимальных условий для интеллектуального и личностного развития обучающихся, воспитание самостоятельности мышления и общей культуры через занятия шахматами.

Для достижения поставленной цели необходимо решать следующие   
**задачи:** - сформировать у обучающихся устойчивый интерес к шахматам;

- обучить основным приёмам и методам шахматной игры;

- способствовать развитию индивидуальных качеств ребенка;

- отработать помимо специальных шахматных навыков, психологическую устойчивость;

- развить волевые качества, целеустремленность, настойчивость в преодолении недостатков и трудолюбие;

- научить использовать современные компьютерные методики для освоения шахмат;  
- развивать образное мышление, внимание;

-  развивать понятие красоты в шахматах, как через спокойное логическое течение партии, так и через интуитивное, эмоциональное ведение шахматной борьбы;  
-  воспитывать общую культуру поведения за шахматной доской и вне её.

Программа опирается на общедидактические принципы, которые по-своему проявляются в процессе обучения. Отметим некоторые из них.

**Принцип последовательности**: движение от простого к сложному выстраивают логику освоение основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным.

**Принцип научности**. В процессе обучения дети осваивают систему дебюта, середину игры и окончания, знакомятся с целым рядом партий, приемами и методами ведения игры.

**Принцип наглядности** в настоящем образовательном курсе сочетается с опорой на коллективное творчество: объясняя материал, тренер-преподаватель показывает на большой доске те или иные позиции, используя при этом коллективную творческую работу занимающихся.

**Принцип доступности** реализуется, прежде всего, в объяснении тренером-преподавателем материала, который должен даваться с учетом индивидуальных особенностей и способностей занимающихся. При необходимости тренер-преподаватель должен включать в занятия индивидуальное объяснение сложных моментов в освоении программы.

**ІІ. Нормативная часть программы**

Содержание программы многолетней подготовки юных шахматистов основано на нормативно-правовых актах, регулирующих деятельность спортивных школ:

* Закона Российской Федерации «Об образовании в РФ» №273 от 28.12.2012 г.;
* Закона Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в ред. Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ);
* Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки (приказ Министерства спорта РФ от 24.10.2012 г. №325;
* Устава учреждения;
* Примерной  программы   спортивной   подготовки  по шахматам  для   ДЮСШ, СДЮСШОР, допущенной Федеральным агентством по физической культуре и спорту, 2005 г.;
* Федеральным стандартом спортивной подготовки по шахматам (Приказ Министерства спорта РФ от 27.12. 2013 г. № 147).

**Режим учебно-тренировочной работы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год  обучения | Возраст  уч-ся для  зачисления | Кол-во  уч-ся в  группе | Кол-во  часов в  неделю | Требования по спортивной подготовке на  конец учебного года |
| НП-1 | 5 - 9 лет | 15 | 6 | ОФП, участие в соревнованиях |
| НП-2 | 7 -13 лет | 15 | 8 | ОФП, выполнение IV разряд |
| УТ-1 | 8 -13 лет | 12 | 9 | ОФП, подтверждение IV, выполнениеIII разряд |
| УТ-2 | 9 -14 лет | 10 | 9 | ОФП, подтверждение III разряд |
| УТ-3 | 10 -15 лет | 8 | 12 | ОФП, выполнение IІразряд |
| УТ-4 | 12-16 лет | 8 | 12 | ОФП, подтверждение II разряд |
| УТ-5 | 13-18 лет | 8 | 12 | ОФП, І спортивный разряд |
| СС-1 | 14-18 лет | 6 | 24 | ОФП, І спортивный разряд, 1 бал КМС |
| СС-2 | 15-18 лет | 6 | 28 | ОФП, ІІ балла КМС, КМС |

Поиски и отбор способных детей и подростков осуществляется при проведении тренерско-преподавательским составом отделения шахмат различных соревнований новичков, сеансов одновременной игры и других массовых мероприятий.

**Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды подготовки** | **Этапы и годы спортивной подготовки** | | | | | |
| Этап начальной  подготовки | | Тренировочный этап (спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства. | |
| До года | свыше года | До двух лет | Свыше двух лет | 1 год | 2 год |
| Общая физическая подготовка (%) | 16 | 14 | 8 | 6 | 6 | 6 |
| Специальная физическая подготовка (%) | - | - | 6 | 6 | 9 | 6 |
| Технико-тактическая подготовка (%) | 40 | 46 | 53 | 50 | 48 | 46 |
| Теоретическая, психологическая подготовка | 40 | 34 | 25 | 19 | 17 | 19 |
| Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика (%) | 4 | 6 | 8 | 19 | 20 | 23 |

**Требования к результатам освоения программы по предметным областям**

Результатами освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

1. **На этапе начальной подготовки**:

***в области теории и методики физической культуры и спорта:***

- историю развития избранного вида спорта;

- иметь суждения о месте и роли физической культуры и спорта в современном обществе;

- иметь сведения по правилам соревнований;

- располагать информацией по требованиям, нормам и условиям присвоения спортивных разрядов и званий;

- гигиенические знания, умения и навыки;

- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;

- знать требования техники безопасности при занятиях шахматами;

***в области избранного вида спорта:***

- устойчивый интерес к занятиям шахматами;

- освоение основ игры в шахматы;

- гармоничное развитие физических качеств;

- укрепление здоровья спортсменов.

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

***в области теории и методики физической культуры и спорта:***

- историю развития избранного вида спорта;

- иметь суждения о месте и роли физической культуры и спорта в современном обществе;

- знать основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила проведения соревнований, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по шахматам);

- федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам;

- гигиенические знания, умения и навыки;

- соблюдать режим дня, закаливание организма, вести здоровый образ жизни;

- выполнять требования техники безопасности при занятиях шахматами;

- иметь сведения по основам спортивной подготовки и тренировочного процесса;

- знать основы спортивного питания;

- разбираться в спортивной терминологии по шахматам;

- иметь представления об укреплении здоровья, повышении уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма;

***в области избранного вида спорта:***

- повышение уровня общей физической, технической, тактической и психологической подготовки;

- приобретение опыта и стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта шахматы;

- формирование спортивной мотивации;

- укрепление здоровья спортсменов;

- навыки сохранения собственной физической формы.

**3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:**

***в области теории и методики физической культуры и спорта:***

- историю развития избранного вида спорта;

- иметь суждения о месте и роли физической культуры и спорта в современном обществе;

- знать основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила проведения соревнований, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по шахматам);

- федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам;

- гигиенические знания, умения и навыки;

- соблюдать режим дня, закаливание организма, вести здоровый образ жизни;

- выполнять требования техники безопасности при занятиях шахматами;

- иметь сведения по основам спортивной подготовки и тренировочного процесса;

- знать основы спортивного питания;

- разбираться в спортивной терминологии по шахматам;

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию, воспитанию личностных качеств и нравственных чувств (коллективизм, взаимопомощь);

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;

- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

- сохранение здоровья спортсменов.

**ІІІ. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  ПРОГРАММЫ**

Методическая часть программы содержит учебный материал по основным видам подготовки, его преемственность, последовательность по годам обучения. Спортивные требования по годам обучения, организацию комплексного контроля; приведены практические материалы и методические рекомендации по учебно-тренировочной и воспитательной работе.

В данной программе выделено три этапа спортивной подготовки – этап начальной подготовки (НП), учебно-тренировочный этап (УТ) и этап спортивного совершенствования (СС).

3.1. Задачи, решаемые на этапах обучения.

В соответствии с общими задачами определяются основные направления работы каждой учебной группы.

**В группах начальной подготовки**:

- привитие обучающимся интереса к занятиям шахматами;

- овладение элементарными основами шахматной игры;

- ознакомление с основными тактическими идеями и приемами;

- получение первоначальных знаний по истории шахмат;

- приобретение навыков участия в соревнованиях, выполнение нормативов IV разряда.

**В учебно-тренировочных группах первого года обучения:**

- развитие интереса к занятиям шахматами;

- изучение сложных комбинаций на сочетание идей;

- овладение элементарными техническими приемами фигурного эндшпиля;

- ознакомление с теорией А.Филидора;

- усвоение понятия о тренировке и гигиене шахматистов;

- выполнение норматива IІІ-IV разряда.

**В учебно-тренировочных группах второго года обучения:**

- формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами;

- развитие тактического зрения;

- приобретение навыков самостоятельной работы над шахматами;

- ознакомление с приемами атаки в шахматной партии;

- ознакомление с проблемами центра, углубленное изучение фигурных окончаний и основных приемов ладейного эндшпиля;

- изучение понятия инициативы в дебюте, расширение знаний по истории шахмат;

- изучение элементарных основ судейства и организации шахматных соревнований;

- выполнение нормативов III-II разрядов.

**В учебно-тренировочных группах третьего года обучения**

- расширение полученных знаний, изучение теории В. Стейница;

- углубленное изучение темы «Атака на короля»;

- ознакомление с характеристикой современных дебютов;

- совершенствование в изучении приемов эндшпиля и миттельшпиля;

- приобретение углубленных знаний о режиме шахматиста и методике тренировки;

- подтверждение норматива II разряда.

**В учебно-тренировочных группах четвертого и пятого года обучения**

- совершенствование теоретических знаний;

- изучение типовых позиций миттельшпиля;

- овладение принципами формирования дебютного репертуара;

- углубленное изучение сложных окончаний;

- овладение глубокими знаниями по истории шахмат;

- получение сведений о психологической и волевой подготовке;

- выполнение норматива I разряда.

**Этап спортивного совершенствования.**

- развитие творческих способностей, навыков логического и абстрактного мышления, навыков принятия решений в различных ситуациях;

- подготовка шахматистов высокой квалификации;

- воспитание психологической устойчивости к поражениям, умение бороться с депрессией, «звездной» болезнью и т.п.;

- подготовка воспитанников до выполнения кандидатских баллов;

- обучить основным приемам и методам во всех стадиях шахматной игры;

- способствовать развитию индивидуальных качеств воспитанника;

- предоставить возможность использования современных компьютерных методик для освоения шахмат.

**3.2. Методы обучения**

В программе применяются разнообразные методы обучения. Основополагающее значение имеют следующие:

- поисковый метод - нахождение обучающимися самостоятельного оптимального решения;

- соревновательный метод - включение в занятие творческой конкурсной ситуации или проведение занятия в форме соревнования;

- метод мобилизации морально-волевых качеств, необходимых для решения задачи и участия в соревновательной ситуации;

- метод анализа и синтеза, отработка отдельных тактических приемов и их последующее применение в более сложной комбинации, практическом задании или целой партии;

- игровой метод, организующий определенные этапы и формы занятия, для занимающихся младшего школьного возраста, где часть занятия может проводиться в игровой форме, с целью развития сообразительности, скорости реагирования, например: игра в мини-соревнования, конкурсный «экспресс-опрос» по пройденному материалу и др.;

метод современных технологий - компьютерное обучение (изучение шахматных компьютерных программ, умение использовать компьютер в качестве партнера, тренера, помощника, умение пользоваться различными шахматными базами, модулями, энциклопедиями).

**3.3.Основными формами осуществления спортивной подготовки по шахматам являются**:

* групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
* работа по индивидуальным планам;
* тренировочные сборы;
* участие в спортивных соревнованиях, в турнирах;
* инструкторская и судейская практика;
* медико - восстановительные мероприятия;
* тестирование и контроль;
* игра в шахматы с компьютером;
* работа с базами данных;
* анализ партии с помощью компьютера.

**ІV. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

Учебно-тренировочный процесс планируется на основе учебных материалов, изложенных в данной программе. Планирование учебных занятий и распределение учебного материала в группах проводится на основании учебного плана и годового графика распределения учебных часов, которые предусматривают организацию учебно-тренировочных занятий.

Учебным планом предусматриваются теоретические и практические занятия, сдача контрольных нормативов, прохождение тренерской и судейской практики, восстановительные мероприятия и участие в соревнованиях.

На теоретических занятиях обучающиеся знакомятся с развитием шахматного движения, историей шахмат, методике обучения и тренировки, правилам и судейству соревнований.

На практических занятиях обучающиеся применяют полученные знания, развивают волевые качества, трудолюбие, целеустремленность и настойчивость в устранении недостатков. Участие в соревнованиях организуется в соответствии с годовым календарным планом.

Годичный цикл тренировочных занятий в группах подразделяется на подготовительный, соревновательный и переходно-восстановительный этапы. При планировании подготовки юного шахматиста необходимо учитывать практический опыт, свидетельствующий, что для достижения в юношеском возрасте звания «Мастера спорта» требуется, как правило, от 6 до 10 лет тренировочной работы.

В группах начальной подготовки обучающиеся не выступают в официальных соревнованиях, и учебный процесс должен быть насыщен большим количеством внутренних турниров (тематических, квалификационных), специальными занятиями по закреплению теоретических знаний и различными массовыми мероприятиями. В учебно-тренировочных группах I и II годов обучения соревновательная нагрузка в официальных турнирах обычно еще не велика, поэтому учебный процесс не подразделяется на периоды.

На последующих годах обучения (в учебно-тренировочных группах III,IV годов обучения) учебный процесс подразделяется на периоды: подготовительный, соревновательный, переходный. В зависимости от календарного плана спортивных мероприятий соответствующим образом планируется учебно-тренировочный процесс подготовки шахматистов с тем, чтобы подвести воспитанников к основному соревнованию года в наилучшей спортивной форме и в состоянии оптимальной готовности.

В подготовительном периоде на первом этапе решаются общие задачи теоретической и практической подготовки, развития волевых качеств, спортивного трудолюбия, целеустремленности и настойчивости в устранении недостатков. На втором этапе подготовительного периода ведется непосредственная подготовка к предстоящему соревнованию.

В соревновательном периоде подводятся итоги тренировочной работы за прошедший этап подготовки, ставятся максимально высокие для данного шахматиста (команды) цели. Значимость соревнования определяется в зависимости от перспективного плана подготовки шахматиста. Вся учебно-тренировочная работа в соревновательном периоде проводится с учетом особенностей данного соревнования.

В переходном периоде осуществляется создание наилучших условий для отдыха центральной нервной системы. Учебный процесс, начиная с учебно-тренировочных групп четвертого года обучения, строится на основании индивидуально-группового плана на 2-4 спортсменов примерно одинакового уровня подготовки. Для перворазрядников, кандидатов в мастера и мастеров спорта могут быть составлены индивидуальные планы подготовки.

**Примерный учебный план подготовки в группах НП**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем | Группы начальной подготовки | | | |
| НП-1 |  |  | НП-2 |
|  | Количество учебных недель | 42 |  | Количество учебных недель | 42 |
|  | Количество часов в неделю | 6 |  | Количество часов в неделю | 8 |
|  | Количество часов в год | **252** |  | Количество часов в год | **336** |
| **1** | **Теория** | **138** | **1** | **Теория, тактика** | **166** |
|  | Шахматная азбука –первая часть | 36 |  | Тактика | 40 |
|  | Шахматная азбука –часть вторая | 36 |  | Стратегия | 40 |
|  | Шахматная азбука – третья часть | 36 |  | Миттэншпиль | 40 |
|  | Шахматная азбука-тактика. | 24 |  | Эндшпиль | 40 |
|  | Кодекс шахматиста | 6 |  | Кодекс | 6 |
| **2** | **Практика** | **71** | **2** | **Практика** | **170** |
|  | Контрольно-переводные работы | 4 |  | Дебюты | 22 |
|  | Участие в групповых турнирах | 28 |  | Упражнения по миттельшпилю | 22 |
|  | Сеансы и матчевые встречи | 8 |  | Упражнение по окончанию | 20 |
|  | Решение первых и вторых ходовых задач | 22 |  | Участие в соревнованиях | 24 |
|  | Участие в соревнованиях | 20 |  | Анализ сыгранных партий | 24 |
| **3** | **Общефизическая подготовка** | 10 |  | Сеансы и матчевые встречи, классификационные турниры | 30 |
| **4** | **Восстановительные мероприятия** | 22 | **3** | **Общефизическая подготовка** | 18 |
|  |  |  | **4** | **Восстановительные и воспитательные мероприятия** | 10 |

**Примерный учебный план подготовки в группах УТ и СС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | УТ до 2-х лет | УТ свыше двух лет | СС-1 | СС-2 |
|  | Количество учебных недель | 42 | 42 | 42 | 42 |
|  | Количество часов в неделю | 9 | 12 | 24 | 28 |
|  | Количество часов в год | **378** | **504** | **1008** | **1176** |
| 1. | **Теоретическая подготовка** |  |  |  |  |
|  | Теория | 38 | 70 |  |  |
|  | Тактика | 36 | 48 | 68 | 80 |
|  | Стратегия | 34 | 44 | 70 | 78 |
|  | Миттэншпиль | 40 | 48 | 59 | 80 |
|  | Эндшпиль | 36 | 50 | 60 | 67 |
| 2. | **Практическая подготовка** |  |  |  |  |
|  | Дебюты | 24 | 15 | 64 | 100 |
|  | Упражнения по миттельшпилю | 24 | 15 | 72 | 78 |
|  | Упражнения по окончанию | 12 | 13 | 77 | 88 |
|  | Участие в соревнованиях | 24 | 68 | 198 | 222 |
|  | Упражнения по тактике |  | 10 |  |  |
|  | Анализ сыгранных партий | 36 | 34 | 135 | 135 |
|  | Сеансы и матчевые встречи | 18 | 11 | 20 | 50 |
|  | Классификационные турниры | 12 | 24 | 80 | 82 |
| 3. | **Контрольно-переводные турниры** | 8 | 10 | 25 | 25 |
| 4. | **Общефизическая подготовка** | 16 | 20 | 36 | 40 |
| 5. | **Восстановительные мероприятия** | 14 | 10 | 28 | 28 |
| 6. | **Судейская и инструкторская практика** | 6 | 14 | 16 | 23 |

**ПРОГРАММА**

**подготовки юных шахматистов НП-1 (6 часов)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Изучаемые темы** | Часы |
|  | **ТЕОРИЯ.** | **182** |
| 1 | Знакомство с учащимися. День знаний и здоровья. Окно в шахматный мир (Показ, рассказ) | 2 |
|  | **I ступень. Азбука** | **80** |
| 2 | Удивительные приключения шахматной доски | 6 |
| 3 | Шахматные фигуры. Накальное положение | 4 |
| 4 | Ладья | 4 |
| 5 | Слон | 4 |
| 6 | Ладья против слона | 4 |
| 7 | Ферзь | 4 |
| 8 | Ферзь против ладьи и слона | 4 |
| 9 | Конь | 4 |
| 10 | Король | 2 |
| 11 | Пешка | 2 |
| 12 | Шах, второй шах | 4 |
| 13 | Мат, пат | 4 |
| 14 | Мат ферзем и королем | 4 |
| 15 | Мат двумя ладьями | 4 |
| 16 | Мат и шах двумя слонами | 4 |
| 17 | Мат тяжелыми фигурами | 4 |
| 18 | Конь, мат конем | 4 |
| 19 | Пешка, мат пешкой, превращения пешки | 4 |
| 20 | Взятие на проходе, движения и превращения | 4 |
| 21 | Правило квадрата | 4 |
|  | | |
|  | **II ступень. Азбука** | **40** |
| 1 | Мат тяжелыми фигурами | 4 |
| 2 | Оппозиция королей | 4 |
| 3 | Рокировка. Короткая О-О. Длинная О-О-О | 2 |
| 4 | Рокировка, правила рокировки | 2 |
| 5 | Дебют. Основные понятия. | 4 |
| 6 | Принцип быстрого развития фигур | 4 |
| 7 | Миттельшпиль. Середина игры | 4 |
| 8 | Эндшпиль. Окончание. Основные принципы. | 4 |
| 9 | Шахматная партия. Демонстрация коротких партий | 4 |
| 10 | Демонстрация коротких партий с анализом | 4 |
| 11 | Шахматные партии. Игра всеми фигурами | 4 |
|  | | |
|  | **III ступень. Азбука** | **40** |
| 1 | Мат в один ход. Мат ферзем и королем | 4 |
| 2 | Мат в один ход. Мат ладьей и королем | 4 |
| 3 | Мат в один ход. Ладья и ферзь. Ладья и конь | 4 |
| 4 | Выиграй фигуру. Цикл «А» | 4 |
| 5 | Выиграй фигуру. Цикл «А» | 4 |
| 6 | Отличие мата от пата | 4 |
| 7 | 5 матов, пропавшая фигура | 4 |
| 8 | «Раскраска». Пропавшая фигура | 4 |
| 9 | Простые диаграммы на мат. «Цикл А» | 4 |
| 10 | Простые диаграммы на мат «Цикл А» | 4 |
|  | | |
|  | **IV. Ступень. Азбука - эндшпиль** | **10** |
| 1 | Движение пешки. Оппозиция королей. Король и пешка | 4 |
| 2 | Крайняя пешка. Правила квадрата. Отталкивание плеча. | 4 |
| 3 | Оппозиция. Борьба королей. Король и пешка. | 2 |
|  | | |
|  | **V ступень. Азбука - тактика** | **10** |
| 1 | Лабиринт. Кратчайший путь. Перехитри часовых | 4 |
| 2 | Лабиринт. Движение ладьи. Нападения | 4 |
| 3 | Открытый шах с нападением | 2 |
|  | | |
|  | **V. Шахматный кодекс** | **2** |
| 1. | Основные правила и понятия в шахматных соревнованиях | 2 |
|  | | |
| **ИТОГО: 182 ч.** | | |
|  | **2. ПРАКТИКА** | **70** |
| 1 | Участие в групповых соревнованиях | 32 |
| 2 | Анализ сыгранных партий и других партий | 10 |
| 3 | Сеансы и матчевые встречи | 4 |
| 4 | Решения первых и вторых ходовых задач на мат | 20 |
| 5 | Контрольно-переводные работы | 4 |
| **ИТОГО: 70 ч.** | | |
|  | | |
| **ВСЕГО: 252 ч.** | | |

**Учебно-тематический план**

**подготовки группа НП-2 (8 часов)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Изучаемые темы | Часы |
|  | 1. **Тактика – 38 ч** |  |
| 1. | Мат двумя ладьями | 4 |
| 2. | Мат и шах двумя ладьями | 4 |
| 3. | Мат двумя слонами | 6 |
| 4. | Конь, мат конём | 6 |
| 5. | Решение этюдов по тактике | 6 |
| 6. | Правило квадрата | 6 |
| 7. | Пешка, мат пешкой, превращение пешки | 6 |
|  | 1. **Стратегия – 40 ч** |  |
| 1. | Двойной удар | 8 |
| 2. | Линейная связка | 6 |
| 3. | Сочетание двойного удара и линейной связки | 6 |
| 4. | Матовая атака | 6 |
| 5. | Связка | 8 |
| 6, | Блицконкурс | 6 |
|  | 1. **Миттельшпиль – 44 ч** |  |
| 1. | Защита от связки | 6 |
| 2. | Открытое нападение | 6 |
| 3. | Открытый шах, двойной шах | 6 |
| 4. | Комбинация на завлечение | 6 |
| 5. | Завлечение короля | 8 |
| 6. | Владение 2 и 7 горизонталью | 6 |
| 7. | Захват центра | 6 |
|  | 1. **Эндшпиль – 36 ч** |  |
| 1. | Король и пешка против короля | 6 |
| 2. | Ладейные пешки | 6 |
| 3. | Король и пешка против короля и пешки | 6 |
| 4. | Много пешечные окончания | 6 |
| 5. | Ладья против коня | 6 |
| 6. | Ладья против слона | 6 |
|  | 1. **Основы судейства в шахматах 4 ч** |  |
| 1. | Судья и судейская коллегия | 2 |
| 2. | Правила игры | 2 |
|  | **Дебюты – 24 ч** |  |
| 1 . | Общие сведения о дебютах | 3 |
| 2. | Неудачный старт | 3 |
| 3. | Развитие дебюта | 3 |
| 4. | Открытые дебюты | 3 |
| 5. | Дебют 4-х коней | 3 |
| 6. | Центральный дебют | 3 |
| 7. | Сицилианская защита | 3 |
| 8. | Французская защита | 3 |
|  | 1. **Миттельшпиль – 19 ч** |  |
| 1. | Типовые приемы борьбы в сицилианской защите | 3 |
| 2. | Типовые приемы борьбы в французской защите | 3 |
| 3. | Жертва пешек в центральном дебюте | 3 |
| 4. | Жертва фигуры в дебюте | 3 |
| 5. | Конкурс решения задач Мат в 2 хода | 4 |
| 6. | Блицконкурс | 3 |
|  | **Окончание – 15 ч** |  |
| 1. | Ладья против пешки | 3 |
| 2. | Ладья и лёгкие фигуры против пешек | 3 |
| 3. | Лишнее качество при пешках | 3 |
| 4. | Основные правила ладейных окончаний | 3 |
| 5. | Ферзевые окончания | 3 |
|  | **Участие в соревнованиях – 28 ч** |  |
| 1. | Городские внутри групповые соревнования | 6 |
| 2. | Личное первенство Амурской области | 14 |
| 3. | Командные областные соревнования | 8 |
|  | **Анализ сыгранных партий своих и мастеров – 20 ч** |  |
| 1. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди школьников | 4 |
| 2. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди мужчин | 4 |
| 3. | Анализ сыгранных партий в областных соревнованиях среди школьников | 4 |
| 4. | Анализ сыгранных партий в командных первенствах области | 4 |
| 5. | Анализ сыгранных партий выдающихся мастеров (миниатюры) | 4 |
|  | **Сеансы и матчевые встречи – 16 ч** |  |
| 1. | Сеансы одновременной игры с ведущими шахматистами города | 6 |
| 2. | Городские матчевые встречи с ветеранами спорта по шахматам | 4 |
| 3. | Сеансы одновременной игры с группы УТ-3 | 6 |
|  | **Классификационные турниры – 17 ч** |  |
| 1. | Классификационный шахматный турнир юношей на спортивный разряд | 17 |
|  | **Контрольно-переводные работы – 8 ч** |  |
| 1. | Контрольные работы по дебютам | 2 |
| 2. | Контрольные работы по миттельшпилю и эндшпилю | 2 |
| 3. | Контрольные работы по решению задач | 2 |
| 4. | Контрольная работа, мат ферзём, мат ладьёй, мат двумя слонами. | 2 |
| ІІІ | **Общефизическая подготовка** | **13** |
| ІV | **Восстановительные и воспитательные мероприятия** | **14** |
|  | **Итого:** | **336** |

**Учебно-тематический план**

**подготовки группа УТ-1 (9 часов)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Изучаемые темы | Часы |
|  | 1. **Теория 157 ч** |  |
|  | 1. **Тактика – 38 ч** |  |
| 1. | Мат двумя ладьями | 4 |
| 2. | Мат и шах двумя ладьями | 4 |
| 3. | Мат двумя слонами | 6 |
| 4. | Конь, мат конём | 6 |
| 5. | Решение этюдов по тактике | 6 |
| 6. | Правило квадрата | 6 |
| 7. | Пешка, мат пешкой, превращение пешки | 6 |
|  | 1. **Стратегия – 40 ч** |  |
| 1. | Двойной удар | 8 |
| 2. | Линейная связка | 6 |
| 3. | Сочетание двойного удара и линейной связки | 6 |
| 4. | Матовая атака | 6 |
| 5. | Связка | 8 |
| 6, | Блицконкурс | 6 |
|  | **Миттельшпиль – 44 ч** |  |
| 1. | Защита от связки | 6 |
| 2. | Открытое нападение | 6 |
| 3. | Открытый шах, двойной шах | 6 |
| 4. | Комбинация на завлечение | 6 |
| 5. | Завлечение короля | 8 |
| 6. | Владение 2 и 7 горизонталью | 6 |
| 7. | Захват центра | 6 |
|  | **Эндшпиль – 40 ч** |  |
| 1. | Король и пешка против короля | 6 |
| 2. | Ладейные пешки | 8 |
| 3. | Король и пешка против короля и пешки | 8 |
| 4. | Много пешечные окончания | 6 |
| 5. | Ладья против коня | 6 |
| 6. | Ладья против слона | 6 |
|  | **Основы судейства в шахматах 6 ч** |  |
| 1. | Судья и судейская коллегия | 3 |
| 2. | Правила игры | 3 |
|  | **Дебюты – 27 ч** |  |
| 1 . | Общее сведение о дебютах | 3 |
| 2. | Неудачный старт | 4 |
| 3. | Развитие дебюта | 4 |
| 4. | Открытые дебюты | 4 |
| 5. | Дебют 4-х коней | 3 |
| 6. | Центральный дебют | 3 |
| 7. | Сицилианская защита | 3 |
| 8. | Французская защита | 3 |
|  | **Миттельшпиль – 27 ч** |  |
| 1. | Типовые приемы борьбы в сицилианской защите | 5 |
| 2. | Типовые приемы борьбы в французской защите | 5 |
| 3. | Жертва пешек в центральном дебюте | 5 |
| 4. | Жертва фигуры в дебюте | 5 |
| 5. | Конкурс решения задач Мат в 2 хода | 4 |
| 6. | Блицконкурс | 3 |
|  | **Окончание – 20 ч** |  |
| 1. | Ладья против пешки | 4 |
| 2. | Ладья и лёгкие фигуры против пешек | 4 |
| 3. | Лишнее качество при пешках | 4 |
| 4. | Основные правила ладейных окончаний | 4 |
| 5. | Ферзевые окончания | 4 |
|  | **Участие в соревнованиях – 28 ч** |  |
| 1. | Городские внутри групповые соревнования | 6 |
| 2. | Личное первенство Амурской области | 14 |
| 3. | Командные областные соревнования | 8 |
|  | **Анализ сыгранных партий своих и мастеров – 36 ч** |  |
| 1. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди школьников | 6 |
| 2. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди мужчин | 6 |
| 3. | Анализ сыгранных партий в областных соревнованиях среди школьников | 8 |
| 4. | Анализ сыгранных партий в командных первенствах области | 6 |
| 5. | Анализ сыгранных партий выдающихся мастеров (миниатюры) | 10 |
|  | **Сеансы и матчевые встречи – 22 ч** |  |
| 1. | Сеансы одновременной игры с ведущими шахматистами города | 6 |
| 2. | Матчевые встречи с ветеранами спорта по шахматам из города | 4 |
| 3. | Сеансы одновременной игры с группы УТ-3 | 6 |
| 4. | Матчевая встреча с посёлком Новобурейск | 6 |
|  | **Классификационные турниры – 11 ч** |  |
| 1. | Классификационный шахматный турнир юношей на спортивный разряд | 12 |
|  | **Контрольно-переводные работы – 8 ч** |  |
| 1. | Контрольные работы по дебютам | 2 |
| 2. | Контрольные работы по миттельшпилю и эндшпилю | 2 |
| 3. | Контрольные работы по решению задач | 2 |
| 4. | Контрольная работа, мат ферзём, мат ладьёй, мат двумя слонами. | 2 |
| ІІІ | **Общефизическая подготовка** | **16** |
| ІV | **Восстановительные и воспитательные мероприятия** | **14** |
|  | **Итого:** | **378** |

**Учебно-тематический план подготовки УТ-3 (12 час)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Изучаемые темы** | **Часы** |
|  | **I. Теория** | **250** |
|  | **1. Дебюты – 70 час.** |  |
| 1 | Центральный дебют | 4 |
| 2 | Дебют слона | 4 |
| 3 | Дебют королевского коня | 4 |
| 4 | Защита Филидора | 4 |
| 5 | Латышский гамбит | 4 |
| 6 | Русская партия | 4 |
| 7 | Дебют трех коней | 4 |
| 8 | Дебют четырех коней | 4 |
| 9 | Венская партия | 4 |
| 10 | Королевский гамбит | 4 |
| 11 | Дебют Понциани | 3 |
| 12 | Шотландская партия | 3 |
| 13 | Венгерская партия | 2 |
| 14 | Итальянская партия | 2 |
| 15 | Гамбит Эванса | 3 |
| 16 | Защита двух коней | 3 |
| 17 | Испанская партия | 4 |
| 18 | Психологическая подготовка | 10 |
|  | **2. Стратегия** |  |
|  | **2.1. Оценка позиции – 40 ч** |  |
| 1 | Центр | 4 |
| 2 | Сильные и слабые поля и пунктиры | 10 |
| 3 | Владение открытыми линиями и диагоналями | 10 |
| 4 | Развитие и расположение фигур | 4 |
| 5 | Позиция короля и возможности атаки на него | 8 |
| 6 | Динамика | 4 |
|  | **2.3. Тактика – 48 ч** |  |
| 1 | Это волшебный, волшебный мир | 6 |
| 2 | Матовые комбинации | 10 |
| 3 | Комбинации для достижения материального перевеса | 8 |
| 4 | Различные тактические приемы | 8 |
| 5 | Интуитивные жертвы | 8 |
| 6 | Упражнения по тактике | 8 |
|  | **2.4. Миттельшпиль – 42 ч** |  |
| 1 | Борьба при необычном соотношении сил | 8 |
| 2 | Позиционное преимущество | 8 |
| 3 | Динамическая жертва пешки | 8 |
| 4 | Позиционная жертва пешки | 8 |
| 5 | Жертва качества для достижения цели | 5 |
| 6 | Тренировка техника расчета | 5 |
|  | | |
|  | **2.5. Эндшпиль – 50 ч** |  |
| 1 | Слон против пешки | 4 |
| 2 | Конь против пешки | 4 |
| 3 | Одноцветные слоны | 4 |
| 4 | Разноцветные слоны | 4 |
| 5 | Ладья против пешки | 6 |
| 6 | Ладейные окончания | 6 |
| 7 | Ладья сильнее слона | 6 |
| 8 | Ферзевые окончания | 6 |
| 9 | Ферзь против ладьи | 5 |
| 10 | Пешечные окончания | 5 |
|  | **II. Практика** | **214** |
| 1 | Упражнения по дебютам | 15 |
| 2 | Упражнения по тактике | 15 |
| 3 | Упражнения по миттельшпилю | 15 |
| 4 | Упражнения по эндшпилю | 15 |
| 5 | Участие в соревнования | 70 |
| 6 | Анализ сыгранных партий своих и мастеров | 36 |
| 7 | Сеансы одновременной игры и матчевые встречи | 11 |
| 8 | Классификационный турнир на разряд | 27 |
| 9 | Контрольно-переводные работы: окончание учебного года | 10 |
|  | **III. Основы судейства** | **14** |
|  | Правила шахматной игры | 2 |
|  | Правила шахматных соревнований | 2 |
|  | Системы проведения соревнований | 2 |
|  | Организация и проведение соревнований | 6 |
|  | Шахматная классификация | 2 |
|  |  |  |
|  | **IV.Физическая подготовка шахматиста** | **16** |
|  | **V.Восстановительные мероприятия** | **10** |
| Итого часов **504** | | |

**Тематический план**

**подготовки группы спортивного совершенствования СС-1 (1008 ч)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Изучаемые темы | Часы |
|  | **1.Теоритическая подготовка** |  |
|  | **2.Тактика – 76ч.** |  |
| 1. | Атака на не рокированного короля | 8 |
| 2. | Атака на короля при односторонних 0-0 | 8 |
| 3. | Атака на короля при разносторонних 0-0; 0-0-0 | 10 |
| 4. | Тренировка техники расчета | 10 |
| 5. | Ошибки при расчете вариантов | 13 |
| 6. | Решение комбинаций по теме | 9 |
| 7. | Блицконкурсы на комбинации | 10 |
| 8. | Решение этюдов и диаграмм по тактике | 8 |
|  | **3.Стратегия – 74ч.** |  |
| 1. | Подвижность (активность) фигур | 8 |
| 2. | Перевес в развитии | 8 |
| 3. | Центр и захват центра | 10 |
| 4. | Слабые поля | 10 |
| 5. | Пешечный перевес на одном из флангов | 5 |
| 6. | Лучшее пешечное расположение | 8 |
| 7. | Открытие пешки (вертикаль, диагональ) | 8 |
| 8. | Обладание 2-х слонов, портив слон + конь или 2-х коней | 5 |
| 9. | Борьба при необычном соотношении сил и компенсация за материал | 8 |
| 10. | «Карлсбадская структура» | 4 |
|  | **4.Миттельшпиль – 59ч.** |  |
| 1. | «Компенсация за пешку». Жертва фигуры. | 10 |
| 2. | Динамическая жертва пешки | 10 |
| 3. | Позиционная жертва пешки | 10 |
| 4. | Позиционная жертва легкой фигуры | 14 |
| 5. | Жертва качества в комбинации | 15 |
|  | **5.Эндшпиль – 64 ч.** |  |
| 1. | Пешечные концы - окончания | 10 |
| 2. | Ладейные концы - окончания | 5 |
| 3. | Ферзевые концы - окончания | 4 |
| 4. | Одноцветные слоны в окончаниях | 5 |
| 5. | Разноцветные слоны в окончаниях | 7 |
| 6. | Слон против коня | 5 |
| 7. | Ладья против пешек | 8 |
| 8. | Лучшая позиция для ладьи | 8 |
| 9. | Ферзь против ладьи | 5 |
| 10. | Промежуточный шаг для выигрыша темпа | 7 |
|  | **6.Основы судейства в шахматах 6 ч.** |  |
| 1. | Судья и судейская коллегия | 1 |
| 2. | Организация и руководство соревнованиями | 1 |
| 3. | Правила игры | 2 |
| 4. | Правила соревнований | 2 |
|  | **Практическая подготовка** |  |
|  | **3.1.Дебюты – 64ч** |  |
| 1 . | Дебют 4-х коней | 15 |
| 2. | Дебют сицилианской защиты 5…e5 | 12 |
| 3. | Дебют испанской партии 1.е5 е5; 2.kf3 kc6 | 13 |
| 4. | Защита Филидора 1.е4 е5; 2.kf3 d6 | 10 |
| 5. | Центральный дебют 1.е4 е5; 2.d4 cd. | 8 |
| 6. | Дебют слона 1.е4 е5; 2.Сс4 | 5 |
| 7. | Французская защита 1. е4 е6; 2. d4 d5 | 6 |
| 8. | Итальянская партия | 4 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Миттельшпиль – 72ч.** |  |
| 1. | Типовые приемы борьбы в сицилианской защите поле d5 | 15 |
| 2. | Типовые приемы борьбы в французской защите | 15 |
| 3. | Блокада ферзевого фланга белых в испанской партии | 19 |
| 4. | Жертва пешек в центральном дебюте 1 e4 e5 2. d4 ed 3. C3 | 23 |
|  | **Окончание – 77ч.** |  |
| 1. | Владение 7-й и 8-й горизонталью | 15 |
| 2. | Реализация материального перевеса | 12 |
| 3. | Ладейные окончания | 13 |
| 4. | Слон против пешек | 9 |
| 5. | Конь против пешек | 8 |
| 6. | Коневые окончания | 8 |
| 7. | Слон против коня | 6 |
| 8. | Ладья против пешек | 6 |
|  | **Участие в соревнованиях – 198ч.** |  |
| 1. | Городские юношеские турниры | 30 |
| 2. | Командные городские турниры | 20 |
| 3. | Участие юношей в мужском чемпионате города | 30 |
| 4. | Личное первенство Амурской области среди юношей | 30 |
| 5. | Участие в региональных соревнованиях | 36 |
| 6. | Участие в фестивалях города, области и Дальнего Востока | 52 |
|  | **Анализ сыгранных партий своих и мастеров – 135ч.** |  |
| 1. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди юношей | 17 |
| 2. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди мужчин | 15 |
| 3. | Анализ сыгранных партий в областных соревнованиях среди юношей | 21 |
| 4. | Анализ сыгранных партий в командных первенствах области | 20 |
| 5. | Анализ сыгранных партий на полуфиналах и финалах России | 20 |
| 6. | Анализ сыгранных партий в фестивалях Дальнего Востока | 12 |
| 7. | Разбор сыгранных партий мастеров | 13 |
| 8. | Разбор сыгранных партий Крамник-Каспаров | 17 |
|  | **Сеансы и матчевые встречи – 20ч.** |  |
| 1. | Сеансы одновременной игры с ведущими шахматистами города, области и Дальнего Востока | 8 |
| 2. | Матчевые встречи юношей с ветеранами спорта по шахматам из города | 4 |
| 3. | Сеансы одновременной игры внутри группы | 8 |
|  | **Классификационные турниры – 80ч.** |  |
| 1. | Классификационный шахматный турнир юношей на спортивный разряд | 80 |
|  | **Контрольно-переводные работы – 25 ч.** |  |
| 1. | Контрольные работы по тактике и стратегии | 10 |
| 2. | Контрольные работы по миттельшпилю и эндшпилю | 15 |
|  |  |  |
| **ІV** | **Общефизическая подготовка** | 30 |
| **V** | **Восстановительные мероприятия** | 28 |
| **VІ** | **Судейская и инструкторская практика** |  |
|  | **Итого:** | **1008** |

**Тематический план**

**подготовки группы спортивного совершенствования СС-2 (1104 ч)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Изучаемые темы | Часы |
| **I.** | **Теоретическая подготовка** | **277** |
|  | **2.Тактика – 72 ч** |  |
| 1. | Атака на не рокированного короля | 10 |
| 2. | Атака на короля при односторонних 0-0 | 10 |
| 3. | Атака на короля при разносторонних 0-0; 0-0-0 | 10 |
| 4. | Тренировка техники расчета | 10 |
| 5. | Ошибки при расчете вариантов | 10 |
| 6. | Решение комбинаций по теме | 6 |
| 7. | Блицконкурсы на комбинации | 10 |
| 8. | Решение этюдов и диаграмм по тактике | 6 |
|  | **3.Стратегия – 68 ч** |  |
| 1. | Подвижность (активность) фигур | 8 |
| 2. | Перевес в развитии | 8 |
| 3. | Центр и захват центра | 8 |
| 4. | Слабые поля | 8 |
| 5. | Пешечный перевес на одном из флангов | 5 |
| 6. | Лучшее пешечное расположение | 8 |
| 7. | Открытие пешки (вертикаль, диагональ) | 8 |
| 8. | Обладание 2-х слонов, портив слон + конь или 2-х коней | 5 |
| 9. | Борьба при необычном соотношении сил и компенсация за материал | 6 |
| 10. | «Карлсбадская структура» | 4 |
|  | **4.Миттельшпиль – 69 ч** |  |
| 1. | «Компенсация за пешку». Жертва фигуры. | 12 |
| 2. | Динамическая жертва пешки | 15 |
| 3. | Позиционная жертва пешки | 14 |
| 4. | Позиционная жертва легкой фигуры | 14 |
| 5. | Жертва качества в комбинации | 14 |
|  | **5.Эндшпиль – 62 ч** |  |
| 1. | Пешечные концы - окончания | 8 |
| 2. | Ладейные концы - окончания | 5 |
| 3. | Ферзевые концы - окончания | 4 |
| 4. | Одноцветные слоны в окончаниях | 5 |
| 5. | Разноцветные слоны в окончаниях | 7 |
| 6. | Слон против коня | 5 |
| 7. | Ладья против пешек | 8 |
| 8. | Лучшая позиция для ладьи | 8 |
| 9. | Ферзь против ладьи | 5 |
| 10. | Промежуточный шаг для выигрыша темпа | 7 |
|  | 1. **Основы судейства в шахматах – 6 ч** |  |
| 1. | Судья и судейская коллегия | 1 |
| 2. | Организация и руководство соревнованиями | 1 |
| 3. | Правила игры | 2 |
| 4. | Правила соревнований | 2 |
| **III.** | **Практическая подготовка** | **633** |
|  | **Дебюты – 80 ч** |  |
| 1 . | Дебют 4-х коней | 10 |
| 2. | Дебют сицилианской защиты 5…e5 | 10 |
| 3. | Дебют испанской партии 1.е5 е5; 2.kf3 kc6 | 10 |
| 4. | Защита Филидора 1.е4 е5; 2.kf3 d6 | 10 |
| 5. | Центральный дебют 1.е4 е5; 2.d4 cd. | 10 |
| 6. | Дебют слона 1.е4 е5; 2.Сс4 | 10 |
| 7. | Французская защита 1. е4 е6; 2. d4 d5 | 10 |
| 8. | Итальянская партия | 10 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Миттельшпиль – 68 ч** |  |
| 1. | Типовые приемы борьбы в сицилианской защите поле d5 | 16 |
| 2. | Типовые приемы борьбы в французской защите | 14 |
| 3. | Блокада ферзевого фланга белых в испанской партии | 17 |
| 4. | Жертва пешек в центральном дебюте 1 e4 e5 2. d4 ed 3. C3 | 21 |
|  | **Окончание – 70 ч** |  |
| 1. | Владение 7-й и 8-й горизонталью | 10 |
| 2. | Реализация материального перевеса | 10 |
| 3. | Ладейные окончания | 10 |
| 4. | Слон против пешек | 10 |
| 5. | Конь против пешек | 10 |
| 6. | Коневые окончания | 10 |
| 7. | Слон против коня | 5 |
| 8. | Ладья против пешек | 5 |
|  | **Участие в соревнованиях – 200 ч** |  |
| 1. | Городские юношеские турниры | 28 |
| 2. | Командные городские турниры | 20 |
| 3. | Участие юношей в мужском чемпионате города | 26 |
| 4. | Личное первенство Амурской области среди юношей | 30 |
| 5. | Участие в региональных соревнованиях | 32 |
| 6. | Участие в фестивалях города, области и Дальнего Востока | 40 |
| 7 | Участие в полуфиналах и финалах России | 24 |
|  | **Анализ сыгранных партий своих и мастеров – 103 ч** |  |
| 1. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди юношей | 12 |
| 2. | Анализ сыгранных партий в городских соревнованиях среди мужчин | 14 |
| 3. | Анализ сыгранных партий в областных соревнованиях среди юношей | 12 |
| 4. | Анализ сыгранных партий в командных первенствах области | 13 |
| 5. | Анализ сыгранных партий на полуфиналах и финалах России | 12 |
| 6. | Анализ сыгранных партий в фестивалях Дальнего Востока | 13 |
| 7. | Разбор сыгранных партий мастеров | 12 |
| 8. | Разбор сыгранных партий Крамник-Каспаров | 15 |
|  | **Сеансы и матчевые встречи – 50 ч** |  |
| 1. | Сеансы одновременной игры с ведущими шахматистами города, области и Дальнего Востока | 18 |
| 2. | Матчевые встречи юношей с ветеранами спорта по шахматам из города | 14 |
| 3. | Сеансы одновременной игры внутри группы | 18 |
|  | **Классификационные турниры – 62 ч** |  |
| 1. | Классификационный шахматный турнир юношей на спортивный разряд | 62 |
|  | **Контрольно-переводные работы:** | **20** |
| 1. | Контрольные работы по тактике и стратегии | 10 |
| 2. | Контрольные работы по миттельшпилю и эндшпилю | 10 |
|  |  |  |
| **ІV** | **Общефизическая подготовка** | **40** |
| **V** | **Восстановительные мероприятия** | **18** |
| **VІ** | **Судейская и инструкторская практика** | **20** |
|  | **Итого:** | **1008** |

**ІV. СОДЕРЖАНИЕ**   **УЧЕБНОЙ** **ПРОГРАММЫ**

**ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной форме. В зависимости от конкретных условий работы в план можно вносить коррективы.

***Физическая культура и спорт в России***

Понятие о физической культуре. Физическая культура, как составная часть гармоничного развития личности. Задачи физического воспитания: укрепление здоровья, всестороннее развитие человека. Единая Всероссийская спортивная классификация. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания.

Основные формы организации занятий в детско-юношеской спортивной школе. Всероссийские соревнования для обучающихся, спартакиады, всероссийский турнир школьных команд «Белая ладья». Международные связи российских шахматистов. Основы законодательства и права в спорте.

***Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований***

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронул – ходи», требования записи турнирной партии. Основные положения шахматного кодекса.Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Судейство на соревнованиях. Воспитательная роль судьи.

Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правило определения цвета фигур. Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка места соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Порядок оформления отчета о соревнованиях. Зачет по судейству и организации соревнований. Инструкторская и судейская практика.

***Исторический обзор развития шахмат***

Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Распространение шахмат на Востоке.

Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью. Испанские и итальянские шахматисты XVI-XVII веков. Ранняя итальянская школа. Шахматы как придворная игра. Выдающиеся зарубежные шахматисты. Выдающиеся советские шахматисты. Творчество Роберта Фишера, Анатолия Карпова, Гарри Каспарова. Молодые зарубежные и российские шахматисты.

***Дебют***

Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Классификация дебютов. Основные принципы разыгрывания дебютов. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Значение флангов. Дебютный захват центра с флангов. Подрыв центра. План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Гамбиты. Эволюция взглядов на дебютную теорию. Характеристика современных дебютов. Методы работы над дебютами. Принципы составления дебютного репертуара. Понятие дебютной новинки. Концентрический метод изучения дебютных схем. Стратегия идеи основных дебютных схем.

***Миттельшпиль***

Понятие о тактике. Понятие о комбинации. Основные тактические приемы. Связка, полусвязка, двойной шах, скрытое нападение, вскрытый шах, двойной шах, отвлечение, завлечение. Размен. Комбинация с мотивами «спертого мата», использование слабости первой (последней) горизонтали, разрушение пешечного прикрытия короля, освобождение поля и линии, перекрытия, блокировки, превращение пешки, уничтожение защиты. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей. Сложные комбинации на сочетание идей.

Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Атака фигурами. Пешечно – фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Атака на короля. Атака на нерокировавшегося короля. Атака короля при односторонних и разносторонних рокировках. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку. Защита в шахматной партии. О роли защиты в шахматной партии. Пассивная и активная защиты. Требования к защите: определение момента, с которого необходимо переходить к защите, составление плана защиты, перегруппировка сил, экономизм в защитительных мероприятиях. Тенденция перехода в контратаку.

Стратегическая и тактическая защита. Приемы тактической защиты: отражение непосредственных угроз, неожиданные тактические удары, ловушки. Типичные комбинации в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Определение стратегии. Элементы стратегии, оценки позиции, выбора плана. Принцип реализации материального преимущества. Простейшие принципы разыгрывания середины игры: целесообразность в развитии фигур, мобилизация сил, определение ближайших и последующих задач. План игры. Оценка позиции. Центр. Централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях. Форпост. Вторжение в седьмую горизонталь. Проблема центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный клин. Подвижный пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечно – фигурный центр, открытый центр. Центр и фланги. Осада центров с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.

Подвижность слона и коня в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости. Теория «островков». Создание слабости в лагере противника. Пешечный перевес: в центре, на ферзевом фланге, на королевском фланге. Пешечные цепи. Блокада пешки и пешечной цепи. Пешечный прорыв. Размен как средство получения перевеса. Преимущество двух слонов. Стратегическая атака при разноцветных слонах, по большой диагонали, пешечного меньшинства. Приемы стратегической защиты: размен атакующих фигур противника, упрощения, создание максимальных трудностей противнику, ослабление позиции противника, жертва материала ради перехода в эндшпиль, в котором реализация перевеса вызывает большие трудности. Компенсация за ферзя. Ладью, легкую фигуру. 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.

***Эндшпиль***

Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность фигур в эндшпиле. Матование одного короля. Пешечные окончания. Систематизация пешечных окончаний по тематическому содержанию. Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях: правило квадрата, оппозиция, виды оппозиции, король и пешка против короля, защищенная и отдаленная проходные пешки, игра королей с двойной целью, «треугольник», прорыв, сочетание угроз, поля соответствия. Многопешечные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях.

Сложные пешечные окончания. Ферзь против пешки. Слон против пешки. Конь против пешки. Коневые окончания. Слоновые окончания. Одноцветные и разноцветные слоны. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания. Ферзевые окончания. Компенсация за ферзя, ладью и легкую фигуру. Ладья против легких фигур. Ладья и слон против ладьи. Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль. Сложные окончания.

***Основы методики тренировки шахматиста***

Понятие об обучении и тренировке. Формы и методы тренировки шахматиста. Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретение им специальных знаний, навыков и качеств. Тренировочная нагрузка и работоспособность. Система восстановительных мероприятий. Основные требования, предъявляемые к организации учебно-тренировочного процесса. Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения учебно-тренировочных занятий перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста.

Закономерности тренировки шахматиста: совершенствование, как многолетний тренировочный процесс, перспективное и годовое планирование, периодизация спортивной тренировки, общая подготовка (физическая, морально-волевая и психологическая, специальная выносливость), специальная подготовка (отработанный дебютный репертуар, наличие наигранных схем, знание основных эндшпильных позиций, быстрый и безошибочный расчет вариантов).

Методы совершенствования подготовки шахматистов: усвоение шахматной культуры (наследие прошлого и современные достижения), развитие комбинационного зрения и позитивного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участие в соревнованиях.

***Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста***

Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему. Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Личная гигиена шахматиста.

Значение питания как фактора обеспечения и укрепления здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при различных физических и умственных нагрузках и восстановлении. Понятие о калорийности. Вредное воздействие курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста.

Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятий спортом. Значение правильного режима для юного спортсмена. Место ежедневной утренней гимнастики и водных процедур в режиме дня шахматиста. Режим сна и питания шахматиста. Двигательная активность шахматиста. Требования к режиму шахматиста. Режим шахматиста во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Содержание врачебного контроля и самоконтроля. Порядок осуществления врачебного контроля в детско-юношеской спортивной школе.

***Российская и зарубежная шахматная литература***

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста. Обзор мировой шахматной литературы: первые рукописи, средневековые трактаты, первые книги и журналы, литература XIX-XX веков, современная литература. Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований. Обзор крупнейших соревнований. Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии). Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления учебной и дебютной картотеки

***Основы законодательства физической культуры и спорта***

**ІІ. ПРАКТИКА**

**2.1. Упражнения в дебюте**

**2.2. Упражнения в миттельшпиле**

**2.3. Упражнения в эндшпиле**

**2.4. Квалификационные турниры**

**2.5. Анализ партий и типовых позиций.**

Разбор с тренером-преподавателем сыгранных партий, анализ типовых положений, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировка со спарринг – партнером

**2.6.Участие шахматистов в квалификационных и тематических турнирах.**

Проведение тренером-преподавателем семинаров по актуальным разделам теории шахмат, групповое обсуждение докладов, прием зачетов по организации и судейству соревнований, выполнение обучающимися контрольных работ по пройденным темам, заслушивание аналитических докладов обучающихся.

**2.7**. **Индивидуальные занятия** тренера-преподавателя с обучающимися в соответствии с перспективными планами индивидуальной подготовки. Выполнение контрольно-переводных и нормативных требований.

**2.8.Консультационные партии, конкурсы решения задач и этюдов, сеансы одновременной игры, упражнения на расчет вариантов**

Тематические партии по консультации и сеансы одновременной игры. Понятие о шахматной композиции. История и основные направления шахматной композиции. Правила проведения конкурсов. Упражнения для развития счетных способностей.

**2.9.Общефизическая подготовка**

1. Строевые упражнения

2. Общеразвивающие упражнения для мышц рук и плечевого пояса; для мышц шеи и туловищ; для мышц ног; для мышц всего тела.

3.Общеразвивающие упражнения с предметами

4.Упражнения на формирование правильной осанки.

5. Легкоатлетические упражнения: ходьба; бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону. Бег на короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различные дистанции.

6. Прыжки в высоту и длину с разбега и с места.

7. Метание мяча, толкание ядра.

8. Спортивные и подвижные игры. Походы, в том числе многодневные. Экскурсии и прогулки в лесу.

9. Плавание: обучение плаванию различными стилями, приемы спасения утопающих.

10. Дыхательная гимнастика

**2.10.Восстановительные мероприятия.**

**Программный материал для групп начальной подготовки первого года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ.

Понятие о физической культуре.

Шахматный кодекс российской федерации.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило “тронул – ходи”, требование записи турнирной партии.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.

Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Распространение шахмат на Востоке. Чатуранга и шатрандж. Табия. Мансуба “Мат Диларам” как типичная задача средневекового Востока.

ДЕБЮТ.

Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития в дебюте. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Стратегические идеи итальянской партии.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Понятие о тактике. Понятие о комбинации. Основные тактические приемы. Связка, двойной удар, “вилка”, вскрытое нападение, вскрытый шах, двойной шах, отвлечение, завлечение. Определение стратегии. Принципы реализации материального преимущества. Простейшие принципы разыгрывания середины партии: целесообразное развитие фигур, мобилизация сил, определение ближайшей и последующей задачи.

ЭНДШПИЛЬ.

Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность короля в эндшпиле. Матование одинокого короля. Пешечные окончания. Оппозиция. Цугцванг. Правило квадрата. Король и пешка против короля. Ферзь против пешки. Ладья против пешки. Проблемы перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль.

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ШАХМАТИСТА.

Закономерности тренировки шахматиста: совершенствование как многолетний тренировочный процесс, перспективное и годовое планирование, общая подготовка (физическая, морально-волевая и психологическая подготовка, специфическая выносливость), специальная подготовка (отработанный дебютный материал, наличие наигранных миттельшпильных схем, знание основных эндшпильных позиций, быстрый и безошибочный расчет вариантов).

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Требования к режиму шахматиста. Режим во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Порядок осуществления врачебного контроля в ДЮСШ.

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ И ЗАРУБЕЖНАЯ ШАХМАТНАЯ ЛИТЕРАТУРА.

Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии).

**Программный материал для групп начальной подготовки второго года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ.

Задачи физического воспитания в России: укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие людей.

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных мероприятий и их место в учебно-тренировочном процессе. Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные и товарищеские.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ

Шахматы и культура стран Арабского Халифата. Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью. Испанские и итальянские шахматисты XVI-XVII веков. Ранняя итальянская школа. Калабриец Греко. Шахматы как придворная игра.

ДЕБЮТ.

Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов. Гамбиты. План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Стратегические идеи защиты двух коней, дебюта четырех коней, защиты Филидора, шотландской партии, шотландского гамбита.

Стратегические идеи гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Комбинация с мотивом “спертого мата”, использование слабости последней горизонтали, разрушение пешечного центра, освобождение поля, перекрытие, превращение пешки, уничтожение защиты. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей. Сложные комбинации на сочетание идей.

Форпост. Вторжение на 7-ую (2-ую) горизонталь.

План игры. Оценка позиции. Центр, централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях.

ЭНДШПИЛЬ.

Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Отдаленная проходная. Защищенная проходная. Пешечный прорыв. Слон против пешек. Король, конь и пешка против короля. Король, слон и пешка против короля. Ладья против пешек. Ладейные окончания. Ладья с пешкой против ладьи.

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему. Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Личная гигиена шахматиста

**Программный материал для учебно-тренировочных групп первого года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ.

Единая спортивная классификация и ее значение для развития спорта. Разрядные нормы и требования по шахматам. Основные формы организации занятий физической культурой и спортом среди детей и юношей. Внеклассная и внешкольная спортивная работа.

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Системы соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблицы очередности игры в соревнованиях. Правила очередности игры белыми и черными фигурами.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.

Французские и английские шахматисты первой половины XIX века. Матч Лабурдонне – Мак-Доннель. Автомат Кемпелена. Кафе “Режанс”. Журнал “Паламед”. Немецкие шахматисты середины XIX века. Адольф Андерсен. Наследие Пола Морфи. Шахматы во второй половине XIX века. 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-Канн, отказанного ферзевого гамбита.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Атака фигурами. 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 в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра.

ЭНДШПИЛЬ.

Поля соответствия в пешечных окончаниях. Коневые окончания. Слоновые окончания. Слон с пешками против слона с пешками.

**Программный материал для учебно-тренировочной группы второго года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ.

Детско-юношеские спортивные школы. Всероссийские юношеские соревнования и спартакиады, их значение для массового развития спорта. Турнир на приз клуба «Белая ладья».

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях, регламент. Подготовка мест соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Праздничность соревнований. Порядок оформления отчета о соревнованиях.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.

Проникновение шахмат в Россию. Шахматы в русском былинном творчестве. Шахматы в культуре Киевской Руси. Шахматы и торговые связи русских купцов с Востоком. Шахматы в Московском государстве. Изготовление шахмат как вид ремесла. Археологические находки на территории Русского государства. Шахматы на Петровских ассамблеях. Шахматы в культуре русского общества XVIII-XIX веков. Первая шахматная книга на русском языке Ивана Бутримова. Первый русский мастер А.Петров, К.Яниш, братья Урусовы, И.Шумов. «Самоучитель шахматной игры» В.С.Шифферса. 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, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Атака на короля. Атака на нерокировавшегося короля, атака при односторонних рокировках, атака при разносторонних рокировках. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку.

**Программный материал для учебно-тренировочной группы третьего года обучения**

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Зачет по судейству и организации соревнований. Инструкторская и судейская практика.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.

М.И.Чигорин – основоположник русской шахматной школы. Эммануил Ласкер и его подход к шахматам. Критика догматизма в шахматах. Творчество З.Тарраша, Г.Пильсбери, А.Рубинштейна. Шахматная жизнь в начале XX века. Первый чемпион России. Первые международные шахматные турниры.

ДЕБЮТ.

Методы работы над дебютом. Принципы составления дебютного репертуара. Стратегические идеи защиты Алехина, Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, английского начала.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Защита в шахматной партии. Пассивная и активная защита. Требования к защите: определение момента, с которого необходимо переходить к защите, составление плана защиты, перегруппировка сил, экономизм защитительных мероприятий. Тенденция перехода к контратаке. Подвижность слона в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Пешечные слабости. Теория “островков”. Создание слабостей в лагере соперника. Ограничение подвижности фигур: ограничение “жизненного” пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающих ходов.

ЭНДШПИЛЬ.

Ладья с пешками против ладьи с пешками. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания. Многопешечные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Пешечно – фигурный центр, открытый центр. Центр и фланги. Осада центров с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ШАХМАТИСТА.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы между соревнованиями. Особенности построения учебно-тренировочного процесса перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста. Тренировочная нагрузка и работоспособность. Система восстановительных мероприятий. Основные требования, предъявляемые к организации учебно-тренировочного занятия.

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Значение питания для спортсмена. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при различных физических и умственных нагрузках и восстановление их.

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ И ЗАРУБЕЖНАЯ ШАХМАТНАЯ ЛИТЕРАТУРА.

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

**Программный материал для учебно-тренировочные группы четвертого года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ.

Международные связи российских шахматистов. Главные шахматные турниры в России и за рубежом.

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

Зачет по судейству и организации соревнований. Судейская практика. Роль главного судьи, главного секретаря и линейных судей.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.

Х.-Р. Капабланка и его стиль. Гипермодернизм, как новое течение в шахматной мысли. Творчество А.Нимцовича, Р.Рети, С.Тартаковера. А.Алехин – первый русский чемпион мира. Крупнейшие международные турниры середины XX века. Образование ФИДЕ. Система розыгрыша звания чемпиона мира.

ДЕБЮТ.

Понятие дебютной новинки. Концентрический метод изучения дебютных систем. Стратегические идеи защиты Грюнфельда, защиты Нимцовича, дебюта Рети.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Пешечно – фигурный центр, открытый центр. Центр и фланги. Осада центров с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.

ЭНДШПИЛЬ.

Ладья против легких фигур. Ладья и слон (конь) против ладьи. Ферзевые окончания. Слоновые окончания: слоны одноцветные, слоны разноцветные. Ладья и пешка против ладьи. Принцип Тарраша. Позиция Филидора. Построение “мост”.

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ШАХМАТИСТА.

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

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Закаливание и его сущность. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ И ЗАРУБЕЖНАЯ ШАХМАТНАЯ ЛИТЕРАТУРА.

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста.

**Программный материал для учебно-тренировочной группы 5 года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ

Всероссийские соревнования для обучающихся, спартакиады, всероссийский турнир школьных команд «Белая ладья». Международные связи российских шахматистов.

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правило определения цвета фигур. Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка место соревнований

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ

Выдающиеся советские шахматисты. Творчество Роберта Фишера, Анатолия Карпова, Гарри Каспарова. Молодые зарубежные и российские шахматисты

ДЕБЮТ.

Методы работы над дебютом. Принципы составления дебютного репертуара. Стратегические идеи защиты Алешина, Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты. МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Защита в шахматной партии. Составление плана защиты, перегруппировка сил. Подвижность слона и коня в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости.

ЭНДШПИЛЬ

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

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ШАХМАТИСТА.

Методы совершенствования подготовки шахматистов: усвоение шахматной культуры (наследие прошлого и современные достижения), развитие комбинационного зрения и позитивного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участие в соревнованиях

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Закаливание и его сущность. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Содержание врачебного контроля и самоконтроля. Порядок осуществления врачебного контроля в детско-юношеской спортивной школе.

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ И ЗАРУБЕЖНАЯ ШАХМАТНАЯ ЛИТЕРАТУРА.

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста. Обзор крупнейших соревнований. Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии). Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления учебной и дебютной картотеки

**Учебный материал для группы спортивного совершенствования**

**1-2 года обучения**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РОССИИ

Всероссийские соревнования для обучающихся, спартакиады, всероссийский турнир школьных команд «Белая ладья». Международные связи российских шахматистов.

ШАХМАТНЫЙ КОДЕКС РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

СУДЕЙСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка место соревнований Порядок оформления отчета о соревнованиях. Зачет по судейству и организации соревнований. Инструкторская и судейская практика.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ

Молодые зарубежные и российские шахматисты

ДЕБЮТ.

Принципы составления дебютного репертуара. Понятие дебютной новинки. Концентрический метод изучения дебютных схем. Стратегия идеи основных дебютных схем.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Защита в шахматной партии. Стратегическая и тактическая защиты. Приемы тактической защиты: отражение непосредственных угроз, неожиданные тактические удары, ловушки ходов. 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.

ЭНДШПИЛЬ.

Компенсация за ферзя, ладью, легкую фигуру. Ладья против легких фигур. Ладья и слон против ладьи. Ферзевые окончания. Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль.

Сложные пешечные окончания. Ферзь против пешки. Слон против пешки. Конь против пешки. Коневые окончания. Слоновые окончания. Одноцветные и разноцветные слоны. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания. Ферзевые окончания. Компенсация за ферзя, ладью и легкую фигуру. Ладья против легких фигур. Ладья и слон против ладьи. Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль. Сложные окончания

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ШАХМАТИСТА.

Методы совершенствования подготовки шахматистов: усвоение шахматной культуры (наследие прошлого и современные достижения), развитие комбинационного зрения и позитивного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участие в соревнованиях

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Закаливание и его сущность. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Содержание врачебного контроля и самоконтроля. Порядок осуществления врачебного контроля в детско-юношеской спортивной школе.

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ И ЗАРУБЕЖНАЯ ШАХМАТНАЯ ЛИТЕРАТУРА.

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста. Обзор крупнейших соревнований. Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии). Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления учебной и дебютной картотеки

**V. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ.** **ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ШАХМАТАМ**

Наиболее благоприятным для начала обучения шахматам является возраст 6-12 лет, т.к. у занимающихся более старшего возраста, не приобщённых к подобной интеллектуальной деятельности, нередко складывается привычка к пассивному восприятию, бездумному заучиванию и шаблонным способам действий. Реконструировать такие стереотипы восприятия и мышления достаточно трудно. Поэтому каждого занимающегося с момента поступления в ДЮСШ на отделение шахмат, необходимо активно включить в процесс обучения, своеобразного открытия приемов и методов шахматной борьбы на основе тактического и стратегического мышления.

В процессе обучения приходится преодолевать негибкость, инертность, косность мыслительных процессов. Инертность мышления приводит к образованию шаблонов мысли, к стереотипности действий, к стремлению действовать уже закрепившимся способом, несмотря на изменение позиции. В результате чего юные шахматисты, пришедшие к ошибкам или неверным решениям, при новых попытках решить задачу, возвращаются к тем же вариантам, которые уже привели к неудаче. Они испытывают большие трудности при попытках рассматривать несколько вариантов в многовариантных решениях задач. С наибольшей остротой трудности ломки и перестройки стереотипов мышления проявляются при переходе от атаки на короля к защите и наоборот.

Все вышеперечисленные трудности, связанные с инертностью, устраняются в результате систематических, целенаправленных теоретических занятий, основанных на базе таких методов обучения, как переключение и стимуляция поисковой активности. Все это дает положительные результаты и помогает развивать гибкость мышления даже у самых инертно мыслящих занимающихся, если, конечно, это не слишком поздно.

Обучающиеся должны упрочить представление об основных правилах игры, глубже изучить историю возникновения и развития шахмат, биографию и результаты выдающихся шахматистов разного времени. Спортсмены-шахматисты должны знать принципы игры в дебюте, основные тактические приёмы, некоторые шахматные термины (дебют, эндшпиль и т. д.).   Большое значение при изучении шахматного курса имеет специально организованная игровая деятельность на уроках, использование приёма обыгрывания учебных заданий, создание игровых ситуаций. Стержневым моментом занятий становится деятельность самих обучающихся, когда они наблюдают, сравнивают, классифицируют, делают выводы, выясняют закономерности.

В группах спортивного совершенствования значительно увеличивается роль самостоятельной и индивидуальной работы. Прививаются навыки работы со специальной литературой. Добавляются новые формы и методы подачи материала:

1. конкурсы решения комбинаций;

    2) участие в турнирах;  
    3) разбор партий.

   В процессе формирования игровых навыков решение комбинаций дополняется заданиями логического характера, нацеливающими шахматистов на анализ ситуации, логические размышления и выяснение причинно-следственных связей, способствующих возникновению той или иной позиции или игровой ситуации. Изучение комбинаций способствует усилению концентрации внимания, так как требуется быстрый и точный расчёт вариантов и важно не пропустить какой-нибудь возможный контрудар противника.  Учащиеся должны прилагать максимум усилий, что способствует развитию таких качеств как: усидчивость, настойчивость, трудолюбие и самодисциплина. К каждой отдельной партии требуется специальная подготовка, в том числе устранение собственных слабостей и недостатков – попросту работа над собой. Методы подачи материала остаются теми же, но появляется и что-то новое, например:

1. разбор партий по эталону;
2. конкурсы решения задач;
3. участие в турнирах.

   Проведение конкурсов решения задач способствует росту творческой активности шахматистов, а дух соперничества приводит к повышению результативности работы. Конкурсы проводятся с разным уровнем сложности заданий в зависимости от года обучения, причём задачи могут быть как тематическими, так и на сочетание приёмов. При проверке решения учитывается точность решения, ход рассуждений, оригинальность решения.

На   этапе, направленном на повышение спортивного мастерства до уровня КМС и выше, дополнительное и углублённое изучение шахматной теории. На данном этапе обучения важную роль играет работа с компьютером:

   1) игра в шахматы с компьютером;  
   2) работа с базами данных;  
   3) анализ партии с помощью компьютера;  
   4) участие в турнирах.

Работа с компьютером преследует сразу две цели – повышение спортивного мастерства и обучение работе с вычислительной техникой и её правильным использованием. Этот этап подготовки также подразумевает полную творческую отдачу обучающегося. Как правило, спортсмены, достигшие столь высокого уровня шахматного мастерства, превосходно учатся в образовательных заведениях.

На этом этапе используется сборник задач «1200 комбинаций Блоха».   
К комплексной программе обучения также прилагается список используемой и рекомендуемой литературы.   В педагогическом процессе используются богатейшие потенциалы шахмат:  образовательный, культурный, духовный, воспитательный, спортивный, коммуникативный в целях обогащения и развития духовного мира детей.

   В сферу шахматного образования включается воспитание интеллектуальной культуры, которое связано с расширением и развитием умственных способностей детей, совершенствованием их мыслительных возможностей. Интеллектуальный потенциал проявляется в ситуациях, требующих мобильности и силы ума. Переключение воспитанника с интереса к себе одному – на интерес к шахматной игре, и после успешного завершения этого этапа – на интересы шахматного коллектива.  
   В сферу шахматного образования входит развитие у спортсменов способности к владению собственным поведением и сознанием, саморегуляции, преодолению трудностей в разных видах деятельности, т. е. волевой регуляции.

   В этом случае, необходимо опираться на теоретическое положение о том, что "волевая регуляция» представляет собой личностный уровень произвольной регуляции. Волевая регуляция является прижизненным образованием, и ее становление включено в процесс общего развития личности, в котором она составляет одну из важнейших сторон.

**VІ. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ**

**Способы проверки результатов и формы подведения итогов обучения по программе.**

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач.

Контроль эффективности осуществляется при выполнении *диагностических заданий и упражнений*, *с* *помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов, наблюдений.*

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме наблюдения;

- промежуточный контроль проводится один раз в полугодие в форме тестов;

- итоговая аттестация проводится в конце каждого учебного года в форме  тестирования, выполнения тестовых упражнений по определению уровня освоенных навыков, а также письменный опрос для определения объема освоенных теоретических знаний.

Нормативные требования по всем разделам программы и описание тестов представлено в методическом обеспечении программы.

**Оценивание результатов.**

По итогам тестирования каждому обучающемуся дается педагогическая оценка: 2- плохо; 3 – удовлетворительно; 4 – хорошо; 5 - отлично.

Итоговая оценка выводится как средний балл из суммы оценок:

•       тестовые задания на изученные темы;

•       игровой метод в виде практической партии;

•       индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранной партии;

•     игра по эталону с использованием партий сильнейших шахматных мастеров.  
Занятия предполагают подготовку соответственно разрядам и участие в различных шахматных фестивалях и турнирах.

**Промежуточная аттестация**

Комплексы контрольных заданий и упражнений для оценки результатов освоения программы при проведении промежуточной аттестации

**1. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 1 года:**

1. Знание линий шахматной доски.

2. Умение определять цвет полей шахматной доски.

3. Знание правил ходов и взятий шахматных фигур.

4. Умение играть шахматную партию.

**2. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 2 года:**

1. Знание основ шахматного кодекса. Умение определять цвет полей шахматной доски по названным координатам. Умение записывать партию.

2. Знание истории происхождения шахмат и распространения их на Востоке. 3. Знание простейших дебютных принципов.

4. Владение простейшими принципами реализации материального преимущества.

5. Умение ставить мат: ферзь и король против короля, линейный мат, ладья и король против короля.

6. Умение находить защиту от шаха.

7. Умение находить взятия фигур и пешек практически с любой позиции.

8. Участие в квалификационных турнирах.

**3. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу этапа начальной подготовки 3 года:**

1. Знание основ шахматного кодекса, умение записывать партию.

2.Знание правил игры с использованием шахматных часов.

3. Знание стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, скандинавской защите.

4. Знание основных дебютных принципов.

5. Умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух- трех ходов.

6. Умение находить активные ходы-кандидаты.

7. Умение ставить мат всеми фигурами независимо от расположения фигур. 8. Умение оценивать сравнительную силу фигур в зависимости от расположения фигур на доске.

9. Умение оценивать позицию: ничья или выигрыш.

10. Участвовать в классификационных турнирах.

**4. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 1 года:**

1. Знание истории распространения шахмат на Востоке и Европе.

2. Владение основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знания стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, защите 2- коней, королевском гамбите.

3. Умение активно развивать легкие фигуры в дебюте.

4. Умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух- трех ходов.

5. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший. 6. Умение составлять план игры.

7. Умение оценивать позицию.

8. Умение вести борьбу на флангах.

9. Владение основами пешечного эндшпиля.

10. Знание принципа игры в окончаниях: легкая фигура и пешка, тяжелая фигура и пешка.

11. Участвовать в квалификационных турнирах.

**5. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 2 года:**

1. Знание чемпионов мира.

2. Знание категорий соревнований.

3. Умение составлять план игры и дать оценку в дебюте.

4. Умение вести окончания: «ладья с пешками против ладьи с пешками».

5. Владение основными принципами разыгрывания дебюта.

6. Знание стратегических идей некоторых дебютных систем: итальянской партии, испанской партии, королевском гамбите (принятом, отказанном), защите двух коней.

7. Умение осуществлять шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов.

8. Умение решать тактические комбинации на сочетание идей.

9. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший. 10. Владение понятиями: «атака в шахматной партии», «безопасность короля». 11. Умение составлять план игры, оценивать позицию.

12. Умение ставить мат двумя легкими фигурами.

13. Участвовать в квалификационных турнирах.

**6. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 3 года:**

1. Знание разрядные нормы и требования по шахматам.

2. Знание системы соревнований.

3. Умение пользоваться таблицей очередностей игры, определять цвет фигур, контроль времени.

4. Умение составлять план игры и дать оценку позиции.

5. Умение организовать фигурно-пешечную атаку по вертикалям «f», «g», «h».

6. Умение организовать атаку разноцветными слонами.

7. Умение вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2).

8. Знание способов защиты от атаки; понимание роли контратаки и контрудара в центре и на фланге.

9. Владение основными принципами разыгрывания дебюта. Знание стратегических идей в некоторых дебютных системах: испанской партии в разменном варианте, сицилианской защите, варианте Дракона, староиндийской защите (классический вариант), французской защите.

10. Умение осуществлять шахматные приемы на сочетание идей.

11. Умение находить 2-3 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший.

12. Умение составлять план игры, оценивать позицию.

13. Умение играть смешанные окончания.

14. Умение вводить варианты определенных дебютов и схем в компьютер.

15. Умение разбирать свои партии с помощью компьютера.

16. Участвовать в классификационных турнирах.

**7. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 4 года:**

1. Умение составлять план игры и дать оценку позиции.

2. Умение организовать фигурно-пешечную атаку.

3. Умение вести борьбу за захват открытых и полуоткрытых линий; горизонталей 7(2).

4. Знание способов защиты от атаки; умение находить контратаки и контрудары в центре и на фланге.

5. Умение разыгрывать открытые, закрытые и полуоткрытые дебюты. Знание стратегических идей в некоторых дебютных системах: испанской партии в разменном варианте, сицилианской защите, варианте Дракона, староиндийской защите (классический вариант), французской защите.

6. Умение находить 4-5 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший. 7. Умение составлять план игры, оценивать позицию.

8. Умение играть тяжелофигурные окончания.

9. Умение самостоятельно подготовиться к очередной партии, найти варианты определенных дебютов и схем с помощью компьютерных программ по шахматам.

10. Умение разбирать свои партии с помощью компьютера.

11. Участвовать в классификационных турнирах.

**8. Нормативные требования для перевода и зачисления в группу тренировочного этапа 5 года:**

1. Умение составлять план игры и дать оценку позиции.

2. Умение организовать фигурно-пешечную атаку.

3. Умение находить способы защиты от атаки.

4. Умение находить контратаки и контрудары в центре и на фланге.

5. Умение вести маневренную борьбу в закрытых позициях.

6. Умение разыгрывать карлсбадскую структуру.

7. Умение находить 5-6 активных хода-кандидата, стараться выбрать лучший. 8. Умение составлять план игры, оценивать позицию.

9. Умение играть позиции с изолированной пешкой в центре; умение использовать силу и слабость изолированной пешки.

10. Умение играть сложные тяжелофигурные окончания: ферзь против двух ладей; ладья и легкая фигура.

11. Умение самостоятельно подготовиться к очередной партии, найти варианты определенных дебютов и схем с помощью компьютерных программ по шахматам.

12. Умение разбирать и анализировать свои партии с помощью компьютера. 13. Участвовать в классификационных турнирах.

**Требования к результатам освоения программы по предметным областям**

Результатами освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

|  |  |
| --- | --- |
| знать | уметь |
| Группы НП-1 | |
| 1.Знать основы шахматного кодекса.  2.Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке.  3. Показать знания простейших дебютных принципов, стратегических идей итальянской партии  4. Шахматную нотацию;  5. Абсолютную и относительную ценность фигур.  6.Правила игры. | 1.Уметь записывать парию, определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую». 2. Уметь определить названия и идеи основных тактических приемов. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества, разыгрывание середины партии. 3. Уметь ставить мат, объявлять шах, рокировать. 5. Участвовать в трех турнирах начинающих, первенстве группы, турнирах на четвертый разряд. |

|  |  |
| --- | --- |
| Группа НП-2 | |
| 1. Знать основные положения шахматного кодекса, понимать значение спортивных соревнований. 2. Знать историю вопроса проникновения шахмат в Европу, рассказать о реформе шахмат, о испанских и итальянских XVI – XVII веков. 3. Показать знания простейших дебютных принципов, стратегических идей итальянской партии  4.Знать окончания «легкая фигура против пешки | 1.Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать значение стратегических идей Гамбита Эванса, венской партии, королевского Гамбита. 2. Владеть основами пешечного эндшпиля.  3. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах 2 – 4-х ходов, составлять простейший план игры, давая оценку позиции. 3. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончания «легкая фигура против пешки». 4. Выполнить норматив   IV разряда. |
| Учебно-тренировочные группы первого года обучения | |
| 1. Знать категории соревнований 2. Рассказать о основных положениях теории Филодор.  3. Федеральный стандарт подготовки по шахматам. Общероссийские антидопинговые правила | 1 Показать умение составлять план и позиции в дебюте.  2. Показать значение стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней. 3. Владеть сложными комбинациями на сочетание идей, уметь осуществлять прием «форпост». 4. Уметь ставить мат и конем 5. Подтвердить норматив III разряда. |
| Учебно-тренировочные группы второго года обучения | |
| 1.Знать разрядные нормы и требования по шахматам. 2. Знать системы соревнований по шахматам и уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур. Знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов. 3. Рассказать о французских и английских шахматистах середины XIX века, показать применение вклада П. Морфи в развитие шахматной теории. 4.Знать основные приемы борьбы в легко фигурных окончаниях, окончаниях типа «ладья и пешка против ладьи». 5. Иметь понятие о тренировке шахматиста. 6. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний  7. 3 Федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам. Общероссийские антидопинговые правила | 1. Владеть понятиями «инициатива в дебюте».  2.Показать значение стратегических идей защиты Филидора, шотландской партии, сицилийской защиты, защиты Каро-Кани, отказанного ферзевого гамбита.  3. Владеть понятиями «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии. 4. Выполнить норматив  II разряда. |
| Учебно-тренировочные группы третьего года обучения | |
| 1.Иметь представление о роли ДЮСШ в развитии спорта в нашей стране.  2 . Рассказать об основных положениях теории В.Стейница, его творчестве, знание наследия В.Стейница для развития шахматной теории. 3. Рассказать о начальном этапе борьбы на первенстве Мира. 4. Дать исторический обзор развития шахмат в  России. 5. Дать характеристику современных дебютов. Показать значение стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.  6 Федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам. Общероссийские антидопинговые правила | 1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования, в том числе соревнования на приз «Белая ладья». 2. Владеть основными приемами атаки на короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника. 3. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях  типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой». 4. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста. 5. Подтвердить II разряд. |
| Учебно-тренировочные группы четвертого года обучения | |
| 1.Знать функции Федерации по виду спорта и Комитета по физической культуре и спорту. 2. Получить зачет по судейству и организации соревнований. 3. Рассказать о творческом наследии Н.И. Чигорина, Э. Ласкера, о шахматной жизни в начале XIX века. Знать довоенный период советской шахматной школы. 4.Знать схему построения индивидуального плана и графика тренировочных занятий шахматами. 5. Понимать значение правильного режима и двигательной активности шахматиста. 6. Сделать обзор шахматной периодики и сборников турнирных партий крупнейших соревнований.  7. Федеральный стандарт подготовки по шахматам. Общероссийские антидопинговые правила. | 1. Продемонстрировать знание курсов начальной и  тренировочной подготовки  2.Владеть методами работы над дебютом.  3.Показать знание стратегических идей Алехина, защиты Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, староиндийского начала, голландской защиты, английского начала. 4. Владеть приемами защиты в шахматной партии, показать умение создавать слабости в лагере противника. 5. Владеть приемами борьбы в сложных многопешечных и ладейных окончаниях.  6. Выполнить норму I разряда. |
| Учебно-тренировочные группы пятого года обучения | |
| 1.Рассказать о творчестве Х.-Р. Капабланки, гипермодернистах, А.Алехине.  2. Знать роль ФИДЕ в международной шахматной жизни  3. Знать закономерности тренировки шахматиста .  4.Федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам;  5.Общероссийские антидопинговые правила.  6.Предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние; | 1.Иметь четкое представление о понятии «Моральный облик шахматиста». 2. Сдать зачет по судейству и организации соревнований. 3.Уметь объяснять смысл концентрического метода и изучения дебютов.  4.Показать знание стратегических идей защиты Грюнфельда, защиты Нинцовича, дебюта Рети. 5. Владеть понятиями «стратегическая и тактическая защита», «стратегическая атака». 6. Уметь разыгрывать позиции с компенсацией за ферзя, ладью, легкую фигуру.  8. Выполнить норматив I кандидатского балла. |
| Группы спортивного совершенствования | |
| 1.Принципы игры в дебюте, основные тактические приёмы.  2.Федеральный стандарт спортивной подготовки по шахматам.  3.Общероссийские антидопинговые правила;  -предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние. | 1.Уметь формировать собственный дебютный репертуар  2. Уметь контролировать оценку позиции на протяжении всей партии.  2.Иметь навыки участия в организации любительских шахматных соревнований, а также организации культурного досуга средствами шахматной игры.  3. Выполнить норматив IІ кандидатских баллов. |

Тест (группа НП-1)

Вначале заполняется верхняя часть контрольного листка (фамилия, имя, год рождения, разряд, сколько лет играешь в шахматы).

Один тест по миттельшпилю К-1 (предложено 12 заданий по 5 мин. X 12 = 60 минут)

Контрольный листок участника

|  |  |
| --- | --- |
| **Фамилия, имя** | |
| **Год рождения** | |
| **Разряд** | |
| **Сколько лет играешь в шахматы** | |
|  | **Баллы:** |
| **1-е задание:** | **2** |
| **2-е задание:** | **2** |
| **3-е задание:** | **3** |
| **4-е задание:** | **3** |
| **5-е задание:** | **4** |
| **6-е задание:** | **4** |
| **7-е задание:** | **5** |
| **8-е задание:** | **5** |
| **9-е задание:** | **4** |
| **10-е задание:** | **4** |
| **11-е задание:** | **3** |
| **12-е задание:** | **3** |
| **Оценка контрольных работ: Итого:** | **42** |
| **Тренер: (Леонов Г.Н.)** | |
| **Проверяющие:** | |
| **1.** | |
| **2.** | |
| **3.** | |

**VІІ. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

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

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

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, правильное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается, прежде всего, систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающей нагрузкой. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит, прежде всего, от трудолюбия. Тем не менее, в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

В целях эффективности воспитания тренеру необходимо так организовать тренировочных процесс, чтобы постоянно ставить перед юными спортсменами задачи ощутимого интеллектуального совершенствования. Отрицательно сказывается на эффективности воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.

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

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

Проявление слабоволия, снижение активности вполне естественны у спортсменов, как естественны и колебания их работоспособности. В этих случаях большое мобилизационное значение имеют дружеское участие и одобрение, чем наказание. К последнему надо прибегать лишь иногда, когда слабоволие проявляется спортсменом систематически. Лучшим средством преодоления отдельных моментов слабоволия является привлечение юного спортсмена к выполнению заданий, требующих преодоления посильных для его состояния трудностей.

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

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

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена. Воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания.

**VІІІ. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на шахматистов, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение.

Так, в водной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций.

В подготовительной части – методы развития внимания, сенсомоторики и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки, в решающей степени, зависит от психических особенностей шахматистов, задач и направленности тренировочного занятия.

Основное содержание психологической подготовки шахматистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям шахматами;

- развитие личностных качеств;

- совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключения), воображения, памяти, что способствует быстрому восприятию информации и принятию решений;

- развитие специфических качеств – развитие комбинационного зрения и позиционного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, постоянный аналитический анализ;

- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психолого-педагогическое воздействие в учебно-тренировочном процессе осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализ различных материалов, характеризующих личность шахматиста. Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения коррективов в учебно-тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шахматистов.

**ІX. ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА И МЕРОПРИЯТИЯ**

Для восстановления работоспособности обучающихся спортивных школ необходимо использовать широкий круг средств и мероприятий (педагогических, гигиенических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов.

Возросший объем и интенсивность тренировочного процесса в современных условиях вызывают необходимость в планировании и проведении эффективных мероприятий по обеспечению ускорения восстановительных процессов в организме спортсмена с целью повышения его работоспособности, предупреждения перенапряжений и других нарушений в состоянии здоровья. Восстановительные мероприятия должны рассматриваться как неотъемлемая часть тренировочного процесса.

Средства и методы восстановления подразделяются на следующие группы:

- естественные и гигиенические;

- педагогические;

- медико-биологические;

- психологические.

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Причем, если на уровне высшего спортивного мастерства необходим как можно более полный комплекс этих средств, более полное представительство из разных групп с увеличением доли медико-биологических средств, то для начинающих спортсменов требуется минимальное количество медико-биологических средств с относительным увеличением доли естественных, гигиенических и педагогических факторов.

Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция спортсменов на процедуры.

Восстановительные процедуры осуществляются преимущественно после занятий и в дни отдыха. В дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная, баня, сауна.

Объем восстановительных средств в месячных и годичных циклах определяется в соответствии с особенностями подготовки. В подготовительном и переходном периодах увеличивается доля естественных и гигиенических средств восстановления. В соревновательном периоде возрастает объем медико-биологических и психологических средств. Таким образом, планирование объема восстановительных мероприятий имеет те же принципы, что и планирование тренировочных нагрузок, т.е. систематичность, вариативность, учет индивидуальных особенностей организма спортсмена.

При организации восстановительных мероприятий следует учитывать субъективные и объективные признаки утомления, не довосстановления.

Субъективно шахматист не желает выполнять задания, проявляются вялость, апатия, иногда раздражительность, возможны плохой аппетит и сон, нарушение психической деятельности. Объективные симптомы – снижение работоспособности, изменения в деятельности сердечно-сосудистой системы, нервно-мышечного аппарата, биохимических показателей биологических жидкостей (кровь, моча, слюна). В таком состоянии тренировки с повышенными нагрузками должны быть прекращены и должен быть проведен комплекс мероприятий по восстановлению организма спортсмена.

*Естественные и гигиенические средства восстановления*

К данным средствам восстановления относятся:

1) рациональный режим дня;

2) правильное, т.е. рациональное калорийное и сбалансированное питание;

3) естественные факторы природы.

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

Организация питания. Основными формами питания являются завтрак, обед и ужин, однако, с точки зрения восстановительных процессов, под средствами питания понимается не обычное питание, а его составление с учетом специфики и характера как вообще шахматного спорта, так и непосредственно характера тренировочных нагрузок.

Питание спортсмена должно быть подчинено определенному режиму. Пища должна быть не только калорийной, но и разнообразной, с включением растительных жиров.

В период интенсивных тренировочных нагрузок целесообразно многократное питание до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности).

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

***Педагогические средства восстановления***

Под педагогическими средствами восстановления подразумевается организация учебно-тренировочного процесса, включающая активный отдых, а именно:

а) рациональное планирование тренировки, т.е. соответствие нагрузок функциональных возможностям организма спортсмена, рациональное сочетание общих и специальных средств тренировки, оптимальное построение тренировочных микро- и макроциклов, волнообразность нагрузки и отдыха, их оптимальное сочетание, широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому, введение специальных восстановительных циклов;

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

Педагогические средства – основные, поскольку нерациональное планирование тренировочных нагрузок нивелирует воздействие любых естественных, медико-биологических и психологических средств. Педагогические средства должны обеспечивать эффективное восстановление за счет рациональной организации всего процесса подготовки. Большое значение как средство активного отдыха и средство повышения функциональных возможностей организма шахматиста имеет общефизическая подготовка.

Общефизическая подготовка способствует ускорению восстановительных процессов в организме спортсмена, расширяет функциональные возможности организма и позволяет выдерживать более высокие умственные и психические нагрузки. Среди средств общефизической подготовки очень важны бег, ходьба на лыжах, бег на коньках, которые расширяют возможности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, прыжковые упражнения и силовые локальные упражнения для отдельных групп мышц.

*Медико-биологические средства восстановления*

К данным средствам и методам восстановления относятся:

1) специальное питание и витаминизация;

2) фармакологические;

3) физиотерапевтические.

Среди медико-биологических средств, используемых в шахматах, большую значимость имеет специально подобранное питание, а также витамины. Применение фармакологических средств, стимулирующих умственную деятельность, планирование их применения, следует осуществлять у спортсменов с уровнем квалификации не ниже мастера спорта и под руководством врача. Практическое использование физиотерапевтических средств, при всей их эффективности, не имеет должного распространения.

**X. ТРЕНЕРСКАЯ И СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА**

Одной из задач детско-юношеской спортивной школы является подготовка обучающихся к роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.

Решение этих задач целесообразно начинать на учебно-тренировочном этапе и продолжать тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки. 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 воспитанниками, 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 на учебно-тренировочном этапе необходимо научить шахматистов самостоятельному ведению дневника: вести учет учебно-тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Обучающиеся этапа спортивного совершенствования должны уметь самостоятельно составлять конспект учебно-тренировочного занятия и проводить занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по шахматам в школьных соревнованиях и соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря. Для этапа спортивного совершенствования итоговым результатом является выполнение требований на присвоение звания инструктора по спорту и судейского звания - судьи по спорту.

XІ. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

I. Для обучающихся:

1. Бронштейн Д.И. Международный турнир гроссмейстеров. ФиС, М., 1983.

2. Горенштейн Р. Я. «Книга юного шахматиста». Москва: АО Фердинанд.

3. Дамский Я. В. «Последний шанс». Москва: Физкультура и спорт, 1990.

4. Каспаров Г.К. Мои великие предшественники (в 5 т.). Рипол Классик, М., 2003.

5. Капабланка Х.Р. «Учебник шахматной игры». Москва: Физкультура и спорт, 1993.

6. Ласкер Э. «Учебник шахматной игры». Москва: Физкультура и спорт, 1980.

7. Рети Р. «Современный учебник шахматной игры». Москва: Физкультура и спорт, 1981г.

8. Туров Б.И. Жемчужины шахматного творчества. ФиС, М., 1991.

II. Для тренеров:

1. Ботвинник М.М., «Аналитические и критические работы» кн. 1-4, «ФиС», 1980.
2. Богданович  Г., Голенищев  В., «Программа подготовки 1 разряда- КМС», Москва, 2004.

3. Бологан В., «Ступени или как стать гроссмейстером», «Астрель», Мрсква, 2006.

4. Дворецкий  М.И., «Учебник эндшпиля Марка Дворецкого», Харьков, 2006.

5. Дамский Я. В. «Взаимодействие тяжелых фигур». Москва: Физкультура и спорт, 1988.

6. Дворецкий М.И. Школа будущих чемпионов (в 5 т.). Фолио, Харьков, 1997.

7.Иващенко С.Д. «Сборник шахматных комбинаций». Киев: Радянска школа, 1988.

8. Мацукевич А.А. «Принцип ограничения». Москва: Физкультура и спорт, 1982.

9. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. ФиС, М., 1980

10. Нимцович А. Моя система. ФиС, М., 1984.

11. Нейштадт Я.И. «По следам дебютных катастроф». Москва: Физкультура и спорт, 1980.

12. Шумилин Н. «Практикум по тактике». Москва: Андреевский флаг, 1993.

13. Юдович М.М. «План в шахматной партии». Москва: Физкультура и спорт, 1993.

**Приложение**

**ИНСТРУКЦИЯ № 1**

по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя МОАУДО ДЮСШ № 3

1. **Общие требования безопасности**
2. Настоящая инструкция является обязательной при организации и проведении учебно-тренировочных занятий с обучающимися в шахматном классе.
3. Тренерско-преподавательский персонал должен руководствоваться настоящей инструкцией, знать и строго соблюдать их в практической деятельности на занятиях.
4. При приеме на работу тренер-преподаватель должен пройти медицинский осмотр, вводный инструктаж по охране труда, а также первичный инструктаж на рабочем месте, а в дальнейшем каждые шесть месяцев - повторный инструктаж, о чем должны быть сделаны записи в журналах установленной формы. В случае необходимости должны быть проведены целевой и внеплановый инструктажи.
5. В начале каждого учебного года с обучающимися проводят инструктаж по технике безопасности на занятиях в шахматном классе с обязательной регистрацией в групповом журнале учета занятий, а также инструктажи при проведении массовых мероприятий, при проведении экскурсий, походов, выезда на спортивные соревнования, сборы с регистрацией в специальном журнале.
6. При проведении практических занятий в шахматном классе необходимо соблюдать следующие правила внутреннего распорядка:

- обучающиеся не должны находиться в шахматном классе без тренера-преподавателя;

- запрещается входить в шахматный класс с жевательной резинкой, с продуктами питания;

- все действия обучающихся должны соответствовать правилам поведения в образовательном учреждении, указаниям тренера-преподавателя и методикам проведения занятий;

- при получении травм тренер-преподаватель должен оказать первую доврачебную помощь и вызвать скорую помощь;

**2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Тренер-преподаватель должен явиться за 15 минут до начала занятий и подготовить инвентарь и оборудование к занятиям;

2.2. Перед началом работы тренер-преподаватель должен проверить:

- исправность оборудования;

- наличие и исправность первичных средств пожаротушения;

- укомплектованность медицинской аптечки необходимыми медикаментами;

- исправность электрооборудования в помещении (провода, розетки, выключатели).

2.3. обучающиеся должны являться на занятия без опоздания по расписанию.

**3. Требование безопасности во время работы.**

Тренер-преподаватель должен:

3.1. Изучать с обучающимися правила по охране труда и технике безопасности, строго их соблюдать при проведении занятий.

3.2. Нести личную ответственность за сохранение жизни и здоровья детей во время проведения занятий, соревнований, экскурсий, походов, учебных сборов.

3.3. Немедленно сообщать руководителю учреждения о происшедшем несчастном случае, принимать меры по оказанию помощи пострадавшему.

3.4. Воспитывать у занимающихся чувство личной ответственности за соблюдение правил техники безопасности, пожарной безопасности, дорожного движения, поведения на улице.

3.5. Правильно размещать обучающихся, обеспечивать хорошую видимость.

3.6. Обеспечивать контроль за действиями каждого занимающегося.

3.7. Знать признаки переутомления и перетренированности.

3.8. Правильно регулировать нагрузки в недельном цикле занятий и периодах учебно-тренировочной работы.

3.9. Использовать условия, облегчающее выполнение заданий.

3.10. Обо всех неполадках инвентаря ставить в известность директора школы.

3.11.Запрещается оставлять без присмотра обучающихся в классе.

**4.Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях**

4.1. При угрозе возникновения пожара тренер-преподаватель должен собрать обучающихся и, действуя в соответствии с инструкцией по пожарной безопасности, утвержденной руководителем образовательного учреждения, вывести всех в безопасное место.

4.2. При возникновении признаков какой-либо другой чрезвычайной ситуации тренер-преподаватель должен собрать всех обучающихся по списку, вывести в безопасное место и находиться вместе с ними до момента прекращения чрезвычайной ситуации, либо то того момента, когда по распоряжению руководителя школы обучающиеся будут отпущены по домам.

**5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Привести шахматный класс в порядок.

5.2. С разрешения тренера-преподавателя обучающиеся покидают класс.

5.3. Тренер-преподаватель контролирует одевание и уход детей из школы.

5.4. Отключает освещение шахматного класса, проверяет, выключены ли технические средства, используемые в работе.

**Инструкция № 2**

**по мерам безопасности обучающихся при занятиях в шахматном классе**

1. **Общие требования безопасности.**

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

2. Опасными факторами в кабинете шахмат являются:

- Физические (неисправная или несоответствующая требованиям СанПиН мебель); опасное напряжение в электрической сети; технические средства обучения;

- Химические (пыль);

- Психофизиологические (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статистические нагрузки и монотонность труда).

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

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

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

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

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

Правильная поза:

- Длина сиденья должна соответствовать длине бедер спортсмена;

- Высота ножек стула должна равняться длине голени;

- Голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;

- Между краем стола и грудной клеткой сидящего спортсмена необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;

- Расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;

- Позвоночник опирается на спинку стула;

- Предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно;

- Надплечья находятся на одном уровне.

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

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

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

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

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

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

**II. Требования безопасности перед началом занятий.**

1. Проверить правильность установки стола, стула.

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

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

4. При работе в кабинете шахмат категорически запрещается:

- Находиться в классе в верхней одежде;

- Находиться в классе с напитками и едой.

**3. Требования безопасности во время занятий.**

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

2. Неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя.

3. Постоянно поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.

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

5. Не включать самостоятельно компьютер.

6. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях:

- Физкультминутки, динамические паузы;

- Минутки релаксации;

- Дыхательная гимнастика;

- Гимнастика для глаз;

- Массаж активных точек;

- Речевая гимнастика.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

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

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

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

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

**5. Требования безопасности после окончания занятий.**

1. Привести в порядок рабочее место.

2. Все взятые для работы книги положить на место.

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

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

**Тесты по дебютам**

**Вопрос 1**

Какое название имеет данный вариант в Сицилийской защите. 1 е 4 с5 2КГ 3 (16 3(14 сй 4К(14 КГ6 5КсЗ аб

а) Вариант Алапина

б) Вариант Найдорфа

в) Система Цимцовича - Рубинштейна

г) Классический вариант

**Вопрос 2**

Какого варианта нет в шахматной теории.

а) Гамбит Филидора

б) Гамбит Коня

в) Гамбит Фрома

г) Гамбит Яниша

**Вопрос З**

Какое название имеет данный вариант 1 е 4 с 5 2 с З

а) Вариант Алапина

б) Система Нимцовича - Рубинштейна

в) Вариант Найдорфа

г) Классический вариант -

**Вопрос 4**

К открытым дебютам НЕ относится.

а) Центральный дебют

б) Венская партия

в) Скандинавская защита

г) Защита Филидора.

**Вопрос 5**

В каком дебюте существует распространенный вариант с жертвой пешки на 2 ходу.

а) Гамбит Блюменфельда

б) Защита Филидора

в) Испанская партия

г) Голландская защита

**Вопрос 6**

Как называется начало партии 1d4 Kf6 2 с4 е6 З 3g d5

а) Каталонская начало

б) Русская партия

в) Новоиндийская защита

г) Испанская партия

**Вопрос 7**

К закрытым дебютам относится

а) Королевский гамбит

б) дебют трех коней

в) Голландская защита

г) Защита Каро-Канн

**Вопрос 8**

В каком дебюте есть система под названием «Берлинская стена»

а) Русская партия

б) Голландская защита

в) Ферзевый гамбит

г) Сицилианская защита

**Вопрос 9**

Как называется начало партии 1 е4 е5 2 Сс4

а) дебют слона

б) Королевский гамбит

в) Венская партия

г) Центральный дебют

**Вопрос 10**

Каталонское начало

а) 1 е4 е5 2 К fЗ К fб

6)1 d4 Кf6 2с4 е6 Зg 3 d5

в)1 d4 Кf6 2с4 gб ЗКсЗ Сg 7

г) 1сd4 kf6 2с4 е6 З re3 СЬ4

**Вопрос 11**

Как называется начало шахматной партии 1 d4 Кf6 2 с4 g6 З КсЗ Сg7 4 е4 d6

а) Русская партия

б) Староиндийская защита

в) Шотландская партия

г) Испанская партия

**Вопрос 12**

Защита Боголюбова

а) 1 d4 f5

б)1е4е5 2КfЗ Кf6

в) Id4 Кf6 2с4 е6ЗКfЗ СЬ4

г) I d4 Кf6 2с4 g6 З КсЗ d5

**Вопрос 13 Гамбит Эванса**

а) Iе4 е52КfЗ Кс6З СЬ5

б) 1 е4е5 2Kf3 Ксб З Сс4 Сс5 4Ь4

в) 1 d4 Кf б 2с4 еб ЗKfЗ с5 4 d5 Ь5

г) 1 d4 К fб 2 с4 е5

**Вопрос 14**

К полуоткрытым дебютам относится

а) Испанская партия

б) Голландская защита

в) дебют четырех коней

г) Скандинавская защита

**Вопрос 15**

Из какого дебюта НЕ может возникнуть структура «ёж»

а) Русская партия

б) Из любого дебюта

в) Новоиндийская защита

г) Сицилианская защита

**Вопрос 16**

Как называется начало партии 1 d4 d5 с15 2 с4 К сб

а) Защита Филидора

б) Защита Каро-Канн

в) Защита Боголюбова

г) Защита Чигорина

**Тесты по теории шахмат для групп НП**

**1. Шахматы в древности назывались:**

а) Только чатуранга;

б) Только шатрандж;

в) Чатуранга и шатрандж.

**2. Количество полей в горизонталях и вертикалях:**

а) 6;

б) 8;

в) 10.

**3. В самых длинных больших диагоналях всего полей:**

а) 8;

б) 10;

в) 16.

**4. В самых коротких диагоналях всего полей:**

а) 1;

б) 2;

в) 3.

**5. Центр шахматной доски имеет форму:**

а) прямоугольника;

б) квадрата;

в) ромба.

**6. В каждой армии белых и черных насчитывается фигур:**

А) по 16;

Б) по 20;

В) по 32.

**7. В начальном положении у белых и у черных имеется  - пешек, ладей, слонов, коней, ферзей, королей**

               П   Л   С   К   Ф   Кр

а)           8,   2,   2,  2,    1,   1;

б)            8,   2,   2,  2,    2,   1;

в)            8,   2,   2,  2,    2,   2.

**8. Можно ли ставить на одно поле две пешки или по две фигуры:**

а) да;

б) нет;

в) на ваше усмотрение.

**9. На поле какого цвета стоит черный ферзь в начальной позиции:**

а) белого;

б) любого;

в) черного.

**10. За сколько ходов ладья обежит вокруг шахматной доски, двигаясь только по углам:**

а) за 4;

б) за 8;

в) за 16.

**11. Может ли слон обойти все поля шахматной доски:**

а) да;

б) нет;

в) может, из начального положения.

**12. Ходит ли черный белопольный слон по белым диагоналям:**

а) да;

б) нет;

в) ходит из начальной позиции.

**13. Может ли ферзь обойти шахматную доску:**

а) нет;

б) да

**14. Сколько ферзей может быть на шахматной доске:**

а) один;

б) девять;

в) сколько угодно.

**15. Сколько различных ходов может сделать конь из центра доски:**

а) 2;

б) 4;

в) 8.

**16. Может ли пешка прыгнуть через одно поле:**

а) да; только из начального положения;

б) нет;

в) на ваше усмотрение.

**17. Может ли пешка брать на проходе слона:**

а) да;

б) нет.

**18. На сколько сторон может бить пешка:**

а) на одну;

б) на две.

**19. Превращается ли пешка в короля:**

а) да;

б) нет;

в) на ваше усмотрение.

**20. Может ли король вычертить своими ходами квадрат и треугольник:**

а) да;

б) нет;

в) только квадрат.

**21. Какая фигура другого цвета не может стоять рядом с такой же фигурой:**

а) ферзь;

б) ладья;

в) король.

**22. Какая фигура всегда останется на доске до конца игры:**

а) ферзь;

б) конь;

в) король;

**23. Шах – это:**

а) нападение на короля противника;

б) взятие короля противника;

в) приближение к королю противника.

**24. От шаха каких фигур королю нельзя закрыться:**

а) от ферзя и ладьи;

б) от пешки и коня;

в) от ферзя и слона.

**25. Мат – это:**

а) шах, от которого можно закрыться;

б) шах, от которого нет защиты;

в) шах, от которого можно отступить.

**26. Партия заканчивается в ничью:**

а) из-за потери фигуры или пешки;

б) из-за шаха или мата;

в) из-за вечного шаха или пата;

**27. Стоит ли король под шахом при пате:**

а) нет;

б) да.

**28. Можно ли проводить рокировку, когда король стоит под шахом:**

а) да;

б) нет;

в) на ваше усмотрение.

**29. Где в записи допущена ошибка:**

а) Ферзь – Ф;

б) Ладья – Л;

в) Король – К;

г) Слон – С.

**Критерии оценок:**

29-30 – отлично;

24-28 – хорошо;

16-23 – удовлетворительно;

0-15 – плохо.