МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО

ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКО-

ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ТЕХНИЧЕСКОГО,

ЭКСТРЕМАЛЬНОГО, ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО СПОРТА»

|  |  |
| --- | --- |
| **ПРИНЯТА**  на педагогическом совете  МБУДОД «ДЮСШ ТЭИС»  г. Новосибирска  протокол № 01от 15.09.2015 г. | **«УТВЕРЖДАЮ**»  Директор  МБУДОД «ДЮСШ ТЭИС»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Ю.Ю. Почекунин  15.09.2015г. |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ**

**ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ПО ВИДУ СПОРТА ШАХМАТЫ**

**Разработана в соответствии с федеральными государственными**

**требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации**

**дополнительных предпрофессиональных программ в области физической**

**культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам**

Срок реализации программы 10 лет

Разработчик программы тренер по шахматам, мастер спорта России Полякевич С.Г.

Рецензент Додонова Л.П., доцент кафедры физической культуры НИПК и ПРО

Новосибирск 2015

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Пояснительная записка** |  |
| **I.** | **Нормативная часть** |  |
|  | 1.1 Основные задачи |  |
|  | 1.2 Условия реализации Программы |  |
|  | 1.3 Учебный план |  |
| **II.** | **Методическая часть** |  |
|  | 2.1 Содержание и методика работы по предметным областям, этапам подготовки в рамках Программы |  |
|  | 2.1.1 Теоретические занятия |  |
|  | 2.1.2 Практические занятия |  |
|  | 2.1.3 Объемы максимальных тренировочных нагрузок при реализации Программы |  |
| **III.** | **Система контроля и зачетные требования** |  |
| **IV.** | **Общефизическая подготовка** |  |
| **V.**  **VI.** | **Психологическая подготовка** |  |
| **VII.** | **Воспитательная работа** |  |
| **VIII.** | **Восстановительные средства и мероприятия** |  |
| **IX.** | **Врачебный контроль** |  |
| **X.** | **Инструкторская и судейская практика** |  |
|  | **Перечень информационного обеспечения Программы** |  |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная предпрофессиональная программа по шахматам (**далее - Программа**) определяет содержание и организацию образовательного процесса в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования города Новосибирска «Детско-юношеская спортивная школа технического, экстремального, интеллектуального спорта» (далее - Учреждение). Учреждение вправе реализовывать дополнительную предпрофессиональную программу по шахматному спорту при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности.

Дополнительная предпрофессиональная программа по шахматному спорту, разработана и реализуется в соответствии и с учетом основных положений и требований:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 4 декабря 2007 г. 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;

- Приказа Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и направлена на:

- отбор одаренных детей в области физической культуры и спорта, в первую очередь - по шахматному спорту;

- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

-подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки по шахматному спорту;

- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;

- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Шахматы являются одним из популярных видов спорта во всем мире. Спортивную деятельность шахматиста обычно ассоциируют с умственной работой, имеющей яркую эмоциональную окраску. Шахматы, как вид соревновательной деятельности относятся, согласно Л.П. Матвееву, в общей классификации к группе абстрактно-игровых видов спорта, исход состязаний в которых в решающей мере определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника. Эта особенность шахмат, несомненно, оказывает определенное влияние и на систему подготовки, в которой в отличие от других видов спорта центральное место занимает профессиональная шахматная подготовка, а физическая подготовка решает лишь задачи общего характера, например, развитие общей выносливости.

Процесс шахматной тренировки состоит из общей и специальной подготовки, которые взаимосвязаны друг с другом. Общая подготовка направлена, прежде всего, на всестороннее шахматное образование и развитие необходимых качеств шахматиста-спортсмена. Специальная подготовка шахматиста осуществляется в непосредственной связи с овладением и совершенствованием мастерства на базе уже приобретенных навыков и умений общей подготовки.

Вид спорта шахматы включает в себя следующие дисциплины: классические шахматы (классика), быстрые шахматы (рапид), блиц.

Подготовка шахматистов различной квалификации к соревнованиям проводится круглогодично – в подготовительном и соревновательном периодах, а также после соревнований. В подготовку во время соревнований следует включать: 1) построение тактического плана борьбы в зависимости от турнирного положения и подмеченных сильных и слабых сторон противника; 2) уточнение в выборе дебютных схем к каждому противнику; 3) анализ позиций отложенных партий; 4) четкое соблюдение гигиенического режима; 5) физзарядку, прогулки, занятия спортом; 6) отдых.

В наши дни появились новые методы подготовки шахматиста, связанные с применением компьютеров. Компьютерные программы применяются для развития специальных качеств шахматиста. Среди таких программ следует отметить CTART – обучающую программу по шахматной тактике, и тренировочную программу М. И. Дворецкого. Основная цель компьютерной программы М. Дворецкого – это совершенствование алгоритма обдумывания хода, развитие навыков и умений, которые потом помогут в аналогичных ситуациях за доской.

В соответствии с уставными целями и задачами деятельность МБУДОД «ДЮСШ ТЭИС» по реализации дополнительной предпрофессиональной программы по группе игровых видов спорта (шахматный спорт), не только соответствует специфике, современным требованиям и тенденциям в сфере образования, физической культуры и спорта в Российской Федерации, но и в силу собственного содержания и особенностей вида спорта, создает максимальные условия и возможности для физического образования, воспитания и развития детей, отбора и подготовки одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта, организации досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни и занятий спортом.

1. **НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ**
   1. **Основные задачи и содержание Программы**

**Основными задачами реализации Программы являются**:

-формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

-формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

-формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

-выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте, в первую очередь по шахматному спорту.

**Программа направлена на:**

- отбор одаренных детей в шахматном спорте;

-создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

-подготовку к освоению этапов спортивной подготовки;

-подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные учреждения, реализующие профессиональные образовательные учреждения физической культуры и спорта;

-организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

**Программа разработана на основе:**

- сохранения единства образовательного пространства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта.

Программа учитывает особенности подготовки обучающихся по шахматному спорту, в том числе:

-построение процесса подготовки в строгом соответствии со спецификой соревновательной деятельности в шахматах;

-преемственность технической, тактической, физической, психологической подготовки в избранном виде спорта;

-использование оптимальных объемов специальной подготовки, моделирующей соревновательную деятельность.

Предлагаемый настоящей Программой тренировочный процесс предусматривает ежегодное увеличение объемов и интенсивности тренировочных нагрузок на основе общих закономерностей развития физических качеств и спортивного совершенствования и является многолетним планом подготовки спортсмена.

Программа учитывает основополагающие принципы спортивной подготовки шахматистов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики:

1. *Принцип комплектности* предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса (теоретической, психологической и физической подготовки, педагогического контроля).
2. *Принцип преемственности* определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствие его требованиям этапов спортивной подготовки с учетом преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок.
3. *Принцип вариативности* предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальные способности спортсменов, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующуюся разнообразием средств и методов тренировки, направленных на решение определенных задач подготовки.

Научно-методическое обеспечение программы предусматривает реализацию научно-обоснованных подходов в содержании учебно-тренировочного процесса:

1. Системно-кибернетический подход в форме мониторинга;

2. Системно-деятельностный подход (способность спортсмена самостоятельно ставить цели и искать пути их достижения; контролировать и оценивать свои достижения; формировать у обучающихся потребность к систематическим занятиям спортом) .

3. Учет конституциональных характеристик, определяющих ведущие и отстающие физические качества;

4. Учет сенситивных периодов развития двигательных качеств.

* 1. **Условия реализации Программы.**

Прием на обучение и срок освоения Программы

Прием на обучение по Программе осуществляется на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей Программы способности в области физической культуры и спорта, в соответствии с Положением «О правилах приема и порядка отбора детей для обучения по дополнительной предпрофессиональной программе по избранным видам спорта», утвержденном приказом руководителя учреждения.

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению Программы, на этапе начальной подготовки составляет 6 лет. Максимальный возраст обучающихся по Программе составляет18 лет. Срок освоения Программы для лиц, зачисленных в Учреждение на этап начальной подготовки, составляет 10 лет.

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки:

- этап начальной подготовки – от 1 года до 2 лет,

- тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет,

- тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет,

- этап совершенствования спортивного мастерства – 3 года.

Обучающиеся, имеющие достаточный уровень знаний, умений и навыков имеют право на освоение Программы по индивидуальному учебному плану.

Программа рассчитана на систематические занятия в группах начальной подготовки, тренировочных группах, группах спортивного совершенствования на протяжении 46 недель.

Основными формами проведения тренировочной работы являются:

- групповые теоретические занятия в виде бесед, лекций по темам, изложенным в программе;

- индивидуальные занятия в соответствии с планами и заданиями, установленными для шахматистов;

- участие шахматистов в спортивных соревнованиях и восстановительных мероприятиях;

- участие в тренировочных сборах, спортивно-оздоровительных лагерях;

- инструкторская и судейская практика.

Большое значение для реализации целей спортивной подготовки шахматистов имеет использование в образовательном процессе передовых методов обучения, тренировки и организации тренировочного процесса с помощью единой методической системы.

Допуски к соревнованиям осуществляются на основе проведения медицинского контроля не реже одного раза в год, а для спортсменов групп спортивного совершенствования – не реже 2-х раз в год.

На **этап начальной подготовки** зачисляются дети, желающие заниматься шахматным спортом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра, на основании заявления родителей (законных представителей). Этот этап рассчитан на 2 года обучения с группами начальной подготовки. В итоге обучающиеся должны получить представление об основных правилах и принципах игры, правилах игры в соревнованиях. После окончания начального этапа обучения дети должны знать: принципы игры в дебюте, основные тактические приёмы, простейшие приемы окончаний, владеть некоторыми шахматными терминами (дебют, эндшпиль и т.д.). В процессе обучения используются различные формы и методы подачи материала:

1) шахматные уроки;

2) игровая деятельность;

3) индивидуальные занятия;

4) разбор партий.

Большое значение на этапе начального обучения имеет организованная игровая деятельность на уроках, использование различных дидактических игр и заданий, создание обстановки, при которой у детей будет поддерживаться максимальный интерес к занятиям шахматами. Во главе угла шахматных занятий становится деятельность самих учащихся, когда они наблюдают, сравнивают, классифицируют, делают выводы, выясняют закономерности.

На данном этапе обучения используется различные учебники для начинающих, решебники задач, авторские методические пособия.

**Тренировочный этап** формируется на конкурсной основе из здоровых и практически здоровых обучающихся, прошедших необходимую подготовку, как правило, не менее 1 года на этапе начальной подготовки и выполнивших контрольные нормативы по общефизической и специальной технической подготовке.

Этот этап рассчитан на 5 лет обучения для тренировочных групп: начальной специализации (до 2 лет) и углубленной специализации (свыше двух лет). Целью данного этапа является повышение спортивного мастерства учащихся до уровня 1-го спортивного разряда и кандидата в мастера спорта, а также получение квалификации судьи соревнований. По сравнению с начальным обучением увеличивается роль самостоятельной и индивидуальной работы. Прививаются навыки работы со специальной литературой. Усложняется качество излагаемого материала. Увеличивается нагрузка. Добавляются следующие новые формы и методы работы с учащимися:

1. Изучение стратегии шахмат.

2. Изучение сложных окончаний.

3. Изучение истории развития шахмат, знакомство с сильнейшими шахматистами разных столетий.

4. Конкурсы решения комбинаций, задач и этюдов.

5. Изучение правил судейства соревнований.

6. Участие в ответственных личных и командных соревнованиях.

7. Работа с компьютером.

В процессе формирования игровых навыков, решение тактических позиций дополняется заданиями логического характера, нацеливающими детей на анализ ситуации, логические размышления и выяснение причинно-следственных связей, способствующих возникновению той или иной позиции или игровой ситуации. Решение комбинаций, этюдов и задач способствует усилению концентрации внимания, так как требуется быстрый и точный расчёт вариантов и важно не пропустить какой-нибудь возможный контрудар противника.Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке.

**На этап совершенствования спортивного мастерства** прием на обучение не проводится. На данном этапе продолжают обучение обучающиеся, зачисленные в Учреждение и прошедшие обучение на тренировочном этапе (спортивной специализации).

Этап рассчитан на 3 года обучения для групп спортивного совершенствования.

Целью данного этапа является повышение спортивного мастерства учащихся до уровня мастера спорта России или мастера ФИДЕ. Работа, в основном, идет по индивидуальным планам, составляемым тренером-преподавателем и спортсменом.

Количество часовой нагрузки в неделю может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от этапа спортивной подготовки. Неизменным остаётся количество часовой нагрузки в год.

Возраст зачисления в группу ССМ 1 в порядке исключения может быть занижен, на основании показанного результата в официальных соревнованиях при наличии 1 спортивного разряда и выше.

Отдельные лица, проходящие спортивную подготовку, не достигшие установленного возраста для перевода в группу следующего тренировочного года, в исключительных случаях могут быть переведены раньше срока на основании решения органа самоуправления (тренерского, методического совета) при персональном разрешении врача.

**Режимы тренировочной работы, наполняемость учебных групп и требования по объёму тренировочной нагрузки**

Таблица 1

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап  подготовки | Год  Обучения | Минимальный возраст для зачисления  (лет) | Минимальная наполняемость групп (чел.) | Максимальный количественный состав группы  (чел.) | Максимальный объём тренировочной нагрузки  (час./нед.) |
| Начальной подготовки | 1 года обучения | 6 - 9 | 16 | 20 | 6 |
| 2 года  обучения | 7 - 11 | 16 | 20 | 8 |
| Тренировочный этап  (этап спортивной специализации) | Начальной специализации  (до 2 лет) | 8 – 14 | 12 | 18 | 12 |
| 9 - 15 | 12 | 18 | 12 |
| Углубленной специализации  (свыше двух лет) | 10 - 17 | 10 | 16 | 16 |
| 11 – 17 | 10 | 14 | 16 |
| 11 – 17 | 8 | 12 | 16 |
| Совершенствование спортивного мастерства | 1 год | по результатам  выступлений | 4 | 10 | 20 |
| 2 года | 4 | 10 | 20 |
| 3 года | 4 | 10 | 24 |

**Ключевые компетенции для зачисления в группы на**

**этапе начальной подготовки**

Таблица 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Развиваемое качество*** | ***Контрольные упражнения (тесты)*** | |
| ***Юноши*** | ***Девушки*** |
| 1. | Ценностно-смысловые компетенции | + | + |
| 2. | Общекультурные компетенции | + | + |
| 3. | Учебно-познавательные компетенции | + | + |
| 4. | Информационные компетенции | + | + |
| 5. | Коммуникативные компетенции | + | + |
| 6. | Социально-трудовые компетенции | + | + |
| 7. | Компетенции личностного самосовершенствования | + | + |

**Предметные компетенции для зачисления в группы на тренировочном этапе**

Таблица 3

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Развиваемое качество*** | ***Контрольные упражнения (тесты)*** | |
| ***Юноши*** | ***Девушки*** |
| 1. | Знание основных стратегических идей игры в дебюте | + | + |
| 2. | Знания об особенностях игры в простейших окончаниях | + | + |
| 3. | Умение оценивать простейшие позиции и реализовыватьматериальное преимущество | + | + |
| 4. | Способность реализовывать позиционное преимущество вмалофигурных окончаниях | + | + |
| 5. | Представление о последовательности приемов построения матовлегкими фигурами | + | + |
| 6. | Знание основных тактических ударов и приемов | + | + |
| 7. | Умение применять в игре простейшие тактические приемы:двойной удар, связка, прорыв и др. | + | + |
| 8. | Умение вводить варианты определенных дебютов и схем вкомпьютер | + | + |
| 9. | Навыки самостоятельной работы над шахматами | + | + |
| 10. | Первичные навыки по анализу собственных партий | + | + |
| 11. | Знание основных видов соревнований | + | + |
| 12. | Способность производить расчёт вариантов | + | + |

**Нормативы по развиваемым качествам для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства**

Таблица 4

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Развиваемое качество** | **Контрольные упражнения (тесты)** | |
| **Юноши** | **Девушки** |
| 1. | Знание приемов тактической, стратегической атаки вшахматной партии | + | + |
| 2. | Знание выдающихся шахматистов мира | + | + |
| 3. | Развитое комбинационное зрение и позиционное «зрение» | + | + |
| 4. | Знание технических приемов разыгрывания окончаний | + | + |
| 5. | Способность анализа ситуации | + | + |
| 6. | Понимание причинно-следственных связей | + | + |
| 7. | Умение анализировать и комментировать собственные партии | + | + |
| 8. | Способность анализировать и обобщать имеющийся материал | + | + |

Срок освоения Программы для обучающихся, планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта, может быть увеличен на один год.

Учреждение имеет право реализовывать Программу в сокращенные сроки, а также по индивидуальным учебным планам с учетом федеральных государственных требований.

Реализация Программы обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами, имеющими соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование.

Доля специалистов, имеющих высшее образование, должна составлять не менее 25% от общего числа специалистов, обеспечивающих образовательный процесс по Программе.

На всех этапах подготовки могут привлекаться дополнительно к основному тренеру-преподавателю другие тренеры-преподаватели и специалисты, непосредственно обеспечивающие образовательный (в том числе тренировочный) процесс, при условии их одновременной с основным тренером-преподавателем работы с обучающимися.

Учреждение осуществляет обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, проездом к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питанием и проживанием в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий, а также осуществляет медицинское обеспечение обучающихся в порядке и объемах, установленных учредителем образовательной организации.

**Результатом освоения Программы** является приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в предметных областях:

- теория и методика физической культуры и спорта;

- общая физическая подготовка;

- избранный вид спорта;

- тактическая и психологическая подготовка.

В области теории и методики физической культуры и спорта:

- истории развития вида избранного вида спорта;

- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;

- основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;

- основах законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила игры в шахматы, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние);

-необходимые сведения о строении и функциях организма человека;

- гигиенические знания, умения и навыки;

- режиме дня, закаливании организма, здоровом образе жизни;

- основах спортивного питания;

- требованиях к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;

- требованиях техники безопасности при занятиях избранным видом спорта.

В области общей и специальной физической подготовки,

- в укреплении здоровья, повышении уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействии гармоничному физическому развитию, воспитанию личностных качеств и нравственных чувств (коллективизм, взаимопомощь).

В области избранного вида спорта

-повышением уровня специальной физической и функциональной подготовленности;

- овладением основами техники и тактики в избранном виде спорта, дисциплине вида спорта;

-приобретением соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

-развитием специальных физических (двигательных) и психологических качеств;

- повышением уровня функциональной подготовленности;

-освоением соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных и соревновательных нагрузок;

-выполнением требований, норм и условий их выполнения, для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта.

В области технико-тактической и психологической подготовки:

- освоение основ технических и тактических действий по избранному виду спорта;

- приобретение навыков анализа спортивного мастерства соперников;

- умение адаптироваться к тренировочной и соревновательной деятельности;

-умение преодолевать предсоревновательные и соревновательные факторы, воздействующие на психологическое состояние обучающегося;

- умение концентрировать внимание в ходе партии;

- овладение необходимым уровнем реагирования на действия соперника;

- освоение различных алгоритмов технико-тактических действий;

- приобретение навыков анализа спортивного мастерства соперников;

Оценка качества образования по Программе производится на основе и с учетом требований, контрольных нормативов и включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Освоение обучающимися Программы завершается итоговой аттестацией обучающихся, проводимой Учреждением. К итоговой аттестации допускаются обучающиеся, освоившие Программу в полном объеме, прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметам учебного плана.

Для обучающихся, осваивающих Программу с дополнительным годом обучения итоговая аттестация проводится по завершении полного срока обучения.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся проводится в соответствии с Положением о **«Порядке и формах проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по дополнительной предпрофессиональной программе по группе видов спорта»,** утвержденном приказом руководителя Учреждения.

**1.3 Учебный план**

Дополнительная предпрофессиональная программа спортивной подготовки по шахматному спорту, утвержденная приказом Учреждения, включает в себя учебный план на 46недель, который является её неотъемлемой частью.

График и объемы нагрузки в рамках образовательного процесса по годам по Программе представлен в таблице 5.

**Общий график и минимальные объемы нагрузки в рамках**

**образовательного процесса по Программе**

Таблица 5

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Срок реализации Программы – 10 лет | | | | | | | | |
| 1 этап – начальной подготовки | | 2 этап - тренировочный | | | | | 3 этап – совершенствования спортивного мастерства | |
| 1 г.о. | 2 г.о. | 1г.о | 2г.о. | 3г.о. | 4г.о. | 5г.о. | 1-2 г.о. | 3 г.о. |
| 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель | 46  недель |
| 6 часов в неделю | 8 часов в неделю | 12 часов в неделю | 12 часов в  неделю | 16 часов в неделю | 16 часов в неделю | 16 часов в неделю | 20  часа в неделю | 24 часов внеделю |
| 3-4 тренировки в неделю | 3-5 тренировок в неделю | 4-5 тренировок в неделю | 4-5 тренировок в неделю | 5-6 тренировок в неделю | 5-6 тренировок в неделю | 5-6 тренировок в неделю | 6-7 тренировок в неделю | 6-9 тренировок в неделю |
| 276час. | 368час. | 552час. | 552час. | 736час. | 736час. | 736час. | 920час. | 1104час. |
| 138-184 тренировок в год | 138-230 тренировок в год | 184-230 тренировок в год | 184-230 тренировок в год | 276-414 тренировок в год | 276-414 тренировок в год | 276-414 тренировок в год | 414-644 тренировок в год | 414-644 тренировок в год |

В данном учебном плане часы распределены не только по годам и этапам обучения, но и по времени на основные разделы подготовки: теоретическую, общую и специальную физическую, техническую и тактическую и другие виды подготовок.

Система многолетней подготовки высококвалифицированных шахматистов требует четкого планирования и учета нагрузки на всех этапах подготовки. Соотношение различных видов подготовок меняется в зависимости от возрастных особенностей, спортивного мастерства и задач каждого этапа. Подход к распределению нагрузки основывается на педагогических принципах обучения, физиологических особенностях спортсмена и многолетнем опыте подготовки ведущих шахматистов России. Если на начальных этапах подготовки большее количество часов отводится на теоретическую подготовку, на этапах специализации - на технико-тактическую подготовку, то на этапе совершенствования спортивного мастерства - на тактическую и соревновательную подготовку.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки. Примерное соотношение всех видов подготовки шахматистов на разных этапах обучения приведены в таблице 4.

**Примерное соотношение нагрузки и видов подготовки на этапах обучения**

Таблица 6

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Разделы подготовки | Этапы многолетней подготовки, % | | | | |
| **НП** | | **Т** | | **ССМ** |
|  | До года | Свыше года | До двух лет | Свыше двух лет |
| Общая физическая подготовка(%) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 |
| Психологическая подготовка (%) | 10 | 10 | 20 | 20 | 25 |
| Техническая подготовка (%) | 30 | 25 | 30 | 30 | 30 |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 25 | 30 | 20 | 10 | 10 |
| Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика(%) | 20 | 20 | 25 | 25 | 20 |

**Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта шахматы.**

Таблица 7

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды соревнований** | **Этапы и годы подготовки** | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства |
| *Первый год* | *Второй год* | *До двух лет* | *Свыше двух лет* |
| Контрольные | 3-4 | 5-7 | 5-7 | 4-6 | 4-5 |
| Отборочные | - | 2-3 | 3-4 | 4-5 | 5-7 |
| Основные | - | 1 | 1-2 | 2-3 | 3-4 |

**Требования к участию в спортивных соревнованиях:**

Лицо, проходящее подготовку по виду спорта шахматы, направляется организацией, осуществляющей подготовку на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

Учебный план Программы предусматривает максимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план разрабатывается на основании федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки по избранному виду спорта, в соответствии с графиками образовательного процесса в Учреждении и сроков обучения по Программе, а также отражает структуру Программы, установленную федеральными государственными требованиями, в части:

- наименования предметных областей;

-учета особенностей подготовки обучающихся по избранному виду спорта, а именно:

-построения процесса подготовки в соответствии со спецификой соревновательной деятельности;

-преемственности технической, тактической, физической, психологической подготовки;

-повышения уровня специальных физических качеств и совершенствование специальной выносливости;

-использования оптимальных объемов специальной подготовки, моделирующей соревновательную деятельность;

-ориентации на достижение результатов освоения Программы в виде приобретения обучающимися конкретных знаний, умений и навыков в предметных областях.

Учебный план определяет последовательность освоения содержания Программы по годам обучения.

В соответствии со спецификой и особенностями содержания и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта и подготовки по избранному виду спорта.

Учебный план Программы содержит следующие предметные области:

1. **«Теория и методика физической культуры и спорта»:**

«Теория и методика физической культуры и спорта»;

**2. «Общая физическая подготовка»;**

«Общая физическая подготовка»;

**3. «Избранный вид спорта»:**

«Теория и методика избранного вида спорта»;

«Специальная физическая подготовка»;

«Соревновательная подготовка»;

«Инструкторская и судейская практика»;

«Контрольные испытания по избранному виду спорта»;

«Медико-восстановительные мероприятия»;

**4. «Технико-тактическая и психологическая подготовка»**

«Технико-тактическая и психологическая подготовка»

**5. «Другие виды спорта и подвижные игры»:**

«Другие виды спорта и подвижные игры».

Под учебным предметом в настоящей Программе понимается система знаний, умений и навыков, отобранных в соответствии с осваиваемыми обучающимися предметными областями согласно специфике и направленности Программы.

Под учебным мероприятием в настоящей Программе понимается мероприятие учебного плана в рамках предметной области, обеспечивающего характера, не направленное на получение обучающимися знаний, умений, навыков, но являющееся неотъемлемой частью процесса освоения вида спорта, обязательной к применению в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Общая продолжительность Программы, а также продолжительность освоения предметных областей, учебных предметов и учебных мероприятий представлена в таблице 8.

**Продолжительность реализации Программы по предметным областям**

Таблица 8

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Предметные области** ( УП, УМ) | Этапы Программы | | | | | | | | | | | |
| **1 этап – начальной подготовки** | | **2 этап – тренировочный** | | | | | | **3 этап – совершенствование**  **спортивного мастерства** | | | |
| Год обучения | | | | | | | | | | | |
| 1-й | 2-й | 1-й | | 2-й | 3-й | 4-5-й | | 1-й | | 2-й | 3-й |
| Продолжительность освоения материала | | | | | | | | | | | |
| **1. Теория и методика ФК иС** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** | **+** |
| **2. Общая физическая подготовка** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** | **+** |
| **3. Избранный вид спорта – шахматный спорт** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** | **+** |
| 3.1. Теория и методика игры в шахматы | весь период обучения | | | | | | | | | | | |
| 3.2. Специальная физическая подготовка | весь период обучения | | | | | | | | | | | |
| 3.3. Соревновательная подготовка | весь период обучения | | | | | | | | | | | |
| 3.4. Инструкторская и судейская практика | - | | | | | начиная с ТЭ– 3 года обучения | | | | | | |
| 3.5. Контрольные испытания | в конце учебного года (май) | | | | | | | | | | | |
| 3.6. Медико-восстановительные мероприятия |  | | | | | начиная с ТЭ- 3 года обучения | | | | | | |
| 3.7 Медицинский контроль | Один раз в год | | | Углубленное мед. обследование два раза в год | | | | | | | | |
| **4. Технико-тактическая подготовка** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** |
| 4.1 Психологическая подготовка | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** |
| **5. Другие виды спорта и подвижные игры** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** | **+** | **+** | | **+** | | **+** |
| **ИТОГО (в часах)** | **276** | **368** | **552** | | **552** | **736** | **736** | **920** | | **920** | | **1104** |

В целях реализации Программы Учреждение ежегодно разрабатывает и утверждает годовой календарный учебный график из расчета 46 недель, предусматривающий:

-график (расписание) тренировочных занятий в течение недели;

-занятия по предметным областям;

-тренировочные сборы;

-участие в соревнованиях;

-самостоятельную работу обучающихся;

-промежуточную (итоговую) аттестацию обучающихся.

**1.4. Расписание занятий** в рамках Программы составляется Учреждением для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, по представлению педагогических работников с учетом специфики Программы, особенностей шахматного спорта и возрастных особенностей обучающихся.

**Продолжительность и объемы реализации программы по предметным областям** (в час.)

Таблица 9

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предметная область | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | | | | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | |
| 1 год | 2 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | | 5год | 1 год | 2 год | 3 год |
|  | | Кол-во часов в неделю | | | | | | | |  |
| 6 | 8 | 12 | 12 | 16 | 16 | 16 | | 20 | 20 | 24 |
| **1.Теория и методика**  **ФК и С** | **26** | **12** | **9** | **9** | **9** | **9** | **9** | | **8** | **8** | **8** |
| **2. Общая физическая подготовка** | **54** | **73** | **73** | **73** | **110** | **110** | **110** | | **184** | **184** | **220** |
| **3. Избранный вид спорта – шахматный спорт** | **126** | **192** | **333** | **333** | **434** | **434** | **434** | | **556** | **556** | **640** |
| 3.1. Теория и методика игры в шахматы | 62 | 102 | 140 | 140 | 181 | 181 | 181 | | 258 | 258 | 252 |
| 3.2. Специальная физическая подготовка | 16 | 18 | 45 | 45 | 90 | 90 | 90 | | 112 | 112 | 80 |
| 3.3. Соревновательная подготовка | 42 | 66 | 109 | 109 | 121 | 121 | 121 | | 124 | 124 | 192 |
| 3.4. Инструкторская и судейская практика | - | - | 21 | 21 | 24 | 24 | 24 | | 40 | 40 | 80 |
| 3.5. Контрольные испытания | 4 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | 8 | 8 | 12 |
| 3.6. Медико-восстановительные мероприятия | - | - | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | 8 | 8 | 12 |
| 3.7 Медицинский контроль | 2 | 2 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | 6 | 6 | 12 |
| **4. Технико-тактическая подготовка** | **42** | **55** | **82** | **82** | **110** | **110** | **110** | | **138** | **138** | **160** |
| **5. Другие виды спорта и подвижные игры** | **28** | **36** | **55** | **55** | **73** | **73** | **73** | | **34** | **34** | **76** |
| **ИТОГО (часы):** | **276** | **368** | **552** | **552** | **736** | **736** | **736** | | **920** | **920** | **1104** |

Примерные объемы содержания и форм организации образовательного процесса по Программе в соответствии и с учетом федеральных государственных требований приведены ниже:

-избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;

-общая физическая подготовка в объеме 20% от общего объема учебного плана;

-технико-тактическая подготовка в объеме 15% от общего объема учебного плана;

-теоретическая подготовка в объеме 10% от общего объема учебного плана;

-другие виды спорта и подвижные игры в объеме 10% от общего объема учебного плана.

Предлагаемый настоящей программой учебный план предусматривает ежегодное увеличение объемов и интенсивности тренировочных нагрузок на основе общих закономерностей развития физических качеств и спортивного совершенствования и является многолетним планом подготовки обучающегося от новичка до мастера спорта.

В процессе реализации учебного плана предусматривается возможность посещения обучающимися официальных спортивных соревнований, в том числе межрегиональных, общероссийских и международных, проводимых на территории Российской Федерации, организация совместных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями.

1. **МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ**

Методическая часть программы включает материал по основным видам подготовки шахматистов, его распределение по годам обучения, планирование спортивных результатов, организацию и проведение врачебно-педагогического и психологического контроля, рекомендации по проведению тренировочных занятий и соревнований, по технике безопасности.

* 1. ***Содержание и методика работы по предметным областям, этапам подготовки в рамках Программы*.**

**ПЛАНИРОВАНИЕ И УЧЕТ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА**

1. Тренировочный процесс планируется на основе учебных материалов, изложенных в данной программе.

2. Планирование занятий и распределение материала в группах проводится на основании учебного плана и годового графика распределения учебных часов, которые предусматривают организацию тренировочных занятий.

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

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

5. 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.

6. Годичный цикл тренировочных занятий в группах подразделяется на подготовительный, соревновательный и переходно-восстановительный этапы.

Основными формами осуществления подготовки спортсменов являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия; - тестирование и контроль.

Тренер-преподаватель, реализующий данную программу, обязан:

- осуществлять всестороннее физкультурное образование обучающихся, выявлять и развивать их творческие способности;

- два раза в год проводить общий инструктаж по технике безопасности и правилах поведения обучающихся на тренировочных занятиях;

- при обучении соблюдать принцип доступности и последовательности;

- следить за своевременным прохождение медицинского обследования и предоставлением медицинских справок;

- по данным медицинского осмотра знать уровень психофизических возможностей обучающихся и следить за их состоянием во время проведения занятий;

- комплектовать состав групп и принимать меры по сохранению ее контингента;

- составлять план-конспект занятия и обеспечивать его выполнение;

- проводить тренировочные занятия в соответствии с расписанием.

Обучающихся обязаны:

- приходить на занятия в дни и часы согласно расписанию;

- выполнять тренировочную программу;

- своевременно проходить медицинский контроль и иметь справку о прохождении медосмотра.

**2.1.1 Теоретические занятия**.

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

***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 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 место 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 тренировочного процесса.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения 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.

Закаливание. Роль закаливания в деле предупреждения инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

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 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.

**2.1.2 Практические занятия**.

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.

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

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

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

Для проведения практических занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства, кроме основного по виду спорта шахматы допускается привлечение дополнительно второго тренера-преподавателя по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

***Виды и формы практических занятий***

*Квалификационные турниры. Анализ партий и типовых позиций. Индивидуальные занятия*

Участие шахматистов в квалификационных и тематических турнирах. Разбор с тренером-преподавателем сыгранных партий, анализ типовых положений, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировка со спарринг - партнером.

Индивидуальные занятия тренера-преподавателя с обучающимися спортивной школы в соответствии с перспективными планами индивидуальной подготовки.

Выполнение контрольно-переводных и нормативных требований.

*Теоретические семинары, контрольные работы, доклады и рефераты учащихся*

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

*Консультационные партии, конкурсы решения задач и этюдов, сеансы одно-временной 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

**2.1.3 Объемы максимальных тренировочных нагрузок при реализации Программы:**

Продолжительность одного занятия при реализации Программы установлена в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не может превышать:

на этапе начальной подготовки – 2 часов;

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов.

При проведении более одного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп НП-1**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен. | Окт. | Ноя | Дек. | Янв. | Фев. | Мар | Апр | Май | Июнь | Июль -Авг. |
| 1. | **Шахматная атрибутика** | **8** | **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | а) Шахматнаядоска | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Фигуры и пешки | 4 | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | в) Бланки и блокноты для  записи | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | **Основные правила игры** | **38** |  | **20** | **10** | **8** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | а) Расстановка фигур | 4 |  | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Ходы фигур | 16 |  | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | в) Цель игры. Шах. Мат.  Пат | 18 |  |  | 10 | 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | **Сложные правила игры** | **20** |  |  |  |  | **12** | **8** |  |  |  |  |  |
|  | а) Превращение пешек | 6 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Рокировка | 6 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
|  | в) Правило взятия на  проходе | 8 |  |  |  |  |  | 8 |  |  |  |  |  |
| 4. | **Решение учебных приме-**  **ров. Дидактические игры** | **72** | **16** | **4** | **6** | **6** | **6** | **8** |  | **8** | **10** | **8** |  |
| **5.** | **Шахматная нотация** | **18** |  |  |  |  |  |  | **18** |  |  |  |  |
|  | а) Обозначение линий на  доске, фигур | 6 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |
|  | б) Запись позиций | 6 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |
|  | в) Запись партий | 6 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |
| **6.** | **Правила игры в турнире** | **4** |  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |  |
|  | **Итого часов** | **160** | 24 | 24 | 16 | 14 | 18 | 16 | 18 | 8 | 14 | 8 |  |
|  | **Практика** | **116** |  |  | **8** | **10** | **6** | **8** | **6** | **16** | **10** | **22** | **30** |
| 7. | Тренировочные партии | 64 |  |  | 8 | 10 | 6 | 8 | 6 | 10 | 8 | 8 |  |
| 8. | Сеансы | 8 |  |  |  |  |  |  |  | 6 |  | 2 |  |
| 9. | Соревнования | 42 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 12 | 30 |
|  | Контрольные испытания | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |
|  | **Всего часов** | **276** | **24** | **24** | **24** | **24** | **24** | **24** | **24** | **24** | **24** | **30** | **30** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП НП-1.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Изучаемые темы | Количество  занятий | Количество  часов |
|  | **I. Шахматная атрибутика** | **4** | **8** |
| 1. | 1.1 Описание и показ шахматной доски  1.2 Описание и показ шахматных фигур  1.3 Описание и показ шахматных бланков  для записи партий и блокнотов  1.4 Показ демонстрационной доски и фигур | 1  1  1  1 | 2  2  2  2 |
|  | **II. Основные правила игры** | **19** | **38** |
| 2. | 2.1 Начальная расстановка фигур на доске  2.2 Ходы пешки. Взятие пешкой  2.3 Ходы ладьи. Взятие ладьей  2.4 Ходы слона. Взятие слоном  2.5 Ходы короля. Взятие королем  2.6 Ходы ферзя. Взятие ферзем  2.7 Ходы коня. Взятие конем  2.8 Цель игры. Шах  2.9 Три способа защиты от шаха  2.10 Мат  2.11 Пат  2.12 Ничья, вследствие уничтожения сил | 2  1  1  1  1  1  3  2  1  3  2  1 | 4  2  2  2  2  2  6  4  2  6  4  2 |
|  | **III. Сложные правила игры** | **10** | **20** |
| 3. | 3.1 Превращение пешек  3.2 Рокировка  3.3 Правило взятия на проходе | 3  3  4 | 6  6  8 |
| 4. | **IV. Решение учебных примеров.**  **Дидактические игры** | **36** | **72** |
|  | **V. Шахматная нотация** | **9** | **18** |
| 5. | 5.1 Обозначение линий  5.2 Обозначение фигур  5.3 Специальные обозначения  5.4 Запись позиций и решений  5.5 Запись партий | 1  1  1  3  3 | 2  2  2  6  6 |
|  | **VI. Правила игры в турнирах** | **2** | **4** |
| 6. | 6.1 Правила: а) тронул – ходи, б) тронул  фигуру соперника – руби  6.2 Дисциплина участников. Обращение к  судье соревнований | 1  1 | 2  2 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп НП-2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар. | Апр | Май | Июн | Июль  -Авг. |
| **1.** | **Повторение материала** | **32** | **32** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2.** | **Ценность фигур и пешек** | **2** |  | **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3.** | **Матование одинокого короля** | **14** |  | **8** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | а) Линейный мат | 2 |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Мат ферзем | 6 |  | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | в) Мат ладьей | 6 |  |  | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4.** | **Реализация большого материального перевеса** | **6** |  |  |  | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| **5.** | **Виды ничьей** | **8** |  |  |  | **6** | **2** |  |  |  |  |  |  |
| **6.** | **Тактические приемы** | **40** |  |  |  |  |  | **12** | **12** | **8** | **8** |  |  |
|  | а) Геометрические мотивы | 6 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |
|  | б) Двойной удар | 6 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |
|  | в) Открытый шах | 6 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |
|  | г) Двойной шах | 6 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |
|  | д) Открытое нападение | 8 |  |  |  |  |  |  |  | 8 |  |  |  |
|  | е) Связка | 8 |  |  |  |  |  |  |  |  | 8 |  |  |
| **7.** | **Решение учебных приме-**  **ров. Дидактические игры** | **94** |  | **8** | **12** | **14** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** |  |  |
| **8.** | **Разбор партий** | **60** |  |  | **6** |  | **6** |  |  | **6** |  | **18** | **24** |
| **9.** | **Правила игры в турнире** | **10** |  | **4** |  |  |  |  |  |  | **6** |  |  |
|  | **Итого часов** | **266** | 32 | 22 | 24 | 26 | 20 | 24 | 24 | 26 | 26 | 18 | 24 |
|  | **Практика** | **102** |  | **10** | **8** | **6** | **12** | **8** | **8** | **6** | **6** | **22** | **16** |
| 10. | Тренировочные партии | 30 |  | 8 |  | 6 |  | 6 |  | 6 | 4 |  |  |
| 11. | Сеансы | 10 |  | 2 |  |  |  | 2 |  |  |  | 6 |  |
| 12. | Соревнования | 60 |  |  | 8 |  | 12 |  | 8 |  |  | 16 | 16 |
|  | Контрольные испытания | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |
|  | **Всего часов** | **368** | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** | **40** | **40** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП НП-2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Изучаемые темы | Количество  занятий | Количество  часов |
| 1. | **I. Повторение пройденного материала** | **16** | **32** |
| 2. | **II. Ценность фигур и пешек** | **1** | **2** |
|  | **III. Матование одинокого короля** | **7** | **14** |
| 3. | 3.1 Линейный мат  3.2 Мат ферзем  3.3 Мат ладьей | 1  3  3 | 2  6  6 |
|  | **IV. Реализация большого материального**  **перевеса** | **3** | **6** |
| 4. | 4.1 Размен фигур. Разумные упрощения  4.2 Использование перевеса для атаки неприятельского  короля | 1  2 | 2  4 |
|  | **V. Виды ничьей** | **4** | **8** |
| 5. | 5.1 Ничья, из-за невозможности дать мат  5.2 Пат  5.3 Вечный шах | 1  2  1 | 2  4  2 |
|  | **VI. Тактические приемы игры** | **20** | **40** |
| 6. | 6.1 Использование геометрических мотивов  6.2 Двойной удар  6.3 Открытый шах  6.4 Двойной шах  6.5 Открытое нападение  6.6 Связка. Методы защиты от связки | 3  3  3  3  4  4 | 6  6  6  6  8  8 |
| 7. | **VII. Решение учебных примеров**  **Дидактические игры** | **48** | **94** |
| 8. | **VIII. Разбор партий** | **30** | **60** |
|  | **IХ. Правила игры в соревнованиях** | **5** | **10** |
| 9. | 9.1 Шахматные часы. Запись партий  9.2 Правила игры в цейтноте  9.3 Требование ничьей | 1  1  3 | 2  2  6 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп Т-1**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июн | Июл-Авг |
| **1.** | **Дебют** | **54** |  | **9** | **9** |  |  | **9** | **9** | **9** | **9** |  |  |
|  | а) Северный гамбит | 18 |  | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Королевский гамбит | 18 |  |  |  |  |  | 9 | 9 |  |  |  |  |
|  | в) Итальянская партия | 18 |  |  |  |  |  |  |  | 9 | 9 |  |  |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **216** | **30** | **21** | **24** | **27** | **27** | **24** | **18** | **24** | **21** |  |  |
|  | а) Стратегия | 30 | 6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 6 |  | 3 | 3 |  |  |
|  | б) Разбор партий | 93 | 15 | 9 | 12 | 9 | 12 | 6 | 9 | 12 | 9 |  |  |
|  | в)Тактические приемы,  комбинации | 93 | 9 | 9 | 9 | 15 | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 |  |  |
| **3.** | **Эндшпиль** | **27** |  | **9** |  | **6** | **3** |  | **3** | **3** | **3** |  |  |
| **4.** | **История шахмат** | **18** | **9** |  |  |  | **3** |  | **3** |  | **3** |  |  |
| **5.** | **Судейство соревнований** | **27** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** |  |  |
|  | **Итого часов** | **342** | 42 | 42 | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 | 39 | 39 |  |  |
|  | **Практика** | **210** | **6** | **6** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **9** | **9** | **60** | **60** |
| 6. | Сеансы | 9 |  |  |  | 3 |  |  |  |  | 3 | 3 |  |
| 7. | Блицтурниры | 51 | 6 | 6 |  | 9 |  | 12 |  | 9 | 3 | 6 |  |
| 8. | Соревнования | 147 |  |  | 12 |  | 12 |  | 12 |  |  | 51 | 60 |
|  | Контрольные испытания | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  | 3 |  |  |
|  | **Всего часов** | **552** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **60** | **60** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП Т-1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Изучаемые темы | Количество занятий | Количество часов |
|  | **I. Дебют** | **18** | **54** |
| 1. | 1.1 Северный гамбит  1.2 Королевский гамбит  1.3 Итальянская партия | 6  6  6 | 18  18  18 |
|  | **II. Миттельшпиль** | **72** | **216** |
| 2. | *Стратегия. Принципы развития начала партии*  2.1 Основы развития фигур  2.2 Подсчет темпов  2.3 Проблема центра | *10*  4  2  4 | *30*  12  6  12 |
| 3. | *Разбор партий* | *31* | *93* |
| 4. | *Тактические приемы игры*  4.1 Использование геометрических мотивов  Двойной удар  4.2 Открытый шах  4.3 Двойной шах  4.4 Открытое нападение  4.5 Связка | *10*  2  2  2  2  2 | *30*  6  6  6  6  6 |
| 5. | *Комбинации*  5.1 Простейшие комбинации  5.2 Диагональное действие слонов  5.3 Коневые комбинации  5.4 Спертый мат  5.5 Тяжелофигурные комбинации  5.6 Пешечные комбинации  5.7 Жертва слона на h7  5.8 Взаимодействие коня и слона  5.9 Взаимодействие коня и ладьи  5.10 Взаимодействие коня и ферзя  5.11 Взаимодействие слона и ладьи  5.12 Взаимодействие слона и ферзя  5.13 Взаимодействие нескольких фигур | *21*  1  2  2  2  2  1  1  2  2  2  1  1  2 | *63*  3  6  6  6  6  3  3  6  6  6  3  3  6 |
|  | **III. Эндшпиль** | **9** | **27** |
| 6. | *Простейшие окончания*   * 1. Король и крайняя пешка против   короля  6.2 Правило квадрата  6.3 Король и не крайняя пешка против  короля   * 1. Реализация лишней пешки в пешечном   окончании  6.5 Отдаленная проходная пешка  6.6 Защищенная проходная пешка  6.7 Борьба ферзя с пешкой достигшей  предпоследней горизонтали | *9*  1  1  2  1  1  1  2 | *27*  3  3  6  3  3  3  6 |
|  | **IV. История шахмат** | **6** | **18** |
| 7. | 7.1 Происхождение шахмат. Магический  квадрат  7.2 От чатуранги до шатранджа. Табии.  Мансубы  7.3 Шахматы в культуре стран Арабского  Халифата. Проникновение шахмат в  Европу  7.4 Реформа шахмат. Шахматные трактаты.  Запрет шахмат церковью  7.5 Калабриец Греко. Ранняя итальянская  школа | 1  2  1  1  1 | 3  6  3  3  3 |
|  | **V. Судейство соревнований** | **9** | **27** |
| 8. | 8.1 Шахматные часы (механические и  электронные). Установка режимов  времени. Пользование часами  8.2 Запись партий при игре с часами  8.3 Неправильности во время игры  8.4 Правила поведения за доской и в  турнирном зале  8.5 Учет результатов. Выигрыш.  Проигрыш. Ничья  8.6 Классические и быстрые шахматы.  Блиц.  8.7 Главный судья соревнований  8.8 Главный секретарь соревнований  8.9 Судья соревнований | 1  1  1  1  1  1  1  1  1 | 3  3  3  3  3  3  3  3  3 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп Т-2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июн | Июль-Авг |
| **1.** | **Дебют** | **54** |  | **9** | **9** |  |  | **9** | **9** | **9** | **9** |  |  |
|  | а) Испанская партия | 18 |  | 9 | 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Защита 2-х коней | 18 |  |  |  |  |  | 9 | 9 |  |  |  |  |
|  | в) Гамбит Эванса | 18 |  |  |  |  |  |  |  | 9 | 9 |  |  |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **225** | **39** | **21** | **24** | **27** | **21** | **27** | **18** | **24** | **24** |  |  |
|  | а) Стратегия | 60 | 15 |  | 9 | 9 | 9 | 6 |  | 6 | 6 |  |  |
|  | б) Разбор партий | 84 | 12 | 9 | 6 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 |  |  |
|  | в) Техника расчета,  конкурсы решений | 81 | 12 | 12 | 9 | 9 |  | 12 | 9 | 9 | 9 |  |  |
| **3.** | **Эндшпиль** | **45** |  | **9** |  | **9** | **9** |  | **6** | **6** | **6** |  |  |
| **4.** | **История шахмат** | **15** | **3** | **3** |  | **3** |  | **3** |  | **3** |  |  |  |
| **5.** | **Судейство соревнований** | **27** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** | **3** |  |  |
|  | **Итого часов** | **366** | 45 | 45 | 36 | 42 | 33 | 42 | 36 | 45 | 42 |  |  |
|  | **Практика** | **186** | **3** | **3** | **12** | **6** | **15** | **6** | **12** | **3** | **6** | **60** | **60** |
| 6. | Сеансы | 12 |  |  |  | 3 |  |  |  |  | 3 | 6 |  |
| 7. | Блицтурниры | 27 | 3 | 3 |  | 3 | 3 | 6 |  | 3 |  | 6 |  |
| 8. | Соревнования | 144 |  |  | 12 |  | 12 |  | 12 |  |  | 48 | 60 |
|  | Контрольные испытания | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  | 3 |  |  |
|  | **Всего часов** | **552** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **48** | **60** | **60** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП Т-2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Изучаемые темы | Количество занятий | Количество часов |
|  | **I. Дебют** | **18** | **54** |
| 1. | 1.1 Испанская партия  1.2 Защита 2-х коней  1.3 Гамбит Эванса | 6  6  6 | 18  18  18 |
|  | **II. Миттельшпиль** | **75** | **225** |
| 2. | *Стратегия. Центр. Развитие сил.*  2.1 Сдача и удержание центра  2.2 Различные виды центров:  а) закрытый центр,  б) открытый центр,  в) подвижный центр,  г) стабильный центр.   * 1. Темповая теория   2. О «пешкоедстве» в начале партии   3. Ликвидация «напряжений» | *20*  4  2  2  2  2  4  3  1 | *60*  12  6  6  6  6  12  9  3 |
| 3. | *Разбор партий* | *28* | *84* |
| 4. | *Комбинации*  4.1 Комбинации на отвлечение  4.2 Комбинации на завлечение  4.3 Комбинации на блокировку  4.4 Комбинации на освобождение линии  4.5 Комбинации на освобождение поля  4.6 Комбинации на перекрытие  4.7 Комбинации на уничтожение защиты  4.8 Комбинации на разрушение  4.9 Комбинации на захват пункта  4.10 Конкурсы решения комбинаций  4.11 Конкурсы решения задач  4.12 Конкурсы решения этюдов  4.13 Блицконкурсы | *27*  2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  3 | *81*  6  6  6  6  6  6  6  6  6  6  6  6  9 |
|  | **III. Эндшпиль** | **15** | **45** |
| 5. | * 1. Некоторые случаи ничьей при большом   материальном перевесе   * 1. Простейшие ладейные окончания:   а) принцип Тарраша,  б) позиция Филидора,  в) построение ладейного «мостика»   * 1. Окончания, в которых слон сильнее   коня   * 1. Окончания, в которых конь сильнее   слона   * 1. Окончания с одноцветными слонами   2. Окончания с разноцветными слонами   3. Мат двумя легкими фигурами | 1  1  1  1  2  2  2  2  3 | 3  3  3  3  6  6  6  6  9 |
|  | **IV. История шахмат** | **5** | **15** |
| 6. | * 1. Мастера ХVIII века. Филипп Стамма.   Алгебраическая нотация   * 1. Андре Франсуа Филидор и его теория   2. Моденское трио | 1  2  2 | 3  6  6 |
|  | **V. Судейство соревнований** | **9** | **27** |
| 7. | 7.1 Соревнования по круговой системе  7.2 Соревнования по швейцарской системе  7.3 Командные соревнования | 3  3  3 | 9  9  9 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп Т-3**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июн | Июль - Авг. |
| **1.** | **Дебют** | **72** | **12** | **12** |  | **12** |  | **12** |  | **12** | **12** |  |  |
|  | а) Контратака Маршалла | 24 | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) Французская защита | 24 |  |  |  | 12 |  | 12 |  |  |  |  |  |
|  | в) Защита Каро-Канн | 24 |  |  |  |  |  |  |  | 12 | 12 |  |  |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **284** | **24** | **36** | **28** | **36** | **32** | **36** | **28** | **36** | **28** |  |  |
|  | а) Стратегия | 140 | 12 | 20 | 12 | 20 | 12 | 16 | 16 | 16 | 16 |  |  |
|  | б) Разбор партий | 100 | 12 | 8 | 16 | 8 | 12 | 8 | 12 | 12 | 12 |  |  |
|  | в)Техника расчета | 44 |  | 8 |  | 8 | 8 | 12 |  | 8 |  |  |  |
| **3.** | **Эндшпиль** | **44** | **8** |  | **8** |  | **8** |  | **8** |  | **12** |  |  |
| **4.** | **История шахмат** | **20** | **4** |  | **4** |  | **4** |  | **4** | **4** |  |  |  |
| **5.** | **Судейство соревнований** | **68** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **16** | **16** |
|  | **Итого часов** | **488** | 52 | 52 | 44 | 52 | 48 | 52 | 44 | 56 | 56 | 16 | 16 |
|  | **Практика** | **248** | **12** | **12** | **20** | **12** | **16** | **12** | **20** | **8** | **8** | **64** | **64** |
| 6. | Сеансы | 8 |  |  |  | 4 |  |  |  |  |  | 4 |  |
| 7. | Блицтурниры | 56 | 12 | 12 |  | 8 |  | 12 |  | 8 |  | 4 |  |
| 8. | Соревнования | 180 |  |  | 20 |  | 16 |  | 20 |  | 4 | 56 | 64 |
|  | Контрольные испытания | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  | 4 |  |  |
|  | **Всего часов** | **736** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **80** | **80** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП Т-3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Изучаемые темы | Количество занятий | Количество часов |
|  | **I. Дебют** | **18** | **72** |
| 1. | 1.1 Контратака Маршалла  1.2 Французская защита  1.3 Защита Каро-Канн | 6  6  6 | 24  24  24 |
|  | **II. Миттельшпиль** | **71** | **284** |
|  | *Стратегия* | *35* | *140* |
| 2. | *Активность фигур*  2.1 Хорошие и плохие слоны  2.2 Слон сильнее коня  2.3 Конь сильнее слона  2.4 Разноцветные слоны в миттельшпиле  2.5 Выключение фигуры из игры | *5*  1  1  1  1  1 | *20*  4  4  4  4  4 |
| 3. | *Открытые и полуоткрытые линии*  3.1 Использование открытых и  полуоткрытых линий  3.2 Открытые линии и атака на короля  3.3 Форпост  3.4 Борьба за открытую линию | *8*  2  2  2  2 | *32*  8  8  8  8 |
| 4. | *Проблема центра*  4.1 Сильный пешечный центр  4.2 Подрыв пешечного центра  4.3 Фигуры против пешечного центра  4.4 Фигурно-пешечный центр  4.5 Роль центра при фланговых операциях | *10*  2  2  2  2  2 | *40*  8  8  8  8  8 |
| 5. | *Два слона*  5.1 Два слона в миттельшпиле  5.2 Борьба против двух слонов | *2*  1  1 | *8*  4  4 |
| 6. | *Слабые и сильные поля*  6.1 Слабые поля в лагере противника  6.2 Слабость комплекса полей  6.3 О некоторых сильных полях | *4*  2  1  1 | *16*  8  4  4 |
| 7. | *Особенности расположения пешек*  7.1 Пешечные слабости  7.2 Сдвоенные пешки  7.3 Отсталая пешка на полуоткрытой линии | *6*  2  2  2 | *24*  8  8  8 |
| Б | *Разбор партий* | *25* | *100* |
| В | *Техника расчета* | *11* | *44* |
| 8. | *Тренировка техники расчета*  8.1 Ошибки при расчете  8.2 Построение дерева расчета | *6*  2  4 | *24*  8  16 |
| 9. | *Конкурсы решений*  9.1 Конкурс решения комбинаций  9.2 Конкурс решения задач  9.3 Конкурс решения этюдов  9.4 Блицконкурс | *5*  1  1  1  2 | *20*  4  4  4  8 |
|  | **III. Окончания** | **11** | **44** |
| 10. | *Пешечные окончания*  10.1 Учебные позиции  10.2 Геометрия доски. Прием отталкивания  10.3. Прорыв  10.4 Поля соответствия. Треугольник.  10.5 Запасные темпы  10.6 Активность короля  10.7 Пространственный перевес  10.8 Переход в пешечный эндшпиль  10.9 Некоторые этюдные идеи | *11*  1  1  1  2  1  1  1  1  2 | *44*  4  4  4  8  4  4  4  4  8 |
|  | **IV. История шахмат** | **5** | **20** |
| 11. | 11.1 Французские и английские шахматисты начала ХIХ века  11.2 Матчи между Лабурдоннэ и Мак-Доннелем  11.3 Литературная деятельность Лабурдоннэ. Журнал «Паламед» | 1  3  1 | 4  12  4 |
|  | **V. Судейство соревнований** | **17** | **68** |
| 12. | 12.1 Выполнение ходов  12.2 Судейская документация. Ее оформление  12.3 Проведение жеребьевки вручную  12.4 Компьютерная жеребьевка. Изучение  программ “Swruss”, “Swiss-5,5” и др.  12.5 Контрольное судейство | 2  2  3  2  8 | 8  8  12  8  32 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп Т-4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июнь | Июль - Авг. |
| **1.** | **Дебют. Сицилианскаязащита** | **72** | **12** | **12** |  | **12** |  | **12** |  | **12** | **12** |  |  |
|  | а) вариант со 2. с2-с3 | 24 | 12 | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) челябинский вариант | 24 |  |  |  | 12 |  | 12 |  |  |  |  |  |
|  | в) современный вариант | 24 |  |  |  |  |  |  |  | 12 | 12 |  |  |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **280** | **24** | **40** | **28** | **32** | **28** | **36** | **28** | **40** | **24** |  |  |
|  | а) Стратегия | 128 | 12 | 20 | 12 | 12 | 12 | 16 | 16 | 16 | 12 |  |  |
|  | б) Разбор партий | 116 | 12 | 12 | 16 | 12 | 12 | 12 | 12 | 16 | 12 |  |  |
|  | в)Техника расчета | 36 |  | 8 |  | 8 | 4 | 8 |  | 8 |  |  |  |
| **3.** | **Эндшпиль** | **48** | **8** |  | **8** | **8** | **8** |  | **8** |  | **8** |  |  |
| **4.** | **История шахмат** | **20** | **4** |  | **4** |  | **4** |  | **4** |  | **4** |  |  |
| **5.** | **Судейство соревнований** | **68** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **16** | **16** |
|  | **Итого часов** | **488** | 52 | 56 | 44 | 56 | 44 | 52 | 44 | 56 | 52 | 16 | 16 |
|  | **Практика** | **248** | **12** | **8** | **20** | **8** | **20** | **12** | **20** | **8** | **12** | **64** | **64** |
| 6. | Сеансы | 12 |  | 4 |  |  |  | 4 |  |  |  | 4 |  |
| 7. | Блицтурниры | 44 | 12 | 4 |  | 8 |  | 8 |  | 8 |  | 4 |  |
| 8. | Соревнования | 188 |  |  | 20 |  | 20 |  | 20 |  | 8 | 56 | 64 |
|  | Контрольные испытания | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  | 4 |  |  |
|  | **Всего часов** | **736** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **80** | **80** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП Т-4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Изучаемые темы | Количество занятий | Количество часов |
|  | **I. Дебют. Сицилианская защита** | **18** | **72** |
| 1. | 1.1 Вариант со 2. с2-с3  1.2 Челябинский вариант  1.3 Современный вариант | 6  6  6 | 24  24  24 |
|  | **II. Миттельшпиль** | **70** | **280** |
| А | Стратегия | 32 | 128 |
| 2. | Проходная пешка | 3 | 12 |
| 3. | Борьба при необычном соотношении сил и компенсация за материал  3.1 Ферзь против двух ладей  3.2 Ферзь против ладьи и легкой фигуры  3.3 Ферзь против трех легких фигур  3.4 Компенсация за ферзя  3.5 Две ладьи против трех легких фигур  3.6 Две легкие фигуры против ладьи  (с пешками)  3.7 Ладья против легкой фигуры и двух  пешек  3.8 Компенсация за ладью  3.9 Легкая фигура против трех пешек  3.10 Компенсация за легкую фигуру | 15  1  1  1  1  1  2  2  2  2  2 | 60  4  4  4  4  4  8  8  8  8  8 |
| 4. | Пешечный перевес на одном из флангов  4.1 Использование пешечного перевеса на  ферзевом фланге  4.2 Использование пешечного перевеса в  центре или на королевском фланге  4.3 Борьба с пешечным перевесом на  фланге | 6  2  2  2 | 24  8  8  8 |
| 5. | Пешечные цепи  5.1 База пешечной цепи. Атака базы.  Два театра военных действий  5.2 Замена блокирующих фигур | 4  2  2 | 16  8  8 |
| 6. | Качественное пешечное превосходство | 1 | 4 |
| 7. | Блокада  7.1 Ограничение подвижности  7.2 Блокада | 3  1  2 | 12  4  8 |
| Б | Разбор партий | 29 | 116 |
| В | Техника расчета | 9 | 36 |
| 8. | Построение дерева расчета | 4 | 16 |
| 9. | Конкурсы решений  9.1 Конкурс решения комбинаций  9.2 Конкурс решения задач  9.3 Конкурс решения этюдов  9.4 Блицконкурс | 5  1  1  1  2 | 20  4  4  4  8 |
|  | **III. Окончания** | **12** | **48** |
| 10. | Фигуры против пешек  10.1 Слон против пешек  10.2 Конь против пешек  10.3 Ладья против пешек  а) ладья против одной пешки  б) ладья против двух пешек | 4  1  1  1  1 | 16  4  4  4  4 |
| 11. | Одноцветные слоны  11.1 Слон и пешка против слона  11.2 Слон и две пешки против слона | 2  1  1 | 8  4  4 |
| 12. | Два слона в эндшпиле | 1 | 4 |
| 13. | Разноцветные слоны при ладьях и ферзях | 1 | 4 |
| 14. | Ладья с пешкой против ладьи  14.1 Пешка крайняя  14.2 Пешка не крайняя  а) пешка на 7-й горизонтали  б) пешка на 6-й горизонтали  в) пешка на 5-й горизонтали | 4  1  1  1  1 | 16  4  4  4  4 |
|  | **IV. История шахмат** | **5** | **20** |
| 15. | 15.1 Французские и английские  шахматисты середины ХIХ века  15.2 Матч Сент-Аман – Стаунтон 15.3 Г.Стаунтон – сильнейший шахматист  середины ХIХ века  15.4 Расцвет и закат кафе «Режанс».  Шахматный автомат Кемпелена  15.5 Немецкие шахматисты середины ХIХ  века. Адольф Андерсен | 1  1  1  1  1 | 4  4  4  4  4 |
|  | **V. Судейство соревнований** | **17** | **68** |
| 16. | 16.1 Участие в судейских семинарах  16.2 Контрольное судейство | 9  8 | 36  32 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп Т-5**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен. | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Март | Апр | Май | Июн. | Июль - Авг. |
| **1.** | **Дебют** | **96** | **16** | **16** |  | **16** |  | **16** |  | **16** | **16** |  |  |
|  | а) защита Грюнфельда | 32 | 16 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | б) защита Нимцовича | 32 |  |  |  | 16 |  | 16 |  |  |  |  |  |
|  | в) волжский гамбит | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 16 | 16 |  |  |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **196** | **16** | **16** | **28** | **24** | **32** | **16** | **24** | **20** | **20** |  |  |
|  | а) Стратегия | 104 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 8 |  |  |
|  | б) Разбор партий | 64 | 4 | 4 | 8 | 8 | 12 | 4 | 8 | 8 | 8 |  |  |
|  | в) Техника расчета | 28 |  |  | 8 | 4 | 8 |  | 4 |  | 4 |  |  |
| **3.** | **Эндшпиль** | **104** | **16** | **16** | **12** | **12** |  | **12** | **12** | **12** | **12** |  |  |
| **4.** | **История шахмат** | **24** | **4** | **4** |  | **4** |  | **4** |  | **4** | **4** |  |  |
| **5.** | **Судейство соревнований** | **68** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **16** | **16** |
|  | **Итого часов** | **488** | 56 | 56 | 44 | 60 | 36 | 52 | 40 | 56 | 56 | 16 | 16 |
|  | **Практика** | **248** | **8** | **8** | **20** | **4** | **28** | **12** | **24** | **8** | **8** | **64** | **64** |
| 6. | Сеансы | 8 |  |  |  |  |  |  | 4 |  |  | 4 |  |
| 7. | Блицтурниры | 60 | 8 | 8 |  | 4 | 8 | 12 |  | 8 | 4 | 8 |  |
| 8. | Соревнования | 176 |  |  | 20 |  | 20 |  | 20 |  |  | 52 | 64 |
|  | Контрольные испытания | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  | 4 |  |  |
|  | **Всего часов** | **736** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **64** | **80** | **80** |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ГРУПП Т-5**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Изучаемые темы | Количество занятий | Количество часов |
|  | **I. Дебют.** | **24** | **96** |
| 1. | * 1. Защита Грюнфельда   2. Защита Нимцовича   1.3 Волжский гамбит | 8  8  8 | 32  32  32 |
|  | **II. Миттельшпиль** | **49** | **196** |
| А | *Стратегия* | *26* | *104* |
| 2. | *Пешечная пара «с3 +d4» на полуоткрытых вертикалях* | *2* | *8* |
| 3. | *Изолированная пешка в центре доски* | *4* | *16* |
| 4. | *Висячие пешки* | *3* | *12* |
| 5. | *Карлсбадская структура*  5.1 История варианта  5.2 Атака пешечного меньшинства  5.3 Контригра за черных  5.4 Другие планы, встречающиеся на  практике | *6*  1  2  1  2 | *24*  4  8  4  8 |
| 6. | *Жертва пешки*  6.1 Динамическая жертва пешки  6.2 Позиционная жертва пешки | *4*  2  2 | *16*  8  8 |
| 7. | *Избыточная защита*  7.1 Избыточная защита стратегически  важных пунктов  7.2 Избыточная защита центра | *2*  1  1 | *8*  4  4 |
| 8. | *Ликвидация слабостей* | *2* | *8* |
| 9. | *Лавирование*  9.1 Логика лавирования. Ось лавирования.  Взаимные перемещения  9.2 Комбинированная игра на двух флангах  9.3 Лавирование при осложненных обстоятельствах | *3*  1  1  1 | *12*  4  4  4 |
| Б | *Разбор партий* | *16* | *64* |
| В | *Техника расчета* | *7* | *28* |
| 10. | *Конкурсы решений*  10.1 Решение сложных комбинаций  10.2 Решение сложных этюдов  10.3 Блицконкурсы | *7*  2  3  2 | *28*  8  12  8 |
|  | **III. Окончания** | ***26*** | ***104*** |
| 11. | *Коневые окончания*   * 1. Конь и пешка против коня   2. Конь и две пешки против коня   3. Многопешечные коневые окончания   4. Тактические возможности коневых окончаний | *6*  1  1  3  1 | *24*  4  4  12  4 |
| 12. | *Ферзевые окончания*  12.1 Стратегические идеи, характерные для  ферзевых окончаний  а) матовые угрозы  б) вечный шах, пат  в) проходная пешка  г) активность ферзя  12.2 Ферзь и пешка против ферзя | *6*  1  1  1  1  2 | *24*  4  4  4  4  8 |
| 13. | *Ладейные окончания*  13.1 Ладья и две пешки против ладьи  а) пешки связанные  б) пешки изолированные  13.2 Ладья и пешка против ладьи и пешки  а) пешки не проходные  б) пешки проходные  13.3 Ладья и две пешки против ладьи и пешки  а) пешки на одном фланге  б) пешки на разных флангах | *6*  1  1  1  1  1  1 | *24*  4  4  4  4  4  4 |
| 14. | *Лишнее качество*  14.1 Ладья против слона  а) ладья против слона без пешки  б) ладья с пешкой против слона  в) ладья и пешка против слона и пешки  г) ладья и пешка против слона и двух пешек  14.2 Ладья против коня  а) ладья против коня без пешки  б) ладья с пешкой против коня  в) ладья и пешка против коня и пешки  г) окончания с большим количеством пешек | *8*  1  1  1  1  1  1  1  1 | *32*  4  4  4  4  4  4  4  4 |
|  | **IV. История шахмат** | ***6*** | ***24*** |
| 15. | * 1. Творчество Андерсена   2. Шахматы на американском континенте. Пол Морфи и его творчество   3. Шахматы во второй половине ХIХ века. Борьба за мировое первенство | 2  3  1 | 8  12  4 |
|  | **V. Судейство соревнований** | **17** | **68** |
| 16. | 16.1 Участие в судейских семинарах  16.2 Контрольное судейство | 9  8 | 36  32 |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп ССМ-1, 2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен. | Окт | Ноя | Дек | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июн | Июль -Авг. |
| **1.** | **Дебют** | **442** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **36** | **46** |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **220** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** |
| **3.** | **Эндшпиль** | **100** |  | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **4** |  |
|  | **Итого часов** | **762** | 60 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 60 | 66 |
|  | Практика | 158 | 20 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 20 | 54 |
|  | **Всего часов** | **920** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **80** | **120** |

**УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН**

**распределения часов для групп ССМ-3**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Теория | Часы | Месяцы | | | | | | | | | | |
| Сен. | Окт. | Ноя | Дек. | Янв | Фев | Мар | Апр | Май | Июн | Июль -Авг. |
| **1.** | **Дебют** | **442** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **40** | **36** | **46** |
| **2.** | **Миттельшпиль** | **220** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** |
| **3.** | **Эндшпиль** | **100** |  | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **12** | **4** |  |
|  | **Итого часов** | **762** | 60 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 60 | 66 |
|  | Практика | 342 | 30 | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 | 40 | 128 |
|  | **Всего часов** | **1104** | **90** | **90** | **90** | **90** | **90** | **90** | **90** | **90** | **90** | **100** | **194** |

1. **СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

Результатом реализации Программы является:

*На этапе начальной подготовки:*

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;

- освоение основ техники по виду спорта шахматы;

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- укрепление здоровья спортсменов;

- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта шахматы.

*На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):*

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

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

- формирование спортивной мотивации;

- укрепление здоровья спортсменов.

Для обеспечения этапов спортивной подготовки организации, осуществляющие спортивную подготовку, используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта шахматы;

в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных мероприятиях и соревнованиях.

**Критерии подготовки на каждом этапе спортивной подготовки в виде спорта шахматы. Контрольно-переводные нормативы.**

**Общефизическая подготовка.**

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

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».

2. Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке.

3. Показать знания простейших дебютных принципов.

4. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.

5. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.

6. Уметь ставить мат одинокому королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.

7. Участвовать в квалификационных турнирах.

*Нормативные требования для перевода в тренировочную группу 1 года обучения.*

1. Знать правила игры с использованием шахматных часов.
2. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую». Знать правила игры с использованием шахмат.

2. Знать историю вопроса о реформе шахмат в XVI – XVII веках.

3. Показать знания стратегических идей некоторых дебютных систем (итальянская, испанская партия).

4. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах двух-трех ходов,составлять простейший план игры, давать оценку позиции.

5. Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита.

6. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончания «легкая фигура против пешки».

7. Участвовать в квалификационных турнирах.

*Нормативные требования для перевода в тренировочную группу 2 года обучения*

1. Знать категории соревнований

2. Знать основные положения теории Филидора.

3. Уметь составить план и дать оценку позиции в дебюте.

4. Показать знание стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней.

5. Владеть сложными комбинациями на сочетание идей, уметь осуществлять прием «форпост».

6. Владеть окончаниями «легкая фигура против пешек», ладья против пешек.

7. Умение ставить мат конем или слоном.

8. Знать основные положения личной гигиены шахматиста.

9. Участвовать в квалификационных и отборочных турнирах.

*Нормативные требования для перевода в тренировочную группу 3 года обучения*

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.

2. Знать системы соревнований по шахматам, уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур, знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.

3. Уметь рассказать о французских и английских шахматистах первой XIX-XX веков, немецких шахматистов середины XIX века. Показать понимание вклада П. Морфии в развитии шахматной теории.

4. Владеть понятием «инициатива в дебюте». Показать знания стратегических идей защиты Филидора, шотландской партии и шотландского гамбита, главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро-Канн, отказного ферзевого гамбита.

5. Владеть понятием «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии.

6. Знать основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончание типа «ладья и пешка против ладьи».

7. Иметь понятие о тренировке шахматиста.

8. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний.

9. Участвовать в квалификационных, отборочных и городских турнирах.

*Нормативные требования для перевода в тренировочную группу 4 годов обучения*

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

1. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.

2. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.

3. Рассказать о начальном этапе борьбы за первенство мира.

4. Дать исторический обзор развития шахмат в России.

5. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.

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

7. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».

8. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.

9. Участвовать в квалификационных, отборочных и городских турнирах.

*Нормативные требования для перевода в тренировочную группу 5 годов обучения*

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

2. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.

3. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница для развития шахматной теории.

4. Рассказать о начальном этапе борьбы за первенство мира.

5. Дать исторический обзор развития шахмат в России.

6. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.

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

8. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».

9. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.

10. Участвовать в квалификационных, отборочных и городских турнирах.

*Нормативные требования для перевода в группу совершенствования спортивного мастерства 1 года обучения*

1. Продемонстрировать знания начальной подготовки и тренировочного этапа обучения.

2. Знать функции федерации по шахматам и комитета по физической культуре и спорту.

3. Получит зачет по судейству и организации соревнований.

4. Знать творческое наследие М. Чигорина, Э. Ласкера, о шахматной жизни начала XX века. Знать довоенный период советской шахматной школы.

5. Владеть методами работы над дебютом. Показать знания стратегических идей защиты Алехина, защиты Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, староиндийского начала, голландской защиты, английского начала.

6. Владеть приемами защиты в шахматной партии, показать умение создавать слабости в лагере противника.

7. Владеть приемами борьбы в сложных многопешечных и ладейных окончаниях.

8. Знать схему построения индивидуального плана – графика тренировочных занятий.

9. Пропагандировать здоровый образ жизни, значение правильного режима и двигательной активности для шахматиста.

10. Сделать обзор шахматной периодики и сборников турнирных партий крупнейших соревнований.

11. Выполнить норматив I разряда.

*Нормативные требования для перевода в группу совершенствования спортивного мастерства 2 года обучения*

1. Сдать зачет по судейству и организации соревнований.

2. Рассказать о творчестве Х-Р. Капабланки, гипермодернистах, А. Алехина. Знать роль ФИДЕ в международной жизни.

3. Уметь объяснить суть концентрического метода в изучении дебютов. Показать знание стратегических идей защиты Грюнфельда, защиты Нимцовича, дебюта Рети.

4. Владеть понятиями «стратегическая и тактическая защита», «стратегическая атака».

5. Уметь разыгрывать позиции с компенсацией за ферзя, ладью, легкую фигуру.

6. Знать закономерности тренировки шахматиста.

7. Подтвердить норматив кандидата в мастера спорта.

*Нормативные требования для перевода в группу совершенствования спортивного мастерства 3 года обучения*

1. Знать основные этапы развития российской шахматной школы, ее успехов и роли в мировом шахматном движении, рассказать о творчестве М. Ботвинника и других российских чемпионах мира.

2. Показать знания новоиндийской защиты, каталонского начала.

3. Знать типичные комбинации в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Владеть понятиями «позиционная жертва», «игра на двух флангах».

4. Уметь разыгрывать сложные окончания всех видов.

5. Знать методы совершенствования подготовки шахматиста.

6. Владеть методикой работы с шахматной литературы.

7. Подтвердить норматив кандидата в мастера спорта.

**Нормативы общей физической подготовки для оценки результатов освоения Программы на 1 этапе (начальной подготовки) и перевода в группы на 2 этапе (тренировочном этапе)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оцениваемые параметры | Контрольные упражнения (тесты) | Контрольный норматив |
| Быстрота | Бег 30 м | не более 5,6 с |
| Бег 60 м | не более 9,6 с |
| Координация | Челночный бег 3х10 м | не более 7,6 с |
| Выносливость | Бег 400 м | не более 1 мин 21 с |
| Бег 800 м | не более 3 мин 10 с |
| Сила | Подтягивание на перекладине | не менее 4 раз |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | не менее 20 раз |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места | не менее 160 см |
| Подъем туловища, лежа на спине за 30 с | не менее 10 раз |
| Гибкость | Наклон вперед в положении сидя на полу | Не менее 30 раз |

**Нормативы общей физической подготовки для оценки результатов освоения Программы на 2 этапе (тренировочном) и перевода в группы на 3 этапе (совершенствования спортивного мастерства)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оцениваемые параметры | Контрольные упражнения (тесты) | Контрольный норматив |
| Быстрота | Бег 60 м | не более 9,4 с |
| Координация | Челночный бег 3х10 м | не более 7,6 с |
| Выносливость | Бег 1500 м | не более 7 мин |
| Сила | Подтягивание на перекладине | не менее 6 раз |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | не менее 40 раз |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места | не менее 180 см |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с | не менее 14 раз |
| Подъем туловища, лежа на спине за 30 с | не менее 15 раз |
| Гибкость | Наклон вперед в положении сидя на полу | Не менее «»» |

**Нормативы общей физической и подготовки для оценки результатов освоения Программы обучающимися (итоговая аттестация)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оцениваемые параметры | Контрольные упражнения (тесты) | Контрольный норматив |
| Быстрота | Бег на 30 м | не более 5,2 с |
| Бег 60 м | не более 8,8 с |
| Координация | Челночный бег 3х10 м | не более 7,1 с |
| Выносливость | Бег 400 м | не более 1 мин 14с |
| Бег 800 м | не более 2 мин 44 с |
| Сила | Подтягивание на перекладине | не менее 8 раз |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | не менее 48 раз |
| Скоростно-силовые качества | Прыжок в длину с места | не менее 200 см |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с | не менее 11 раз |
| Подъем туловища, лежа на спине за 30 с | не менее 10 раз |
| Гибкость | Наклон вперед в положении сидя на полу | Не менее «»» |

1. **ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

1. Общеразвивающие упражнения без предметов для мышц рук и плечевого пояса: одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, маховые и круговые движения, взмахи и рывковые движения в различных исходных упражнениях, на месте и в движении, сгибание - разгибание рук в упоре лежа.

Для мышц шеи и туловища : наклоны (вперед, в сторону, назад), повороты (направо, налево), наклоны с поворотами, вращения.

Для мышц ног: поднимание и опускание ноги (прямой и согнутой, вперед, в сторону и назад), сгибание и разгибание ног стоя (полуприсед, присед, выпад), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, скрестно, на одной ноге), передвижение прыжками на одной и двух ногах.

Для мышц всего тела: сочетание движений различными частями тела (приседания с наклоном вперед и движениями руками, выпады с наклоном туловища, вращение туловища с круговыми движениями руками, посредством сгибания и разгибания ног и др.), упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба на носках, на пятках, на внутренней, наружной стороне стопы, в полуприседе и приседе, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. 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. Прыжки в высоту и длину с разбега и с места. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Спортивные и подвижные игры.

Туризм: походы, в том числе многодневные. Экскурсии и прогулки в лесу. Плавание: обучение плаванию различными стилями, приемы спасения утопающих.

2. Общеразвивающие упражнения с предметами Со скакалкой: с короткой – подскоки на одной и двух ногах ног, с ноги на ногу, бег со скакалкой, с длинной – пробегание под вращающейся скакалкой, подскоки на одной и двух ногах.

С гимнастической палкой: наклоны и повороты туловища (стоя, сидя, на коленях, лежа), с различными положениями палки (вверх, вперед, вниз, за голову, за спину), перешагивание и перепрыгивание через палку, круты, упражнения с сопротивлением партнера.

С баскетболными мячами: броски из различных положений: сидя, стоя, лежа, броски одной и двумя руками, броски из-за головы, сбоку, снизу, ведение мяча с постепенным ускорением движения, броски в корзину одной, двумя руками, с места ив движении, игровые упражнения, эстафеты с мячами.

С набивными мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх и ловля с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и вдвоем из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переноска мяча, броски ногами, эстафеты и игры с мячом.

3. Дыхательная гимнастика 1-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный, глубокий вдох на протяжении 4-х шагов, руки свободно опущены вниз. После произвольного полного вдоха и короткого отдыха (3-5 шагов) упражнение повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха увеличивается. Через некоторое время спортсмен довольно легко выполняет серии вдохов на 8,12, 16, 20 и более шагов.

2-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный глубокий вдох на протяжении 4 шагов. Последующий полный выдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Через несколько занятий продолжительность выдоха доводиться до 16 шагов. Выдох должен быть непрерывным и максимально полным. В конце выдоха плечи опущены, голова наклонена вперед.

3-е упражнение. Стоя, вытянув руки вверх, прогнуться, сделать полный глубокий вдох. Руки опустить резко вниз, сделать дополнительный короткий вдох. В этом упражнении спортсмен должен почувствовать, что при опускании рук создались дополнительные условия для вдоха, и это позволило вдохнуть дополнительную порцию воздуха. Упражнение выполняется 6-8 раз.

4-е упражнение. Выполняется в движении или на стоя на месте. Исходное положение: руки опущены вдоль туловища, мышцы плечевого пояса расслаблены, голова слегка наклонена вперед. Спортсмен делает максимально глубокий вдох, затем поднимаясь на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз.

Эффективность дыхательных упражнений очень велика, даже если им уделять в день по 5-6 минут. Улучшение в системе дыхания наступает уже че-рез несколько занятий. Дыхание становится более глубоким и более редким. Жизненная емкость легких часто уже за 2-3 месяца систематических занятий увеличивается на 400-600 куб.см. Упражнения рекомендуется выполнять на свежем воздухе. Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать с гигиеническими процедурами и закаливанием.

1. **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

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.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру-преподавателю 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.

Оценка эффективности воспитательной работы и психолого-педагогических воздействий в 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 тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шахматистов.

**Таблица самооценки состояния утомления спортсмена-шахматиста**

|  |  |
| --- | --- |
| Самооценка, ощущения при развитии утомления | Способы предупреждения и борьбы с утомлением. |
| * Усталость глаз; * тяжёлая голова; * «ватная голова»; * болит голова; * «туманная голова»; * вялость; * сонливость; * апатия; * нежелание играть; * раздражительность; | 1. Оценка психофизиологической стоимости каждой партии: знание уровня своей выносливости. 2. Аэробные физические нагрузки, ежедневная гимнастика, применение витаминов. 3. Умение восстанавливаться после игры. |
| * трудность сосредоточения на игре; * появление «посторонних» мыслей, музыкальных мелодий; * утрата бдительности; * трудность предоставления позиций и расчёта вариантов; * при нехватке времени – потеря» шахматного видения» и самоконтроля. | 1. Аутомассаж, релаксационные паузы, умывание лица (головы) холодной водой, прогулка по залу (свежий воздух). 2. Приём глюкозы – сахаросодержащих: конфет, печенья, пряников и др. кондитерских изделий, фруктовых соков и фруктов. Приём тонизирующих напитков: чая, кофе, лимонада. |
|  |  |

1. **ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких морально-волевых качеств, преданности Родине, 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 занимающегося во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера-преподавателя 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-преподавателя, правильное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер-преподаватель. 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 занимающимися 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-преподавателю необходимо так организовать тренировочных процесс, чтобы постоянно ставить перед обучающимися 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 обучающихся.

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

Одним из методов воспитания является наказание, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий юного спортсмена. Виды наказания разнообразны: замечание, устный выговор, разборка поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий, соревнований. 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 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 тренера-преподавателя. 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 соревнований.

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

При подготовке шахматиста следует знать, что воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания.

*Виды воспитания*

1. **Патриотическое**: воспитание патриотизма, любви к Родине и верности Отечеству.
2. **Профессионально-спортивное**: развитие морально-волевых качеств; воспитание эмоционально-волевой устойчивости к неблагоприятным факторам, способности переносить большие психические нагрузки.
3. **Нравственное**: воспитание преданности и любви к Отечеству; развитие чувства долга, чести, воспитание интернационализма, дружбы к товарищам по команде; уважения к тренеру-преподавателю; приобщение к истории, традициям шахматного спорта.
4. **Правовое**: воспитание законопослушности; формирование неприятия нарушений спортивной дисциплины; развитие потребностей в здоровом образе жизни.

*Воспитание спортивного коллектива:*

- варианты взаимодействия коллектива и личности спортсмена;

- повышение знаний тренера-преподавателя о коллективе;

- формирование личности спортсмена;

- изучение спортсмена как члена коллектива;

- изучение учебной группы как коллектива;

- изучение среды коллектива (семья, школа, внешкольное учреждение) – межличностные отношения в коллективе, деловое взаимодействие, гражданское взаимодействие;

- управление коллективом – изучение тренером-преподавателем личностных свойств спортсменов, изучение состояний коллектива, регулирование отношений в коллективе, изучение общения спортсменов.

*Средства, методы и формы воспитательной работы:*

**Во время активного отдыха:**

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, кино, литература, театр, музей.

Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Форма организации: совет команды, фото- и стенгазеты, радиопередачи, совет ветеранов спорта.

**В процессе тренировочных занятий:**

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг. Методы организации: совет команды, совет тренеров-преподавателей, совет ветеранов спорта, шефы.

**В соревновательной обстановке:**

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг. Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Формы организации: совет команды, совет ветеранов спорта, шефы.

*Содержание воспитательной работы:*

1. Возрождение духовной нравственности граждан России и преданности Родине.
2. Воспитание добросовестного отношения к труду и трудолюбия.
3. Стремление к постоянному спортивному совершенствованию.
4. Стремление тренера-преподавателя быть примером для воспитанников.
5. Формирование высоких нравственных принципов и морально-волевых качеств.
6. Воспитание на примерах спортсменов старшего поколения мужества и моральной чистоты.
7. Развитие и поддержание традиций приема в коллектив новичков и проводов ветеранов спорта.
8. Создание истории коллектива.
9. Повышение роли капитанов команд, советов ветеранов.
10. **ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА И МЕРОПРИЯТИЯ**

Для восстановления работоспособности учащихся 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:

1) естественные и гигиенические;

2) педагогические;

3) медико-биологические;

4) психологические.

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Причем если на уровне совершенствования 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. После дневной тренировки могут быть использованы вибромассаж, корригирующие упражнения, психореабилитационные процедуры. В дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна. Во время интенсивных тренировок на тренировочных мероприятиях может быть рекомендован следующий примерный восстановительный комплекс:

1) непродолжительный (3-5 минут) вибромассаж. При необходимости можно добавить ручной массаж утомленных групп мышц;

2) водные процедуры: душ Шарко, восходящий, циркулярный души (10-15 минут);

3) ультрафиолетовое облучение по схеме;

4) отдых на кушетках, в креслах (8-10 минут);

5) дневной сон (1,5-2 часа).

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, недовосстановления.

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 обучающихся (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.

Экскурсии, выезды на лоно природы должны рассматриваться как обязательная часть не только воспитательной работы, но и восстановительных мероприятий. Использование естественных средств восстановления также должно проводиться на основе четкого плана, увязанного с планом всей подготовки

**Педагогические средства восстановления.**

Под педагогическими средствами восстановления подразумевается организация 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;

4) бальнеологические.

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 и бальнеологических средств, при всей их эффективности, не имеет должного распространения.

**Психологические средства восстановления.**

В данной группе выделяются собственно психологические, психолого-биологические и психотерапевтические средства, к которым относятся многообразные средства восстановления: от психорегулирующих, аутогенных тренировок, индивидуальной работы с психологом до простых отвлекающих приемов. С каждым годом психологические средства восстановления приобретают все большее значение в шахматах. С помощью этих средств снижается уровень нервно-психологического напряжения и уменьшается умственное утомление.

В целом особое внимание следует обращать на четкую организацию и планирование восстановительных мероприятий. Главное участие в этом, кроме тренера-преподавателя, должен принимать спортивный врач. Необходимо, чтобы и шахматисты представляли себе значение восстановительных факторов и умели использовать весь арсенал естественных и гигиенических средств в домашних условиях.

1. **ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ**

Врачебный контроль – обязательное условие занятий шахматным спортом.

В задачи врачебного контроля входят:

* определение уровня физического развития, состояния здоровья и функционального состояния лиц с целью допуска к систематическим занятиям шахматами;
* систематическое наблюдение за изменениями в физическом развитии спортсменов, обучающихся шахматным спортом, состоянии их здоровья и функциональными изменениями, происходящими под влиянием физических упражнений для обеспечения их оздоровительного значения.

Врачебный контроль за обучающимися на этапе начальной подготовки осуществляется врачом спортивной школы, а при его отсутствии – специалистами кабинета врачебного контроля соответствующей территориальной поликлиники или врачебно-физкультурного диспансера.

Периодичность углубленного медицинского обследования устанавливается регулярно два раза в год. Для обучающихся групп совершенствования спортивного мастерства предусматриваются дополнительные углубленные медицинские осмотры перед участием в соревнованиях, после болезни, травмы; остальных случаях – по направлению тренера-преподавателя.

1. **ИНСТРУКТОРСКАЯ И СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА**

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

Решение этих задач целесообразно начинать на 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 тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка место занятий, получение и сдача инвентаря).

Во время проведения занятий необходимо развивать способность учащихся наблюдать за выполнением упражнений другими учениками, находить ошибки и исправлять их.

Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения учащихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения на тренировочном этапе необходимо шахматистов самостоятельному ведению дневника: вести учет 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 тренировочного занятия и проводит 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 судейского звания - судьи по спорту.

Условия и порядок присвоения звания «Судья по спорту» составлены в соответствии с Положением о спортивных судьях (приложение к приказуРосспорта от 07 ноября 2006года №740).

**ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

**Список использованной литературы при разработке Программы**

1. Авербах Ю.Л. Шахматы: методическое пособие. – М., Знание, 1990.
2. Алаторцев В.А. Вопросы методики тренировки шахматистов старших разрядов. – М.: ЦНИИФК, 1962.
3. Алексеев Н.Г., Злотник Б.А. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.
4. Ботвинник М.М. Методы подготовки шахматиста / В кн. Теория и практика шахматной игры: Учеб. пособ. / Под ред. Я.Б. Эстрина. – М.:Высш. школа, 1981.
5. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. – М: ФАИР, 1997.
6. Голенищев В.Е. Подготовка юных шахматистов: программа для II разряда. - М.: Сов. Россия, 1980.
7. Голенищев В.Е. Программа подготовки юных шахматистов IV и III разрядов» ВШК. - М., 1969.
8. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
9. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Методы шахматного обучения. – Харьков: ФОЛИО, 1997.
10. Зак В.Г. Шахматы. Программа для детских спортивных школ по подготовке шахматистов IV и III разрядов. ЦШК. - М., 1959.
11. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
12. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
13. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. – М., 1989.
14. Костьев А.Н. Программа «Шахматы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ Олимпийского резерва и школ ВСМ» утверждена Комитетом по физкультуре и спорту при Совете Министров СССР в 1978 году.
15. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М: Физкультура и спорт, 1975.
16. Малкин В.Б. Проблемы психологической подготовки шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 2001.
17. Малкин В.Б. Медико-биологические проблемы шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
18. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и сиcтемы подготовки спортсменов – Киев, Олимпийская литература, 1999.
19. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. – М.: ФиС, 1980.
20. Теория и практика шахматной игры: Науч.-метод, и практ. пособие / Под ред. Я.Б. Эстрина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Высшая школа, 1984.
21. Проект Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы, разработанный ФГБУФНЦ ВНИИФК на основании Приказа Минспорта России от 24 декабря 2012 г. № 513 «Об утверждении Федеральному государственному бюджетному учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов», а также на основании Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
22. Чехов В., Архипов С., Комляков В. Программа подготовки шахматистов IV-II разрядов. – М., 2007.
23. Шахматы как предмет обучения и вид соревновательной деятельности / Под общ. ред. Н.А. Алексеева. - М.: ГЦОЛИФК, 2006.

**Рекомендуемая литература для учащихся спортивных школ, спортсменов-шахматистов и тренеров-преподавателей**

*Основнаялитература*

1. Авербах Ю.Л. Школа середины игры. - М., Терра-Спорт, 2000.
2. Авербах Ю., Бейлин М. Путешествие в шахматное королевство. – М., 1988.
3. Авербах Ю.Л. Школа эндшпиля. - М.: Терра-спорт, 2003.
4. Блох М.В. Комбинационные мотивы. – М.: ДАЙВ, 2006.
5. Блох М. Комбинационное искусство. – М., 1993.
6. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. – М: ФАИР, 1997.
7. Гик Е.Я. Необычные шахматы. – М.: АСТРЕЛЬ: АСТ., 2002.
8. Бологан В.А. Самооценка игрового состояния шахматиста // Шахматы в России, №2, 1996. С. 42-43.
9. Бологан В.А. О психологической подготовленности шахматиста // «64 Шахматное обозрение», №2, 1996. С.34-36.
10. Бондаревский И.З. Комбинация в миттельшпиле. - М.: ФиС, 1960.
11. Бондаревский И.З. Атака на короля. - М.: ФиС, 1962.
12. Ботвинник М.М. Методы подготовки к соревнованиям. – М.: Фонд "Михаил Ботвинник", 1996.
13. Ботвинник М.М. Турнирный режим / В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
14. Ботвинник И.Ю. Система подготовки шахматиста к соревнованиям / В уч. пособ. для ВШТ ГЦОЛИФК: Шахматы как предмет обучения и вид соревновательной деятельности. – М.:1986. – С.37-45.
15. Волчек А.С. Методы шахматной борьбы. - М.: ФиС, 1986.
16. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
17. Дворецкий М.И. Искусство анализа /Предисл. Г.К. Каспаров. – М.: ФиС, 1989.
18. Дворецкий М.И. Как изучать эндшпиль // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
19. Дворецкий М.И., Юсупов A.M. Школа будущих чемпионов. – М.: ФиС, 1991.
20. Дорофеева А.Г. Хочу учиться шахматам! – М.: RussianChessHouse, 2009.
21. Гончаров В.И. Очерки по шахматной педагогике. – Набережные Челны, 2002.
22. Горенштейн Р.Я. Книга юного шахматиста. – М.: АОЗТ "Фердинанд", 1993.
23. Журавлев Н.И. Шаг за шагом. – М.: Русский шахматный дом, 2012.
24. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
25. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. – М., 1989.

Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.

1. Злотник Б.А. Типовые позиции миттельшпиля. - М.: ФиС, 1986.
2. Ильин-Женевский А.Ф. От чего зависит шахматный успех // Шахматный бюллетень, 1988, №2, С.18-21.
3. Ильин-Женевский А.Ф. Психология шахматной ошибки // Шахматный бюллетень, 1967, №9, С.267-269.
4. Капабланка Х.Р. Учебник шахматной игры. – М.: ТЕРРА – СПОРТ, 2001.
5. Карпов А.Е. 100 победных партий. – М.: ФиС, 1984.
6. Карпов А.Е. Все о шахматах. – М.: ГРАНД ФАИР ПРЕСС, 2001.
7. Карпов А.Е. О, шахматы!: Двадцать бесед о любимой игре. - М.: ФАИР, 1997.
8. Карпов А.Е., Гик Е.Я. Неисчерпаемые шахматы. – М.: Изд-во МГУ, 1984.
9. Каспаров Г.К. Два матча. – М.: ФиС, 1987.
10. Каспаров Г.К. Безлимитный поединок. – М., 1989.
11. Котов А.А. Тайны мышления шахматиста. – М.: Всерос. шахм. клуб, 1970.
12. Котов А.А. Как стать гроссмейстером. – М.: ФиС, 1985.
13. Котов А А. Тайны мышления шахматиста. – М.: Всерос. Шахм. клуб, 1970.
14. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. - М.: ФиС, 1975.
15. Крогиус Н.В. Психология шахматного творчества. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 183 с.
16. Ласкер Эм. Учебник шахматной игры: Пер. с нем./ Под ред. и с комментариями Я.И. Нейштадта и с предисловием М.М.Ботвинника. – 6-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
17. Ларсен Б. 50 избранных партий. – М.: ФиС, 1972.
18. Липницкий И.О. Проблемы современной шахматной теории. – Киев: Госмедиздат УССР, 1956.
19. Малкин В.Б. Заметки о мышлении шахматиста // Шахматы, №№ 22-23, 1981. С.6-7, С.12-13.
20. Малкин В.Б. Психология побед и поражений // «64 Шахматное обозрение», 1970, №37.
21. Малкин В.Б. Мышление шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 1983.
22. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и сиcтемы подготовки спортсменов – Киев, Олимпийская литература, 1999.
23. Методы подготовки и организация обучения и соревнований юных шахматистов// Труды первой российской конференции тренеров иорганизаторовдетско – юношеских шахмат Дагомыс– 2003. – Набережные Челны, изд. “SundriesLTD”, 2003.
24. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. – М.: ФиС, 1980.
25. Нимцович А. Моя система. – М., 1974.
26. Никитин А.С. С Каспаровым, ход за ходом, год за годом. – М.: изд-во “64”, 1998.
27. Панов В.Н. 300 избранных партий Алехина. – М.: ФиС, 1954.
28. Петросян Т.В. Позиционная жертва качества // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
29. Петросян Т. В. Стратегия надежности. – М.: ФиС, 1985.
30. Смыслов В.В. В поисках гармонии. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
31. Спортивная метрология / Под редакцией В. М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.
32. Суэтин А.С. Школа дебюта. - М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2001.
33. Таль М.Н., Дамский Я.В. В огонь атаки. – М.: ФиС, 1978.
34. Таль М.Н. «Знание? Интуиция? Риск?» // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
35. Таль М.Н. Матч Ботвинник – Таль. – Рига, 1961.
36. Тартаковер С. О здоровье шахматиста // Шахматное обозрение, 1983, №6.
37. Фишер Р. Десять величайших мастеров истории шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
38. Фишер Р. Мои 60 памятных партий. – М.: ФиС, 1972.

*Дополнительнаялитература*

1. Алехин А.А. Международные шахматные турниры в Нью-Йорке 1924-1927 гг. – М.: ФиС, 1989.
2. Алехин А.А. На пути к высшим шахматным достижениям. – М.: Физкультура и спорт, 1991.
3. Алехин А.А. Ноттингем 1936. – М.: ФиС, 1962.
4. Бальсевич В.К. Об эволюционном подходе к разработке биомеханических основ высшего спортивного мастерства //Теор. и практ. физич. культ. – 1980, №1. с.31-33.
5. Болеславский И.Е., Бондаревский И.З. "Петросян – Спасский, 1969" – М.: ФиС, 1970.
6. Бондаревский И.З. Борис Спасский штурмует Олимп. - Калуга: Приок. кн. изд. 1966.
7. Ботвинник М.М. Три матча Анатолия Карпова. - М.: Молодая гвардия, 1975.
8. Ботвинник М.М. Аналитические и критические работы 1928 - 1986 гг.: Статьи, воспоминания. - М.: ФиС, 1987.
9. Бронштейн Д.И. Международный турнир гроссмейстеров: 3-е изд., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
10. Быховский А.А. Мышление шахматиста (по работам Б.М. Блюменфельда) // Шахматный бюллетень, 1967, №2, С.36-39.
11. Вершинин М.А. Педагогическая система формирования логического мышления обучаемых на основе шахматного материала. Монография. - Волгоград: Изд-воВолГУ, 2002.
12. Вершинин М.А. Основы методики преподавания шахмат в высших учебных заведениях физической культуры. - Волгоград: ВГАФК, 2002.
13. Вершинин М.А. Педагогическая технология формирования логического мышления в условиях шахматной деятельности: Монография. - Волгоград: ИПК: Царицын, 2003.
14. Витязев Ф.И. Психологические типы шахматистов. – М.: ФиС, 1928.
15. Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М: ФиС, 1978. Гижицкий Е. С шахматами через века и страны. – Варшава: 1964.
16. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте. – М.:1973.
17. Головко Н.Н. Пути становления спортивной формы // Шахматы в СССР, 1967, №4, С.102-105.
18. Голубев А.Н., Гутцайт Л.Э. 744 партии Бобби Фишера. В двух томах. Том второй. – М.: Ролег Лимитед, 1993.
19. Горт В., Янса В. Вместе с гроссмейстерами. – М. :ФиС, 1976.
20. Дамский Я. Шипов С. Последняя интрига века. Каспаров–Крамник, Лондон 2000. – М.: Элекс–КМ, 2000.
21. Дворецкий М.И. Как тренироваться // Шахматы в СССР. – 1981. – N2. – C.30 – 32.
22. Дьяков И.Н., Петровский Н.В., Рудик П.А. Психология шахматной игры. – М.: ГЦИФК, 1926.
23. Журавлев Н.И. В стране шахматных чудес. - М: «Международная книга», 1991.
24. Журавлев Н.И. Шаг за шагом. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
25. Загайнов Р. Поражение. – М.: Физкультура и спорт, 1993.
26. Зак В.Г. Пути совершенствования. – М.: Физкультура и Спорт, 1981. – 200 с.
27. Зак В.Г., Длуголенский Я.Н. Я играю в шахматы: веселое учебное пособие для детей младшего школьного возраста. - СПб: САНТА, 1994.
28. Зак В.Г., Длуголенский Я.Н Отдать, чтобы найти! – Л.: Детская литература, 1988.
29. Змановский Ю.А. Гармония победы «64 Шахматное обозрение», 1983, №22, С.18-19.
30. Капабланка Х.Р. Стиль: идеальное ведение партии // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
31. Корчной В.Л. Гроссмейстерами не рождается. Шахматы в СССР, 1967, №10, С.18-19.
32. Костров В.В. Занимательные шахматы. - СПб: ТРИГОН, 1997.
33. Костьев А.Н. Учителю о шахматах. - М: Просвещение, 1986.
34. Крогиус Н.В. Психология шахматного творчества. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
35. Левенфиш Г.Я. Книга начинающего шахматиста. - М.: ФиС, 1957.
36. Линдер И. М., Линдер В. И. Шахматная энциклопедия. – М.: Астрель, 2004.
37. Мельниченко В.А. Шахматы: две стороны творчества. - Киев: РАД.ШК., 1989.
38. Нежметдинов Р.Г. Шахматы. – Казань, 1985.
39. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. – М.: ФиС, 1986.
40. Пойа Д. Математика и правдоподобные рассуждения. – М.: «Наука», 1975.
41. Симкин Ю.Е., Суханов В.Ю., Барташников А.В. Объективная диагностика оперативной памяти шахматистов-спортсменов. // Теория и практика физической культуры, 1984, №2, С.55-56.
42. Шпильман Р. О шахматах и шахматистах. – Л.: Лениздат, 1930.
43. Шпильман Р. Теория жертвы. – М.: Физкультура и туризм, 1936.
44. Шахматный словарь. – М.: Физкультура и спорт, 1964.
45. Шахматы. Энциклопедический словарь. – М.: Сов. энциклопедия, 1990.
46. Шерешевский М.И. Стратегия эндшпиля. – М.: ФиС, 1988.
47. Эйве М. Два матча с Алехиным // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. М.: Высшая школа, 1990, с.307-323.