

Муниципальное казенное учреждение
дополнительного образования
«Заволжская детско-юношеская спортивная школа»

Принята
на заседании педагогического совета
МКУ ДО «Заволжская ДЮСШ»
Протокол № 1 от 29.08.2019г.

Утверждаю
директор МКУ ДО «Заволжская ДЮСШ»
В.В. Виноградов
« 01 » 09 2019г.

Дополнительная предпрофессиональная программа
по шахматам.

Срок реализации программы – 8 лет

Разработчик программы:
зам. директора по УВР
МКУ ДО «Заволжская ДЮСШ»
Кондратюк О.М.
Рецензенты:
Тренер-преподаватель

г. Заволжск
2019г.

1. Пояснительная записка.

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа по шахматам (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана в соответствии с:

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

- Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;

- приказом Минспорта России от 12.10.2015 N 930 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы»;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018 г. № 939 «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»;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Постановлением Правительства Российской Федерации от 28 октября 2013 года № 966 «О лицензировании образовательной деятельности».

При разработке Программы учитывались Методические рекомендации Министерства спорта Российской Федерации от 12 мая 2014 года № ВМ-04-10/2554 «Организация спортивной подготовки в Российской Федерации».

Настоящая дополнительная предпрофессиональная программа по шахматам соответствует Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта, срокам обучения по этим программам, учитывает требования федерального государственного стандарта спортивной подготовки по шахматам, требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающие безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методы контроля в соответствии с национальными стандартами, психофизиологические, возрастные и индивидуальные, в том числе гендерные, особенности обучающихся.

Основными целями и задачами реализации Программы являются:

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

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

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

- удовлетворение потребностей в двигательной активности;

- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;

- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;

- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Программа является основным документом при организации и проведении занятий по шахматам в МКУ ДО «Заволжская ДЮСШ» (далее - Учреждение). В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки, отбору и комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей занимающихся.

1.1. Характеристика шахмат, отличительные особенности.

ШАХМАТЫ — настольная логическая игра со специальными фигурами на 64-клеточной доске для двух соперников, сочетающая в себе элементы искусства, науки и спорта. Название берёт начало из персидского языка: шах мат, что значит буквально: «шах умер». В шахматы могут играть также группы игроков, друг против друга или против одного игрока; такие игры обычно именуется консультационными. Существует также практика сеансов одновременной игры, когда один сильный игрок играет с несколькими противниками (с каждым на отдельной доске). Игра подчиняется определённым правилам; в официальных турнирах применяются правила ФИДЕ, которые регламентируют не только передвижение фигур, но и права судьи, правила поведения игроков и т.п. Существует множество вариантов шахмат с нестандартными правилами, фигурами, размерами доски.

Международная шахматная федерация Главным органом, занимающимся организацией международных шахматных соревнований, является ФИДЕ (FIDE, фр. Fédération Internationale des Échecs), организованная в 1924. Во многих странах мира существуют также национальные организации шахматистов. ФИДЕ является членом Международного олимпийского комитета (МОК), однако шахматы как таковые никогда не принадлежали к олимпийским видам спорта. Однако иногда шахматы попадают в программу мультиспортивных соревнований: например, шахматные турниры среди мужчин, женщин и смешанных команд проводился в рамках летней Универсиады 2011 года, летней Универсиады 2013 года а также шахматы включены в программу Азиатских игр. По шахматам проводится отдельная Шахматная олимпиада, проходящая раз в два года и представляющая собой командное соревнование. Кроме того, шахматы входят в число пяти основных видов Всемирных интеллектуальных игр.

История развития шахмат **ШАХМАТЫ** – один из древнейших видов спорта. Появились они еще в VVI веке. Игра, которую считают прародителем шахмат, называлась чатуранга и появилась в Индии, а со временем стала очень популярна сначала на Востоке, а потом и в Европе. Европейские игроки продолжили модификацию игры, в результате к XV веку были те правила, которые сегодня известны как «классические». Окончательно правила были стандартизованы в XIX веке, когда стали систематически проводиться международные турниры. С 1886

года разыгрывается звание чемпиона мира по шахматам. С 1924 года существует Международная шахматная федерация — ФИДЕ, под эгидой которой, начиная с середины XX века, проводится большинство международных соревнований. Но несмотря на такую долгую историю, шахматы до сих пор не включены ни в летние, ни в зимние Олимпийские игры.

Правила игры. Игра происходит на доске, поделенной на равные квадратные клетки, или поля. Размер доски — 8x8 клеток. Вертикальные ряды полей (вертикали) обозначаются латинскими буквами от a до h слева направо, горизонтальные ряды (горизонталы) — цифрами от 1 до 8 снизу вверх; каждое поле обозначается сочетанием соответствующих буквы и цифры. Поля раскрашены в тёмный и светлый цвета (и называются, соответственно, чёрными и белыми) так, что соседние по вертикали и горизонтали поля раскрашены в разные цвета. Доска располагается так, чтобы ближнее угловое поле справа от игрока было белым (для белых это поле h1, для черных — поле a8). У игроков в начале игры имеется по одинаковому набору фигур. Фигуры одного из игроков условно называются «белыми», другого — «чёрными». Белые фигуры окрашены в светлый цвет, чёрные в тёмный. Сами игроки называются «белые» и «чёрные» по цвету своих фигур. В каждый комплект фигур входят: король (♔, ♚), ферзь (♑, ♝), две ладьи (♖, ♜), два слона (♘, ♙), два коня (♞, ♟) и восемь пешек (♟, ♞). Белые занимают первую и вторую горизонтали, чёрные — седьмую и восьмую. Пешки расположены на второй и седьмой горизонталях соответственно. Расположение ферзя и короля легко выучить по памятке «ферзь любит свой цвет» то есть белый ферзь стоит на белом поле, а чёрный на чёрном. Игра заключается в том, что игроки поочерёдно делают ходы. Первый ход делают белые. За исключением взятия на проходе и рокировки, описанных ниже, ход заключается в том, что игрок перемещает одну из своих фигур на другое поле по следующим правилам:

- Фигуры, кроме коня, во время хода считаются передвигающимися по прямой линии в плоскости доски, то есть «проходящими» все поля между начальным и конечным, поэтому все эти поля должны быть свободны. Если на пути фигуры находится другая фигура, то переместить фигуру на поле за ней невозможно.

- Ход на поле, занятое своей фигурой, невозможен.
- При ходе на поле, занятое чужой фигурой, она снимается с доски (взятие).
- Король ходит на расстояние 1 по вертикали, горизонтали или диагонали.
- Ферзь ходит на любое расстояние по вертикали, горизонтали или диагонали.
- Ладья ходит на любое расстояние по вертикали или горизонтали.
- Слон ходит на любое расстояние по диагонали.
- Конь ходит на поле, находящееся на расстоянии 2 по вертикали и 1 по горизонтали или 1 по вертикали и 2 по горизонтали от текущего положения. В отличие от всех остальных шахматных фигур, ход коня делается вне плоскости доски, то есть конь непосредственно перемещается («перепрыгивает») с начального поля на конечное и никакие фигуры, стоящие на других полях, ходу коня помешать не могут. В частности, конь может ходить на поле, даже если оно полностью окружено своими или чужими фигурами.

- Пешка ходит со взятием по диагонали на одно поле вперёд-вправо или вперёд-влево, а без взятия — по вертикали на одно поле вперёд. Если пешка в данной партии ещё не делала ходов, она может сделать ход без взятия на два поля вперёд. Направлением «вперёд» называется направление к восьмой горизонтали для белых или к первой для чёрных. Когда пешка ходит на последнюю горизонталь

(для белых — на восьмую, для чёрных — на первую), ходящий должен заменить её на любую другую фигуру того же цвета, кроме короля (превращение пешки). Превращение пешки является частью того хода, которым она перемещается на последнюю горизонталь. Таким образом, если, например, превращённая из пешки фигура угрожает королю противника, то этот король в результате хода пешкой на последнюю горизонталь немедленно оказывается под шахом.

Контроль времени. С XIX века используется контроль времени. Первоначально он осуществлялся при помощи песочных часов, позднее, в конце XIX века Вильсон сконструировал механические шахматные часы (1883 год). В игре появились понятия цейтнот, проигрыш по времени, либо ничья в лучшей игровой ситуации, но с худшим временем, блиц. В наши дни все чаще используются электронные шахматные часы. Все официальные партии должны использовать контроль времени. Для этого используются специальные шахматные часы. Игрок, сделавший ход, нажимает на часах кнопку, останавливающую его часы и запускающую часы противника. В определённый правилами турнира момент начала партии судья запускает часы игрока, играющего белыми фигурами, независимо от того, пришёл он или опаздывает. Кроме того, правила турнира могут определять дополнительный штраф для опоздавшего игрока. Обычной практикой является удвоение времени опоздания; если игрок не начал партию в течение половины основного лимита времени, ему засчитывается техническое поражение за неявку. Время игрока считается истекшим, если флажок на его часах упал и этот факт заметил судья, или заметил один из игроков и обратил внимание судьи. При этом игроку, у которого упал флажок, засчитывается поражение, кроме следующих случаев:

- Если на доске стоит мат, поставивший его победил, независимо от того, чей флажок упал.

- Если на доске пат или ничья в соответствии с правилом троекратного повторения позиции или правилом 50 ходов, засчитывается ничья.

- Если партия не была закончена, но обнаружилось, что флажки упали у обоих игроков (такое может произойти при игре с механическими часами, если противник игрока, первым просрочившего время, не заметил падения флажка соперника и не остановил часы, а доиграл до падения собственного флажка), независимо от того, у кого первого истекло время, засчитывается ничья.

- Если тот из игроков, у которого флажок не упал, не может поставить мат в принципе, даже при самой худшей игре противника, засчитывается ничья.

- Если лимит времени не более 60 минут на всю партию, судья не имеет права обращать внимание на упавший флажок. Победа или ничья по упавшему флажку засчитывается только по требованию игроков.

Разновидности шахмат. Помимо общеизвестных классических шахмат, существует большое количество других вариантов шахматной игры. Есть национальные варианты шахмат, например, распространённые в Южной Азии сянци, сёги, чанги, макрук. Некоторые варианты используют дополнительные фигуры и/или необычные доски, так, известны варианты на больших по размеру досках, на круглых досках, с фигурами, объединяющими ходы коня и ладьи и/или коня и слона, с магараджей (фигура, объединяющая ходы ферзя и коня) вместо ферзя, гексагональные шахматы (играются на шестиугольной доске, состоящей из полей-шестиугольников). Существуют шахматы для более чем двух игроков: трёх- и четырёхсторонние шахматы, в которых за одной доской играют три или четыре

игрока (пара на пару или каждый за себя), управляющие каждый своим комплектом фигур, а также «командные» варианты шахмат, где игра ведётся команда на команду на одной или нескольких досках, причём на ход партии за одной доской влияют действия более чем одного игрока из каждой команды (например, шведские шахматы). Известны, например, шахматы Капабланки — на доске 10×8, с двумя новыми фигурами. В последнее время приобретают всё большую популярность шахматы Фишера — игра по классическим правилам, но со случайной начальной расстановкой фигур на последних горизонталях, а также вольные шахматы (шахматы-5039), где одну из 5039 возможных расстановок на 1-й горизонтали (любую, кроме классической) выбирают белые, черные же расставляют свои фигуры симметрично. В части вариантов правила сохранились неизменными (или минимально изменёнными), а изменена лишь начальная расстановка фигур. Кроме уже упомянутых шахмат Фишера и вольных шахмат, таковыми являются кингчесс и боевые шахматы.

1.2. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество обучающихся в группах, срок обучения, планируемые результаты освоения образовательной программы обучающимися.

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Возраст для зачисления (лет)	Количество лиц (человек)
Для спортивных дисциплин: ката, ката - группа			
Базовый уровень сложности (1,2 годы обучения)	2	7	15,14
Базовый уровень сложности (3,4 годы обучения)	2	9	14,10
Базовый уровень сложности (5,6 годы обучения)	2	11	10,8
Углубленный уровень сложности (1,2 годы обучения)	2	13	8

Срок обучения по образовательной программе составляет 8 лет (6 лет для базового уровня и 2 года для углубленного уровня сложности).

Учреждение, для обучающихся, ориентированных на поступление в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, может увеличить срок обучения по образовательной программе на углубленном уровне до 2 лет.

Учреждение с целью обеспечения выполнения индивидуального учебного плана обучающегося может реализовывать образовательную программу в сокращенные сроки.

Результатами освоения образовательной программы являются:

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для базового уровня:

- знание истории развития спорта;
- знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе; знание основ законодательства в области физической культуры и спорта; знания, умения и навыки гигиены;
- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни; знание основ здорового питания;
- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для углубленного уровня:

- знание истории развития избранного вида спорта;
- знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни;
- знание этических вопросов спорта;
- знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил; знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований;
- знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта;
- знание основ спортивного питания.

В предметной области «общая физическая подготовка» для базового уровня:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта; формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности;
- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);
- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

В предметной области «общая и специальная физическая подготовка» для углубленного уровня:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных

возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки;

- развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта;

- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.

В предметной области «основы профессионального самоопределения» для углубленного уровня:

- формирование социально-значимых качеств личности;

- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);

- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;

- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;

- приобретение опыта проектной и творческой деятельности.

В предметной области «вид спорта» для базового уровня:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;

- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;

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

- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта;

- знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом; приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях; знание основ судейства по избранному виду спорта.

В предметной области «вид спорта» для углубленного уровня:

- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта;

- освоение комплексов специальных физических упражнений;

- повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;

- знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта; знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;

- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

В предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровней:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами

избранного вида спорта и подвижных игр;

- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня:

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике;

- знание этики поведения спортивных судей;

- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

В предметной области «развитие творческого мышления» для базового и углубленного уровней:

- развитие изобретательности и логического мышления;

- развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи;

- развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

В предметной области «национальный региональный компонент» для базового и углубленного уровней:

- знание особенностей развития видов спорта в субъекте Российской Федерации.

В предметной области «специальные навыки» для базового и углубленного уровней:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;

- умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;

- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

В предметной области «спортивное и специальное оборудование» для базового и углубленного уровней:

- знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта;

- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;

- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

2. Учебный план.

Учебный план Программы рассчитан на 52 учебных недели в году, из них 46 недель - непосредственно в условиях ДЮСШ, остальные 6 недель могут проводиться согласно расписанию тренировочных занятий, в условиях спортивно-оздоровительного лагеря или по индивидуальным планам на период активного отдыха. Учебный план составлен в академических часах.

2.1. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки.

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программы				
	Базовый уровень сложности			Углубленный уровень	
	1, 2 годы обучения	3, 4 годы обучения	5, 6 годы обучения	1, 2 годы обучения	3,4 годы* обучения
Количество часов в неделю	6	8	10	12	14
Количество занятий в неделю	3	4	4-5	4-5	5-6
Общее количество часов в год	276	368	460	552	644
Общее количество занятий в год	138	184	184-230	184-230	230-276

Основными формами осуществления тренировочной работы являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль;
- самостоятельная работа по индивидуальным планам.

Самостоятельная работа обучающихся планируется в пределах 10% от общего учебного плана. Обучающийся имеет право на обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе на ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами.

Продолжительность одного учебно- тренировочного занятия рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся и не может превышать:

- на этапе базового уровня сложности 1,2 годов обучения - 2 часов;
- на этапе базового уровня сложности 3,4,5,6 годов обучения и этапе углубленного уровня сложности - 3 часов.

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

Календарный учебный график разрабатывается в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14).

Начало учебного года 01 сентября текущего года.

Начало и окончание учебно-тренировочных занятий – согласно расписания. Расписание занятий утверждается директором МКУ ДО «Заволжская ДЮСШ» по представлению тренеров-преподавателей с учётом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно – гигиенических норм.

Занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых, досуговых мероприятий, участия в тренировочных сборах, отдыха в спортивном оздоровительном лагере дневного пребывания детей, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

2.2. Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана.

№ п/п	Наименование предметных областей	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана базового уровня сложности программы	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана углубленного уровня сложности программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25	10-15
1.2.	Общая физическая подготовка	20-30	-
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	10-15
1.4.	Вид спорта	15-30	15-30
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15	5-10
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10
2.3.	Развитие творческого мышления	5-20	5-20
2.4.	Национальный региональный компонент	5-20	5-20
2.5.	Специальные навыки	5-20	5-20
2.6.	Спортивное и специальное оборудование	5-20	5-20

2.3. Планируемые показатели соревновательной деятельности.

Соревнования – важная составная часть спортивной подготовки. Они должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности соответствовать задачам, поставленным перед спортсменами на данном

этапе многолетней спортивной подготовки.

Различают:

- **контрольные соревнования**, в которых выявляются возможности спортсмена, уровень его подготовленности, эффективность подготовки; с учетом их результатов разрабатывается программа последующей подготовки; контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования, так и специально организованные контрольные соревнования;

- **отборочные соревнования**, по итогам которых комплектуются команды, отбираются участники основных соревнований; в зависимости от принципа комплектования состава участников основных соревнований, в отборочных соревнованиях перед спортсменом ставится задача завоевать первое или одно из первых мест, выполнить контрольный норматив, позволяющий надеяться на успешное выступление в основных соревнованиях;

- **основные соревнования**, цель которых – достижение победы или завоевание возможно более высоких мест на определенном этапе многолетней спортивной подготовки.

Основной целью соревнований является контроль эффективности подготовки, приобретение соревновательного опыта.

Планируемые показатели соревновательной деятельности.

Виды соревнований (игр)	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Базовый уровень сложности				Углубленный уровень сложности
	1 г. об.	2,3 г. об.	4,5 г. об.	6 г. об.	1,2 г. об.
Контрольные	3	5	5	4	4
Отборочные	-	2	3	4	4
Основные	-	2	1	2	2

Все соревнования должны быть включены в календарь спортивно-массовых массовых мероприятий школы. Календарь составляется и утверждается ежегодно на основании Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

При планировании соревнований соблюдается принцип субординации: соревнования организации должны предшествовать соревнованиям более высокого ранга для отбора спортсменов и составления сборных команд (например, первенству России должны предшествовать зональные, региональные соревнования, в свою очередь этим соревнованиям – первенства областей, далее – городов, коллективов).

При определении лиц, направляемых на спортивные соревнования от школы, необходимо руководствоваться следующими требованиями:

- соответствие возраста и пола спортсменов положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта;
- соответствие уровня спортивной квалификации спортсменов положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

3. Методическая часть.

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 учебно-тренировочных занятий и соревнований, по технике безопасности.

3.1. Теоретические основы физической культуры и спорта.

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

Физическая культура и спорт в России

Понятие о физической культуре. Физическая культура, как составная часть гармоничного развития личности. Задачи физического воспитания: укрепление здоровья, всестороннее развитие человека.

Единая Всероссийская спортивная классификация. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания.

Основные формы организации занятий в детско-юношеской спортивной школе.

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

Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронул - ходи», требования записи турнирной партии.

Основные положения шахматного кодекса.

Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Судейство на соревнованиях. Воспитательная роль судьи.

Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская.

Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правило определения цвета фигур.

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка 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. Г амбиты.

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. Фортпост. Вторжение в седьмую горизонталь.

Проблема центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный клин. Подвижный пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечно - фигурный центр, открытый центр. Центр и фланги. Осада центров с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра.

Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.

Подвижность слона и коня в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости. Теория «островков». Создание слабости в лагере противника.

Пешечный перевес: в центре, на ферзевом фланге, на королевском фланге. Пешечные цепи. Блокада пешки и пешечной цепи. Пешечный прорыв. Размен как средство получения перевеса. Преимущество двух слонов.

Стратегическая атака при разноцветных слонах, по большой диагонали, пешечного меньшинства. Приемы стратегической защиты: размен атакующих фигур противника, упрощения, создание максимальных трудностей противнику, ослабление позиции противника, жертва материала ради перехода в эндшпиль, в котором реализация перевеса вызывает большие трудности.

Компенсация за ферзя. Ладью, легкую фигуру.

Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки.

Позиционная жертва: пешки, качества. Игра на двух флангах. Маневренная борьба в закрытых позициях. Типовые позиции.

Понятие схемы как плана сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных систем.

Эндшпиль

Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность фигур в эндшпиле. Матование одного короля.

Пешечные окончания. Систематизация пешечных окончаний по тематическому содержанию. Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях: правило квадрата, оппозиция, виды оппозиции, король и пешка против короля, защищенная и отдаленная проходные пешки, игра королей с двойной целью, «треугольник», прорыв, сочетание угроз, поля соответствия.

Многопешечные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях.

Сложные пешечные окончания. Ферзь против пешки. Слон против пешки. Конь против пешки.

Коневые окончания. Слоновые окончания. Одноцветные и разноцветные слоны. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле.

Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания.

Ферзевые окончания. Компенсация за ферзя, ладью и легкую фигуру. Ладья

против легких фигур. Ладья и слон против ладьи.

Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль. Сложные окончания.

Основы методики тренировки шахматиста

Понятие об обучении и тренировке. Формы и методы тренировки шахматиста. Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретение им специальных знаний, навыков и качеств. Тренировочная нагрузка и работоспособность. Система восстановительных мероприятий.

Основные требования, предъявляемые к организации учебно - тренировочного процесса.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения учебно-тренировочных занятий перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста.

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

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

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему.

Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Личная гигиена шахматиста.

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 детско-юношеской

спортивной школе.

Российская и зарубежная шахматная литература

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста. Обзор мировой шахматной литературы: первые рукописи, средневековые трактаты, первые книги и журналы, литература XIX-XX веков, современная литература.

Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований. Обзор крупнейших соревнований. Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии). Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления учебной и дебютной картотеки.

3.2. Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка является основой развития физических качеств, способностей, двигательных навыков занимающихся на различных этапах их подготовки. Поэтому большое внимание на занятиях будет уделяться связи умственных способностей занимающихся с развитием их двигательных качеств и совершенствованию: силы, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

Задачи общей физической подготовки:

- укрепление здоровья и гармоническое физическое развитие обучающегося;
- расширение круга двигательных навыков и повышение функциональных возможностей организма.

Строевые упражнения:

Построение в шеренгу, колонну (соблюдая определенный интервал и дистанцию). Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Отставить!». Расчет группы: по порядку, на первый и второй. Повороты на месте и в движении: направо, налево, кругом. Передвижения: шаг и бег на месте, походный (обычный) шаг, бег, переход с шага на бег и с бега на шаг, изменение длины и частоты шагов. Перестроения: из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два, повороты в движении. Размыкание и смыкание: приставными шагами, в движении.

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), взмахинойгой (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.

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 баскетбольными 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 и в 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.

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 доводится 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 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 через 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.

3.3. Специальная физическая подготовка.

Специальная физическая подготовка занимает очень важное место в шахматной игре, поэтому будет уделяться большое внимание развитию памяти и умственных способностей занимающихся.

3.4. Техническая и тактическая подготовка.

Техника и тактика упражнений шахматной игры включает в себя проявление индивидуальных способностей занимающихся как в стандартных, так и в непредвиденных комбинациях. Следовательно, на занятиях большое внимание будет уделяться изучению правил игры в шахматы, простых комбинаций, основ дебюта, основ эндшпиля, анализу коротких партий – ловушек.

Программный материал для практических занятий.

Базовый уровень сложности 1-го года обучения:

Шахматная доска. История шахмат. Шахматная нотация: элементарные правила. Ценность фигур и пешек. Ходы фигур и пешек.

Шах. Мат. Пат. Первоначальные сведения. Открытое нападение. Разновидности шаха, мата, пата.

Упражнения на мат. Отработка легких видов мата.

Сложные правила. Виды рокировок, условия их применения. Правила о взятии на проходе.

Превращения пешек. Виды превращений, необходимые для результативности игры.

Линейный мат. Мат тяжелыми фигурами (король противника на краю доски; мат двумя ладьями; мат ферзем и ладьей).

Мат ладьей. Виды мата и вспомогательные фигуры. Ситуации применения. Упражнения на мат. Отработка более сложных и углубленных видов мата.

Упражнения на ничью. Виды ничьих (вечный шах; пат; равенство материала). Интересные варианты проведения комбинаций.

Геометрические мотивы. Двойной удар. Простейшие тактические приемы. Расположение короля противника (вертикальное, горизонтальное, диагональное). Использование для выигрыша всей доски.

Открытый шах. Использование открытого шаха для выигрыша фигур. Движение к мату через выигрыш фигуры.

Двойной шах. Две фигуры, находящиеся под ударами противника.

Базовый уровень сложности 2-го, 3-го годов обучения:

Открытое нападение. Нападение на фигуру. Приемы выигрыша несколькими фигурами.

Связка. Прием связывания фигуры противника сочетанием слонов, ферзя,

ладьи.

Правило квадрата. Счет по ходам. Прием, позволяющий сэкономить время при расчете вариантов продвижения пешки в фигуру.

Король и крайняя пешка против короля. Движение крайней пешки при правильной игре. Приемы игры, препятствующие продвижению пешки.

Король и другая пешка против короля. Изучение и отработка навыков и приемов продвижения пешки и короля (или наоборот).

Простейшие комбинации. Усложнение комбинаций. Тактика.

Комбинации на взаимодействие слонов. Равенство слона 3-м пешкам. Взаимодействие слонов (равенство ферзю). Приемы игры 2-мя слонами в различных ситуациях.

Жертвы слона на h7 (h2). Типичные приемы матовой атаки.

Коневые комбинации. Отработка умения играть конями. Игра конями в матовых и других ситуациях, приближающая шахматы к искусству.

Спертый мат. Виды мата. Свободный мат (издалека). Приемы создания матовых ситуаций, когда король заблокирован своими или чужими фигурами.

Пешечные комбинации. Приемы выигрыша с использованием пешек.

Базовый уровень сложности 4-го, 5-го годов обучения:

Тяжелофигурные комбинации. Приемы использования тяжелых фигур (ферзь, ладья) для выигрыша или мата.

Взаимодействие ладьи и слона. Изучение и отработка приемов использования фигур для создания матовой сети.

Взаимодействие ладьи и коня. Изучение и отработка приемов использования фигур для создания матовой сети.

Взаимодействие ферзя и слона. Изучение и отработка приемов использования фигур для создания матовой сети.

Взаимодействие ферзя и коня. Изучение и отработка приемов использования фигур для создания матовой сети.

Взаимодействие трех фигур. Варианты сочетания трех фигур (2 тяжелые и 1 легкая; 2 легкие и 1 тяжелая; 3 легкие). Создание и «затягивание» матовой сети.

Комбинации на завлечение. Изучение и отработка комбинаций завлечения (при помощи жертвы) какой-либо фигуры, защищающей короля, с последующим объявлением мата.

Комбинации на отвлечение. Изучение и отработка комбинаций отвлечения (при помощи жертвы) какой-либо фигуры, защищающей короля, с последующим объявлением мата.

Базовый уровень сложности 6-го года обучения, углубленный уровень сложности 1-го, 2-го годов обучения:

Комбинации на блокировку. Приемы блокировки фигур или позиции короля своими и чужими фигурами.

Комбинации на освобождение поля. Комбинации на освобождение поля для нанесения матового удара по королю противника.

Комбинации на освобождение линии. Вскрытие горизонтали или вертикали для нанесения мата.

Комбинации на перекрытие. Жертва фигуры для перекрытия с последующим нанесением матового удара.

Комбинации на уничтожение защиты. Приемы проведения жертвы фигуры с целью разрушения защиты короля.

Комбинации на захват пункта. Приемы, направленные на освобождение, завлечение, отвлечение, жертву, для освобождение шахматного поля.

Комбинации на разрушение. Более сложные приемы, направленные на освобождение, завлечение, отвлечение, жертву, для освобождение шахматного поля.

Ничья при большом материальном перевесе. Неравное соотношение сил. Виды достижения ничьей более высокого уровня.

Борьба ферзя с проходной пешкой. Использование филигранной техники игры ферзем для предотвращения превращения пешки в какую-либо фигуру.

Простые пешечные окончания. Эндшпиль. Приемы и методы ведения комбинации, базирующиеся на точном расчете.

Простые ладейные окончания. Приемы и методы проведения игры в ладейных эндшпилях.

3.5. Различные виды спорта и подвижные игры.

Легкая атлетика

Бег - один из распространенных и доступнейших видов физических упражнений — служит прекрасным средством развития быстроты, силы и других важных качеств. Вовлекая в работу многие мышечные группы, бег вызывает усиление деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем и всего организма в целом, представляет возможность, варьируя различными дистанциями, добиваться более высоких уровней быстроты и выносливости. Бег с места, ускорения с ходу по травянистым склонам вниз, вверх или траверсами и по песчаному грунту. Бесконечное разнообразие беговых упражнений делает бег одним из основных средств ОФП.

Прыжки и подскоки совершенствуют координацию движений, функции вестибулярного аппарата, улучшают ориентировку в пространстве.

Гимнастика

Гимнастика успешно развивает координацию движений, силу, ловкость и быстроту. Упражнения на кольцах и перекладине требуют смелости и решительности. Прыжки через различные гимнастические снаряды позволяют в короткое время полета прочувствовать положение отдельных частей тела в безопорном положении. Развитие общей выносливости.

Плавание

Для развития общей выносливости (дыхательных возможностей) спортсмены занимаются бегом, лыжным спортом, плаванием. На первых этапах тренировки совершенствование общей выносливости достигается постепенным втягиванием организма во все больший объем работы, выражающийся в удлинении дистанции бега при сохранении равномерного темпа. Дальнейшее развитие этого качества обеспечивается постепенным переходом к более интенсивной работе при сокращении ее продолжительности. В начале тренировки длительность такой работы может составлять 20-25 мин. Постепенно ее увеличивают и доводят до 45-60 мин.

Лыжная подготовка

Зимой рекомендуется проводить специальные лыжные тренировки. Они включают продолжительную ходьбу на лыжах (до 45-60 мин.) с периодическими 43 перерывами для включения на выполнение вспомогательных упражнений. После первых 1-2 км бега на лыжах делают первый перерыв для преодоления слаломной трассы. Если спуск слишком короткий, его повторяют 2-5 раз. После 3-

километрового бега устраивают второй перерыв - для силовой работы: выполняют упражнения для развития силы ног: приседания на одной и двух ногах, приседания с партнером. Продолжительность выполнения - 1-2 мин.

Спортивные игры

Спортивные игры - разнообразные и быстрые действия в условиях постоянно меняющейся обстановки — развивают быстроту, ловкость, выносливость и тактическое мышление. Они эмоциональны, вызывают интерес у занимающихся, дают возможность мобилизовать усилия занимающихся без особого волевого напряжения, разнообразно и интересно проводить тренировки. В играх присутствует элемент соревнования, стремление к победе, что, бесспорно, ценно и необходимо любому спортсмену.

Футбол дает большую физическую нагрузку в процессе самых разнообразных действий. Доступность и высокая эмоциональность этой игры не нуждаются в рекомендациях. Однако высокий травматизм, особенно в холодные осенние месяцы, ограничивает его использование как средства ОФП. Сгибания и разгибания ног, наклоненное, обтекаемое положение туловища и рук, затрудненное дыхание, идентичность нагрузок на мышцы шеи, спины и живота, необходимость сохранять равновесие, внимательность и быстрота реакции на меняющиеся условия — все это приближает велосипедный спорт к средствам специальной подготовки.

Настольный теннис. Развивает ловкость, быстроту реакции, тренирует вестибулярный аппарат, сердце, выносливость, развивает крупную и мелкую моторику, гибкость, укрепляет мышцы. Кроме того, настольный теннис формирует навыки самоконтроля, развивает внимание, мышление, снимает усталость.

Занятия по *спортивным и подвижным* играм направлены на развитие быстроты, ловкости, общей и скоростной выносливости, пространственной ориентировки; на формирование навыков в коллективных действиях, воспитание настойчивости, решительности, инициативы и находчивости; поддержание умственной и физической работоспособности; снятие эмоционального напряжения напряженной учебно-боевой деятельности. Занятия по спортивным и подвижным играм организуются зимой в спортивном зале, летом - на открытом воздухе.

3.6. Развитие творческого мышления.

Основная задача этого раздела - развитие изобретательности и логического мышления юных шахматистов. Необходимо предусмотреть упражнения, направленные на развитие внимания и формирование умения его концентрировать, развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи.

3.7. Судейская подготовка.

Судейская практика способствует овладению практическими навыками в преподавании и судействе шахмат. Занимающиеся в группах углубленного уровня сложности получают знания об основах судейства, о правилах соревнований, принимают участие в судейских семинарах. Каждый учащийся к концу обучения должен уметь организовать и проводить шахматные соревнования и простейшие занятия с начинающими шахматистами. Они должны исполнять шахматный кодекс, уметь учитывать конкретные обстоятельства и детали в процессе соревнований, знать правила игры в шахматы, правила соревнований, систему судейства, различные системы соревнований, права и обязанности судьи и участников соревнований.

3.8. Методы выявления и отбора одаренных детей.

Система спортивного отбора в шахматах, как, впрочем, и в любом другом виде спорта, представляет собой комплекс педагогических, психологических, социологических, медико-биологических и других видов исследований, в ходе которых выявляются задатки и способности ребенка, которые в наибольшей мере соответствуют требованиям избранного вида спорта.

Известно, что спортивный отбор - длительный, многоступенчатый процесс. В нашей стране разработана и успешно внедряется система спортивного отбора, начинающаяся в детском возрасте и завершающаяся в сборных командах страны для участия в соревнованиях самого высокого уровня. Отбор осуществляется в четыре этапа.

1 этап - первичный - индивидуальный отбор при зачислении в спортивную школу;

2 этап - выявление наиболее перспективных учащихся по результатам контрольных испытаний (промежуточная аттестация по итогам учебного года);

3 этап - отбор детей при переходе на углубленный этап по результатам итоговой аттестации по завершении базового этапа подготовки;

4 этап - отбор лидеров в сборные команды города, области, федерального округа, России.

На первом этапе происходит массовый просмотр и отбор детей из числа желающих заниматься шахматам для зачисления детей в базовые группы. Отбор в группы - это очень ответственное мероприятие, которое в дальнейшем во многом определяет эффективность работы тренера- преподавателя и успешность выступлений учащихся школы на соревнованиях.

3.9. Требования техники безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по шахматам.

К занятиям по шахматам допускаются учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности и правилам поведения.

Учащиеся должны соблюдать расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха, беспрекословно выполнять требования и указания тренера – преподавателя.

При проведении занятий возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных факторов:

- нарушение осанки, искривление позвоночника, развитие близорукости при неправильном подборе ученической мебели;
- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности в кабинете;
- поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании кабинета.

Учащиеся при проведении занятий должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации ДЮСШ.

В процессе занятий учащиеся должны соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место.

Спортсмены обязаны быть в опрятной одежде, приступать к занятиям и заканчивать только по разрешению тренера-преподавателя.

Запрещается приходить на занятия с посторонними предметами, стеклянными бутылками для питья, с острыми, режущими и воспламеняющимися предметами, жевательными резинками.

Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к дисциплинарной ответственности.

Ответственность за нарушение правил техники безопасности при проведении тренировочного занятия несет тренер-преподаватель, проводящий занятие.

Требования безопасности перед началом занятия.

Тренеры-преподаватели обязаны прибыть на занятия за 10 минут до начала, лично проверить место проведения занятий и инвентарь.

Включить полностью освещение в кабинете, убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность в кабинете должна быть не менее 300 лк (20Вт\кв.м) при люминесцентных лампах и с менее 150 лк (48 Вт\кв.м) при лампах накаливания.

Убедиться в исправности электрооборудования кабинета: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

Убедиться в правильной расстановке мебели: расстояние между наружной стеной кабинета и первым столом должно быть не менее 0,5-0,7м, расстояние между внутренней стеной кабинета и столами должно быть не менее 0,5-0,7м, расстояние между задней стеной кабинета и столами должно быть не менее 0,5-0,7м, удаление мест занятий от окон не должно превышать 6,0м, расстояние от демонстрационной шахматной доски до первых столов должно быть 2,4-2,7м, расстояние от демонстрационной шахматной доски до последних столов должно быть не менее 8,6м.

Проверить санитарное состояние кабинета, убедиться в целостности стекол в окнах и провести сквозное проветривание кабинета.

Убедиться в том, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 18-20°C.

Требования безопасности во время занятий.

Учащиеся со значительным снижением слуха рабочие места отводятся за первыми и вторыми столами. Учащимся с пониженной остротой зрения места отводятся ближе к окну за первыми столами. Учащимся с ревматическими

заболеваниями, склонными к частым ангинам и острым воспалениям верхних дыхательных путей, рабочие места отводятся дальше от окон. Не менее двух раз в год учащиеся, сидящих в крайних первом и третьих рядах, меняют местами с целью предупреждения нарушения осанки и искривления позвоночника.

Занятия должны проходить в чистом помещении, при нормальном освещении спортивных сооружений. Температура в помещении во время занятий должна соответствовать установленным нормам.

С целью обеспечения надлежащей естественной освещенности в кабинете не расставлять на подоконниках цветы.

Все используемые в кабинете демонстрационные электрические приборы должны быть исправны и иметь заземление или зануление.

Стекла окон в кабинете должны регулярно очищаться от пыли и грязи, а также очистка светильников не реже двух раз в год. Привлекать учащихся к этим работам, а также к оклейке окон запрещается.

При открывании окон рамы фиксировать в открытом положении крючками. При открывании фрамуги обязательно должны быть ограничители.

Во избежание падения из окна, а также ранения стеклом, не вставать на подоконник.

При проведении тренировочных занятий должны строго соблюдаться нормы единовременной пропускной способности спортивных сооружений.

Нахождение родителей в помещениях для занятий строго запрещено.

Пользоваться сотовыми телефонами спортсменам запрещено.

Тренеру-преподавателю запрещается выходить из зала во время проведения занятий, а также отпускать спортсменов до окончания занятия.

Тренер-преподаватель должен уходить с занятий последним.

Требования безопасности по окончании занятий.

Выключить демонстрационные электрические приборы.

Под руководством тренера-преподавателя убрать используемый инвентарь и оборудование в места его хранения.

Организованно покинуть место проведения учебно-тренировочного занятия.

Переодеться в раздевалке.

Вымыть с мылом руки и лицо.

Требования безопасности на соревнованиях.

При командировании на соревнования тренер-преподаватель несёт полную ответственность за безопасность спортсменов.

К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

При проведении соревнований должна быть мед.аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой медицинской помощи.

На соревнованиях и тренировках необходимо иметь кулер для соблюдения питьевого режима.

На соревнованиях с количеством участников более 100 человек предусматривается возможность присутствия дежурного врача.

При плохом самочувствии спортсмен может прекратить участие в соревновании и сообщить об этом судье.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

При появлении болей, плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятие продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

При получении обучающимся травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, с его помощью оказать первую помощь пострадавшему, по поручению тренера-преподавателя сообщить об этом администрации школы.

При возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4. Воспитательная и профориентационная работа.

Воспитательная работа предполагает тесное единство нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания с учетом особенностей физкультурно-спортивной, соревновательно-тренировочной деятельности, особенностей их влияния на личность молодого человека. Воспитательное воздействие органически входит в тренировочно-соревновательную деятельность и жизнь спортивной школы.

Важнейшим условием успешного осуществления воспитательной работы с юными спортсменами является единство воспитательных действий. Направленное формирование личности юного спортсмена - итог комплексного влияния многих факторов социальной системы воспитания, в том числе семьи, школы, основного коллектива, членом которого является спортсмен, педагога, других лиц и организаций, осуществляющих воспитательные функции.

В работе с юными обучающимися применяется широкий круг средств и методов воспитания. В качестве средств используются тренировочные занятия, спортивные соревнования, беседы, собрания, кинофильмы, наглядные пособия, произведения искусства, общественно-полезный труд, общественная деятельность. В качестве методов нравственного воспитания применяются формирование нравственного сознания (нравственное просвещение) и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение), предупреждение и обсуждение отрицательных действий (наказание), упражнение (практическое приучение).

Важнейшим фактором воспитания юных игроков, условием формирования личности обучающегося является спортивный коллектив. Юные игроки выполняют разнообразные общественные поручения, работают на общественных началах в

качестве инструкторов, судей, членов бюро секций, что служит хорошей школой положительного нравственного опыта.

Эффективность воспитательной работы во многом зависит от активности обучающегося. Принятие личных комплексных планов, в которых обучающиеся формулируют поставленные перед собой задачи, повышает чувство ответственности за свою учебу и спортивные достижения. При решении задач по сплочению спортивного коллектива и воспитанию чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенных газет, спортивных листков, проводить походы, тематические вечера, вечера отдыха и праздники, конкурсы самодеятельности.

Важным условием успешных воспитательных воздействий в коллективе является формирование и поддержание положительных традиций. Традиционным, например, должно быть обсуждение в коллективе поведения обучающегося.

Осуждение или похвала коллектива - одно из наиболее сильных воздействий на психику человека. Как правило, коллективно должны обсуждаться только те или иные аморальные поступки, если индивидуальная воспитательная работа тренера при этом не достигает цели. Традиционным в коллективе должно быть принятие решений об официальном одобрении, награждение спортсменов призами, премиями. Вопрос о награждении не должен решаться одним тренером без обсуждения в коллективе. Такой подход укрепляет веру в справедливость спортивного коллективизма, в дружбу и товарищество, развивает чувство ответственности перед коллективом.

Инициатива в реализации нравственного воспитания юных игроков принадлежит тренеру-педагогу. Успешно выполнить задачи воспитания детей и молодежи может только тренер, владеющий профессиональным мастерством, глубоко усвоивший нравственные принципы, умеющий словом, делом к личным примером увлечь за собой своих воспитанников.

Использование тренером-преподавателем принципа воспитывающего обучения облегчает решение сложных воспитательных задач, реализация этого принципа проводится по следующим направлениям: воспитание в процессе тренировочных занятий; создание благоприятной обстановки, положительно влияющей на воспитательный процесс (место проведения занятий, спортивный инвентарь, одежда, личные качества и поведение тренера и т.п.); сочетание воспитательного воздействия в процессе тренировки с планом воспитательных мероприятий, проводимых в группе и с занимающимися своей спортшколы. Эффект воспитательного воздействия снижается из-за отсутствия единых педагогических требований, единой системы планирования воспитательной работы, контроля за воспитательной работой, из-за отсутствия индивидуальных характеристик юных спортсменов и систематического учета воспитательного эффекта.

В воспитательной работе тренера необходима гибкая и многообразная система воздействий. Выполнение требований должно правильно оцениваться тренером с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей обучающихся, поощряться или осуждаться.

В решении задач воспитательной работы важное место занимает самовоспитание юного спортсмена. В процессе самовоспитания всегда имеет место самонаблюдение, которое осуществляется в единстве с самоанализом и обобщением данных самонаблюдения. Самоанализ завершается самооценкой личности.

Самовоспитание включает принятие самообязательств с целью активизировать себя и определить комплекс качеств и свойств, подлежащих исправлению или совершенствованию. Обучающиеся воспитывают в себе чувство патриотизма, доброту, честность, широту, глубину, критичность, остроту ума, смелость, целеустремленность, решительность и другие качества.

Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности. Средствами и методами самовоспитания могут быть все формы активности обучающихся по преодолению трудностей, связанные с внешне выраженной самомотивацией и с внутренними самоограничениями.

Воспитание «бойцовских качеств», формирование спортивного характера осуществляется в процессе многолетней работы с юными баскетболистами и является составной частью воспитательной работы. Эти качества проявляются в экстремальных условиях спортивных соревнований. Чаще всего победы на Олимпийских играх и чемпионатах мира добиваются спортсмены, обладающие волей, настойчивостью и целеустремленностью.

Воспитание волевых качеств поэтому занимает существенное место в тренировке и соревнованиях.

В процессе спортивных занятий с юными обучающимися важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются:

- овладение обучающимися специальными знаниями в области теории и методики тренировки, гигиены и других дисциплин;
- умения объективно анализировать приобретаемый опыт тренировки и выступлений в соревнованиях;
- развитие познавательной активности, творческих проявлений в спортивной деятельности.

Интеллектуальное воспитание юного обучающегося обеспечивается главным образом в формах, характерных для умственного образования и самообразования: лекции, семинары, самостоятельная работа с литературой, документами, протоколами, кино-, фото-, видеоматериалами. Умственному развитию спортсменов способствует совместная работа с тренером по разработке и уточнению перспективных и других планов спортивной подготовки, включение в тренировочный процесс систематических заданий на дом.

Основные направления воспитательной работы

№	Разделы работы	Направленность	Мероприятия
1.	Освоение духовных и культурных ценностей, уважение к истории и культуре, семейным ценностям	Формирование уважения и развитие интереса к традициям общеобразовательной организации дополнительного образования, участие обучающихся в спортивной, творческой жизни	Выпуск стенгазет, статей о жизни общеобразовательной организации, ее педагогах, обучающихся в современный период времени и прошлого

		<p>Пополнение знаний о выдающихся деятелях спорта, культуры, искусства прошлого и современности</p>	<p>Посещение исторических культурных мест города (музеи, театры, выставки), знакомство с представителями спорта, науки, культуры и искусства</p>
		<p>Раскрытие ценностей семьи, популяризация физической культуры и спорта в семейных традициях</p>	<p>Беседы, семинары, спортивные мероприятия</p>
2.	<p>Стимулирование творческой активности и адаптации, социализации обучающихся в обществе</p>	<p>Обучению этикету (поведение в обществе, на соревнованиях, в семье)</p>	<p>Творческие мастерские, семинары, лекции, беседы, посещение соревнований города, региона в качестве участника, болельщика, волонтера</p>
3.	<p>Воспитание гражданской ответственности и порядочности</p>	<p>Пополнение знаний в области нормативно-правовой базы образования и спорта, профилактика правонарушений</p>	<p>Лекции, семинары, мастер-классы</p>
4.	<p>Формирование культуры спортивной безопасности и антидопингового поведения</p>	<p>Формирование модели поведения (освоение знаний, свода правил) Профилактика и предупреждение асоциального и зависимого поведения в подростково-молодежной среде, пропаганда честного и чистого спорта, повышение уровня физической подготовленности, снижение уровня травматизма</p>	<p>Физкультурно-оздоровительные, физкультурно-спортивные, творческие мероприятия; классные часы, семинары, круглых столы, лекции, тематические занятия, конкурсы, фестивали, конференции, акции; эстафеты, квесты, форумы, флеш-мобы, «дни здоровья»; оформление стендов, брошюр, иллюстраций, выпуск</p>

			памяток для родителей; организация встреч с представителями антидопинговых агентств, спортсменами, журналистами и прочее
5.	Организация общественно значимой деятельности	Поддержка старшего поколения (ветераны ВОВ, инвалиды и так далее), Пропаганда физической культуры и спорта среди учеников общеобразовательных школ	Организация праздников, спортивных мероприятий, проведение тренировочных занятий, физкультминуток, флеш-мобов, акций и прочее
		Приобщение к общественно-полезному труду	Уход за объектами спортивной инфраструктуры, спортивных сооружений, инвентаря
6.	Внимание к личным и коллективным достижениям обучающихся	Поощрение в коллективе спортивных достижений и достижение в образовании обучающихся	Беседы, праздники
7.	Развитие исследовательского потенциала	Участие в экспериментальных и инновационных проектах	Научные проекты, конференции в области спорта
8.	Развитие коммуникативных навыков, приобщение родителей к жизни детей	Организация совместной деятельности родителей (законных представителей), детей, педагогов, тренеров-преподавателей в культурно-досуговой и спортивно-массовой работе	Открытые занятия, спортивно-оздоровительные мероприятия, походы на природу, в театр, кино

Проориентационная работа.

Цель - формирование системы профессиональной ориентации обучающихся, отвечающей требованиям рынка труда; обеспечение психолого-педагогического сопровождения для профессиональной самореализации личности.

Основные задачи:

- выявление и развитие профессиональных склонностей и способностей обучающихся;
- формирование мотивации к получению начального и среднего профессионального образования, и выбора профессий;
- формирование знаний, умений, навыков, компетенций и компетентностей, определяемых государственными потребностями и возможностями обучающегося, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья;
- формирование первоначальных трудовых навыков в рамках практико-ориентированных проектов.

В таблице ниже показаны рекомендуемые направления профориентационной работы с обучающимися.

Планирование воспитательной и профориентационной работы в образовательной организации осуществляется в формах: годового планирования, календарного (месяц) и индивидуального плана работы тренера-преподавателя.

Воспитательную и профориентационную работу планируют с учетом возраста обучающихся, исходного уровня знаний, реальных кадровых и материально-технических условий организации.

Для оптимизации образовательного процесса, достижения поставленных целей и решения задач необходимо устанавливать конструктивные отношения с родителями (законными представителями) обучающихся.

Основные направления профориентационной работы.

№	Разделы работы	Направленность	Мероприятия
1.	Формирование общих представлений о современных профессиях	Развитие компетентностей: потребность в творчестве, работа в коллективе, социальная полезность	Информационно-образовательные: игровые, тренинговые занятия, творческие конкурсы, проекты, тематические занятия,
2.	Профессиональное самоопределение	Формирование базовых трудовых навыков	классные часы, экскурсии, встречи с представителями разных профессий
3.	Знакомство с содержанием профессий	Выявление профессиональных предпочтений	Анкетирование, профессиональные пробы и консультации,
4.	Сопровождение профессионального выбора обучающихся	Определение сферы профессиональной деятельности, профессии, или варианта дальнейшего обучения	тестирование, практико-ориентированные проекты (занятость в качестве судьи, тренера-преподавателя, педагога дополнительного образования, журналиста т.д.);

Антидопинговые мероприятия.

В настоящее время проблема применения допинга расценивается как угроза безопасности жизнедеятельности и прямая предпосылка асоциального поведения в подростково-молодежной среде.

Допинг представляет собой серьезную проблему, значимость которой в настоящее время вышла за рамки спорта и, в частности, оказалась связана с репутационными потерями для Российской Федерации в целом.

В системе образования рациональным способом решения вопросов антидопингового поведения обучающихся является построение безопасной образовательной среды как совокупности компонентов образовательной организации, субъектов и их функциональных взаимосвязей: руководящего состава организации, педагогов, обучающихся, родителей (законных представителей), медицинских работников, в деятельности которых создаются условия для обеспечения безопасности участников образовательных отношений.

Основой эффективного подхода по формированию антидопингового поведения обучающихся со стороны администрации образовательной организации является включение в программу развития образовательной организации комплекса мероприятий и разработка плана их реализации с применением механизмов, форм и средств организации безопасной образовательной среды.

Основная цель антидопинговых мероприятий - сформировать у обучающихся понимание ценности здорового образа жизни, критическое отношение к зависимому поведению; предотвратить использования допинга в молодежной среде.

Комплекс мер по антидопинговой профилактике, рекомендуемый для реализации на базе учреждения:

- включение отдельных тем, курсов по основам антидопингового поведения, разработка методических рекомендаций, пособий;
- образовательных антидопинговых программ с учетом возраста, исходного уровня знаний, отношения обучающихся к проблеме допинга, их личностной заинтересованности в данном вопросе;
- формирование информационной политики: размещение материалов и стендов по данной тематике (брошюры, лифлеты, памятки, иллюстрации);
- осуществление контроля по организации, содержанию и качеству образовательной деятельности в направлении антидопингового поведения обучающихся;
- организация и проведение спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий по данной тематике (неделя спорта, туристические слеты, соревнования - «честный спорт»), информационно-образовательных мероприятий в форме семинаров, круглых столов.

Основные темы в рамках бесед и обсуждений: медицинские и психологические последствия допинга; допинг-контроль, права и обязанности обучающегося, санкции в случае выявления нарушений; анализ мотивов употребления запрещенных субстанций и другие. Занятия проводятся в форме групповых дискуссий, рекомендованы домашние задания и контрольные тесты по определению уровня освоенности полученных знаний.

- организация участия обучающихся в конкурсах, фестивалях, конференциях, акциях, выставках; в рамках элективных курсов и проектной деятельности по данной тематике;

- привлечение родителей (законных представителей) к организации и проведению мероприятий по формированию антидопингового поведения обучающихся; проведение тематических родительских собраний, лекториев; индивидуальных консультаций (выпуск памяток для родителей «Спортивная жизнь без допинга», «Уроки безопасности для родителей», «Здоровье детей в наших руках», «Юный спортсмен без допинга» и другие).

- использование информационных ресурсов Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства спорта Российской Федерации, РАА «РУСАДА» по данной проблеме.

5. Система контроля и зачетные требования.

Педагогический контроль в виде аттестации проводится для определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится ежегодно по всем разделам учебного плана в соответствии с этапом подготовки, итоговая — после освоения программы.

Основные формы аттестации являются:

- аттестация по теоретической подготовке для этапа углубленной специализации (тестирование, собеседование, устный опрос);
- сдача контрольных нормативов (для определения уровня общей, специальной и технической подготовленности).

Для осуществления контроля за СФП могут быть также использованы протоколы результатов соревнований различных рангов, где присваиваются спортивные разряды и звания.

График проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, рассмотренный на педагогическом совете школы, утверждается директором.

Промежуточная аттестация проводится во время тренировочных занятий в рамках годового учебно-тематического плана дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта и согласно расписания занятий.

Практическая часть аттестации проводится в виде сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП. Нормативы принимаются во время тренировочного занятия в соответствии с планом проведения аттестации. Обучающиеся базового уровня сложности 6 года обучения и углубленного уровня сложности, кроме практической части сдают зачет по теоретической подготовке в виде тестирования. Темы для тестирования выбираются на основании учебных планов по теоретической подготовке.

К промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся, занимающиеся по дополнительным общеобразовательным программам, вне зависимости от того, насколько систематично они посещали тренировки.

Обучающиеся, успешно выполнившие все требования, переводятся на следующий год обучения или зачисляется на следующий этап подготовки (при условии прохождения обучения на предыдущем этапе в полном объеме).

Для обучающихся не явившихся на аттестацию по уважительной причине будет назначено другое время.

В случае неудачной сдачи требований аттестации обучающийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза.

Учащиеся, не выполнившие переводные требования, на следующий этап не переводятся, продолжают повторное обучение в группе этого же года (но не более 1 раза). При повторном невыполнении норм, такие учащиеся переводятся в группу

спортивно-оздоровительного этапа.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании срока обучения по программе

К итоговой аттестации допускаются все обучающиеся, закончившие обучение по программе и успешно прошедшие промежуточную аттестацию на всех этапах обучения.

Результаты итоговой аттестации являются основанием для выпуска обучающегося или решении вопроса о повторном годе обучения.

Успешное прохождение итоговой аттестации является основанием для выдачи документа об окончании ДЮСШ.

Обучающимся не сдавшим контрольные нормативы по окончании освоения общеобразовательной программы (итоговой аттестации), выдается справка о прохождении обучения в школе, зачетная классификационная книжка или копия приказа о присвоении спортивного разряда.

Комплекс контрольных упражнений для оценки общей и специальной физической подготовки обучающихся.

Для определения исходного уровня общей физической подготовленности и контроля ее динамики рекомендуется следующий комплекс упражнений:

1) Бег 30м, 60м, 1000м: проводится на стадионе или легкоатлетическом манеже с высокого старта; количество спортсменов в забеге определяется условиями, при которых бегущие не должны мешать друг другу;

2) Челночный бег 3x10 м: тест проводится на дорожке длиной не менее 10 м; за чертой «старт» и «финиш» отмечаются два полукруга радиусом 50 см; на дальний полукруг кладется деревянный кубик (размер стороны около 5 см); спортсмен со старта бежит к финишу, обегает полукруг, берет кубик и возвращается к старту;

3) Непрерывный бег в свободном темпе: проводится на стадионе или легкоатлетическом манеже с высокого старта.

4) Подтягивание из виса на перекладине: исходное положение - вис на перекладине, в котором руки спортсмена полностью выпрямлены. Потянуться до касания подбородком перекладины, сокращая мышцы спины. Медленно опуститься в исходное положение.

5) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу: прямые руки уперты в пол, а тело образует сплошную ровную линию, не провисая и не прогибаясь. Во время сгибания рук тело движется вниз, параллельно полу, и останавливается после касания грудью пола. При выполнении отжимания руки максимально прижимаются к телу. Во время вдоха корпус движется вниз, во время выдоха тело поднимается.

6) Подъем туловища лежа на полу (кол-во раз за 30 сек.): спортсмен, находясь в положении лежа на спине, поднимает туловище до вертикального положения, затем снова принимает исходное положение.

7) Прыжки в длину с места: выполняются толчком с двух ног со взмахом рук от линии или края доски на стадионе или в легкоатлетическом манеже; измерение длины прыжка осуществляется рулеткой;

8) Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу: выполняется из исходного положения стоя на полу, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 — 15 см. Спортсмен по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и удерживает касание в течение 2 с.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы 1,2,3 годов обучения базового уровня сложности.

Развиваемое физическое	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6,9 с)	Бег на 30 м (не более 7,2 с)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)	Прыжок в длину с места (не менее 110 см)
Выносливость	Приседание без остановки (не менее 6 раз)	Приседание без остановки (не менее 6 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 5 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 4 раз)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,9 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола)	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы углубленного уровня сложности 1,2 годов обучения.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6,7 с)	Бег на 30 м (не более 7 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
Выносливость	Приседание без остановки (не менее 10 раз)	Приседание без остановки (не менее 8 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 11 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 4 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 5 раз)

Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,1 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,7 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз)	
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для перевода на спортивную подготовку в группы совершенствования спортивного мастерства 1 года обучения.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,5 с)	Бег 60 м (не более 11 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
Выносливость	Приседание без остановки (не менее 10 раз)	Приседание без остановки (не менее 8 раз)
	Бег 1000 м (не менее 4 мин 05 с)	Бег 1000 м (не менее 6 мин)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 16 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 12 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 6 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 15 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 5 раз)	
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

Нормативные требования по переводу – теория.

- для перевода в группу 2 г.об. базового уровня сложности:

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, стратегических идей итальянской партии.
4. Уметь определить названия и идеи основных тактических приемов. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества, разыгрывание середины партии.
5. Уметь ставить мат одинокому королю : ферзем, ладьей, двумя слонами. Знать правило квадрата, владеть понятиями «оппозиция», «цугцванг». Владеть приемом «Лестница» в эндшпиле «Ферзь против пешек».

б. Участвовать в трех турнирах начинающих, первенстве группы, турнирах на четвертый разряд.

- для перевода в группу 3 г.об. базового уровня сложности:

1. Знать основные положения шахматного кодекса, понимать значение спортивных соревнований.
2. Знать историю вопроса проникновения шахмат в Европу, рассказать о реформе шахмат, о испанских и итальянских XVI - XVII веков.
3. Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать значение стратегических идей Гамбита Эванса, венской партии, королевского Гамбита.
4. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах 2 - 4-х ходов, составлять простейший план игры, давая оценку позиции.
5. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать окончания «легкая фигура против пешки».
6. Выполнить нормативы 3,2 юношеских разрядов.

- для перевода в группу 4 г.об. базового уровня сложности:

1. Знать категории соревнований
2. Рассказать о основных положениях теории Филодора.
3. Показать умение составлять план и оценку позиции в дебюте. Показать значение стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней.
4. Владеть сложными комбинациями на сочетание идей, уметь осуществлять прием «форпост».
5. Уметь ставить мат и конем
6. Выполнить нормативы 3,2 юношеских разрядов.

- для перевода в группу 5 г.об. базового уровня сложности:

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.
2. Знать системы соревнований по шахматам и уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур. Знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.
3. Рассказать о французских и английских шахматистах середины XIX века, показать применение вклада П. Морфи в развитие шахматной теории.
4. Владеть понятиями «инициатива в дебюте». Показать значение стратегических идей защиты Филидора, шотландской партии, сицилийской защиты, защиты Каро-Кани, отказанного ферзевого гамбита.
5. Владеть понятиями «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии.
6. Знать основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, окончаниях типа «ладья и пешка против ладьи».
7. Иметь понятие о тренировке шахматиста.
8. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний.
9. Выполнить норматив 1 юношеского разряда.

- для перевода в группу 6 г.об. базового уровня сложности:

1. Иметь представление о роли ДЮСШ в развитии шахмат в нашей городе.
2. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования, в том числе соревнования на приз «Белая ладья».
3. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница, его творчестве, знание наследия В. Стейница для развития шахматной теории.

4. Рассказать о начальном этапе борьбы на первенстве Мира.
 5. Дать исторический обзор развития шахмат в России.
 6. Дать характеристику современных дебютов. Показать значение стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, старо-индийской защиты.
 7. Владеть основными приемами атаки на короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
 8. Владеть основными приемами борьбы в много пешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».
 9. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.
 10. Выполнить норматив III разряда.
- для перевода в группу 1 г.об. углубленного уровня сложности:
1. Продемонстрировать знание курсов начальной и тренировочной подготовки
 2. Знать функции Федерации по виду спорта и Комитета по физической культуре и спорту.
 3. Получить зачет по судейству и организации соревнований.
 4. Рассказать о творческом наследии Н.И. Чигорина, Э. Ласкера, о шахматной жизни в начале XIX века. Знать довоенный период советской шахматной школы.
 5. Владеть методами работы над дебютом. Показать знание стратегических идей Алехина, защиты Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, старо-индийского 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 много пешечных и ладейных окончаниях.
 8. Знать схему построения индивидуального плана и графика тренировочных занятий шахматами.
 9. Понимать значение правильного режима и двигательной активности шахматиста.
 10. Сделать обзор шахматной периодики и сборников турнирных партий крупнейших соревнований.
 11. Выполнить норматив II разряда.
- для перевода в группу 2 г.об. углубленного уровня сложности:
1. Иметь четкое представление о понятии «Моральный облик шахматиста».
 2. Сдать зачет по судейству и организации соревнований.
 3. Рассказать о творчестве Х.-Р. Капабланки, гипермодернистах, А.Алехине. Знать роль ФИДЕ в международной шахматной жизни.
 4. Уметь объяснять смысл концентрического метода и изучения дебютов. Показать знание стратегических идей защиты Грюнфельда, защиты Нинцовича, дебюта Рети.
 5. Владеть понятиями «стратегическая и тактическая защита», «стратегическая атака».
 6. Уметь разыгрывать позиции с компенсацией за ферзя, ладью, легкую фигуру.
 7. Знать закономерности тренировки шахматиста.
 8. Выполнить норматив I разряда.

- для перевода на спортивную подготовку в группу совершенствования спортивного мастерства 1 г. об.:

1. Продемонстрировать знания начальной подготовки и тренировочного этапа обучения.

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

3. Получить 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 много пешечных 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. Подтвердить норматив I разряда, выполнить кандидата в мастера спорта.

6. Перечень информационного обеспечения.

1. Адабаш. А.Г Шахматы. Программа для детско - юношеских спортивных школ, 2005

2. Авербах Ю.Л. Шахматы: методическое пособие. - М., Знание, 1990.

3. Алаторцев В.А. Вопросы методики тренировки шахматистов старших разрядов. - М.: ЦНИИФК, 1962.

4. Алексеев Н.Г., Злотник Б.А. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.

5. Ботвинник М.М. Методы подготовки шахматиста / В кн. Теория и практика шахматной игры: Учеб. пособ. / Под ред. Я.Б. Эстрина. - М.: Высш. школа, 1981.

6. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. - М: ФАИР, 1997.

7. Голенищев В.Е. Подготовка юных шахматистов: программа для II разряда. - М.: Сов. Россия, 1980.

8. Голенищев В.Е. Программа подготовки юных шахматистов IV и III разрядов» ВШК. - М., 1969.

9. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.

10. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Методы шахматного обучения. - Харьков: ФОЛИО, 1997.

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 системы 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».
- Чехов В., Архипов С., Комляков В. Программа подготовки шахматистов
22. 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 спортивной школы, спортсменов-шахматистов и тренеров :

Основная литература:

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 А.М. Школа будущих чемпионов. - М.: ФиС, 1991.
20. Дорофеева А.Г. Хочу учиться шахматам! - М.: Russian Chess House, 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.
26. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М.: Высшая школа, 1990.
27. Злотник Б.А. Типовые позиции миттельшпиля. - М.: ФиС, 1986.
28. Ильин-Женевский А.Ф. От чего зависит шахматный успех // Шахматный бюллетень, 1988, №2, С.18-21.
29. Ильин-Женевский А.Ф. Психология шахматной ошибки // Шахматный бюллетень, 1967, №9, С.267-269.
30. Капабланка Х.Р. Учебник шахматной игры. - М.: ТЕРРА - СПОРТ, 2001.
31. Карпов А.Е. 100 победных партий. - М.: ФиС, 1984.
32. Карпов А.Е. Все о шахматах. - М.: ГРАНД ФАИР ПРЕСС, 2001.
33. Карпов А.Е. О, шахматы!: Двадцать бесед о любимой игре. - М.: ФАИР, 1997.
34. Карпов А.Е., Гик Е.Я. Неисчерпаемые шахматы. - М.: Изд-во МГУ, 1984.
35. Каспаров Г.К. Два матча. - М.: ФиС, 1987.
36. Каспаров Г.К. Безлимитный поединок. - М., 1989.
37. Котов А.А. Тайны мышления шахматиста. - М.: Всерос. шахм. клуб, 1970.
38. Котов А.А. Как стать гроссмейстером. - М.: ФиС, 1985.
39. Котов А.А. Тайны мышления шахматиста. - М.: Всерос. Шахм. клуб, 1970.
40. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. - М.: ФиС, 1975.
41. Крогиус Н.В. Психология шахматного творчества. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 183 с.
42. 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.
43. Ларсен Б. 50 избранных партий. - М.: ФиС, 1972.
44. Липницкий И.О. Проблемы современной шахматной теории. - Киев:

Госмедиздат УССР, 1956.

45. Малкин В.Б. Заметки о мышлении шахматиста // Шахматы, №№ 22-23, 1981. С.6-7, С.12-13.

46. Малкин В.Б. Психология побед и поражений // «64 Шахматное обозрение», 1970, №37.

47. Малкин В.Б. Мышление шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 1983.

48. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов - Киев, Олимпийская литература, 1999.

49. Методы подготовки и организация обучения и соревнований юных шахматистов // Труды первой российской конференции тренеров и организаторов детско - юношеских шахмат Дагомыс- 2003. - Набережные Челны, изд. "Sundries LTD", 2003.

50. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. - М.: ФиС, 1980.

51. Нимцович А. Моя система. - М., 1974.

52. Никитин А.С. С Каспаровым, ход за ходом, год за годом. - М.: изд-во "64", 1998.

53. Панов В.Н. 300 избранных партий Алехина. - М.: ФиС, 1954.

54. Петросян Т.В. Позиционная жертва качества // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.

55. Петросян Т. В. Стратегия надежности. - М.: ФиС, 1985.

56. Смыслов В.В. В поисках гармонии. - М.: Физкультура и спорт, 1979.

57. Спортивная метрология / Под редакцией В. М. Зациорского. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 256 с.

58. Суэтин А.С. Школа дебюта. - М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2001.

59. Таль М.Н., Дамский Я.В. В огонь атаки. - М.: ФиС, 1978.

60. Таль М.Н. «Знание? Интуиция? Риск?» // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.

61. Таль М.Н. Матч Ботвинник - Таль. - Рига, 1961.

62. Тартаковер С. О здоровье шахматиста // Шахматное обозрение, 1983, №6.

63. Фишер Р. Десять величайших мастеров истории шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.

64. Фишер Р. Мои 60 памятных партий. - М.: ФиС, 1972.

Дополнительная литература:

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.

Интернет-ресурсы

Международная шахматная федерация - ФИДЕ

Ассоциация шахматистов профессионалов

Европейский шахматный союз

Международная федерация заочных шахмат - ИКЧ Ф Российская шахматная федерация Шахматная федерация Москвы

1. www.crestbook.com – Шахматы онлайн
2. www.chesspro.ru – шахматный альманах «Профессионально о шахматах»
3. www.russiachess.org – Российская шахматная федерация
4. www.chessplanet.ru - «Шахматная планета»
5. www.gambler.ru – Клуб умных игр
6. www.playchess.com – Игра в шахматы онлайн.