

ПРИНЯТА

решением педагогического совета
ГАУ ДО НСО «СШ по шахматам»

Протокол № 1 от 06.02.2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУ ДО НСО «СШ по шахматам»



П.С. Малетин

06 февраля 2023

**Дополнительная образовательная программа
спортивной подготовки по виду спорта
«спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (шахматы)»**

2023

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА», утвержденным приказом Минспорта России от 28 ноября 2022 г. № 1084¹ (далее – ФССП).

2. Целями Программы являются:

- достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки;
- специализированная спортивная подготовка высококвалифицированных спортсменов по шахматам, способных показывать высокие спортивные результаты на соревнованиях различного уровня;
- спортивная подготовка перспективных спортсменов по шахматам для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих войти кандидатами в составы спортивных сборных команд Новосибирской области и Российской Федерации.

¹ (зарегистрирован Минюстом России от 20.12.2022, регистрационный № 71704).

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

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

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Функциональные группы	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	не ограничивается	6	III	6-12
			II	4-8
			I	3-6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	8	III	4-8
			II	3-6
			I	2-4
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	10	III	2-4
			II	2-4
			I	1-2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	III	1-2
			II	
			I	

4. Функциональные группы, к которым относятся лица, проходящие спортивную подготовку, в зависимости от степени их функциональных возможностей, требующихся для занятий шахматами вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА»

Функциональные группы	Степень ограничения функциональных возможностей	Типы поражений опорно-двигательного аппарата	Спортивный класс, присваиваемый по результатам спортивно-функциональной классификации
I	Функциональные возможности ограничены значительно, лица, проходящие спортивную подготовку, постоянно пользуются для передвижения коляской или подобными техническими средствами и нуждаются в посторонней помощи во время тренировочных занятий и (или) участия в спортивных соревнованиях	1. Гипертонус мышц («b735»): тяжелые формы церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствиями инсульта, черепно-мозговой травмы (например, выраженный спастический тетрапарез, трипарез, парапарез, гемипарез и другие). 2. Атаксия («b760») или Атетоз («b765»): выраженные координационные нарушения, приводящие к невозможности самостоятельно выполнять необходимые действия в шахматах вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА» (например, выраженная атаксическая форма церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствия инсульта, черепно-мозговая травма, рассеянный склероз и другие). 3. Нарушение мышечной силы («b730»): травма спинного мозга на уровне шейного и грудного отделов позвоночника или сопоставимые последствия полиомиелита, мышечной дистрофии, полирадикулоневропатии, спина бифида и прочих заболеваний с выраженным поражением верхних и нижних конечностей и (или) выраженной слабостью мышц туловища, при которых лицо, проходящее спортивную подготовку, не может передвигаться без коляски.	Турнир А

		4. Нарушение диапазона пассивных движений («b7100»-«b7102»): значительное ограничение подвижности суставов верхних и нижних конечностей, например, выраженный артрогрипоз с поражением верхних и нижних конечностей или сопоставимые выраженные ограничения пассивного диапазона движений в крупных суставах конечностей в результате других заболеваний (анкилоз, послеожоговые контрактуры суставов). 5. Дефицит конечности («s720», «s730», «s740», «s750»): ампутации всех четырех конечностей: обеих верхних конечностей на уровне выше локтевых суставов и обеих нижних конечностей на уровне выше коленных суставов, ампутации трех конечностей на аналогичных уровнях, ампутации обеих нижних конечностей на уровне верхней трети бедер и выше (спортсмен не может пользоваться протезами) или сопоставимое недоразвитие (дисмелия) верхних и нижних конечностей.	
II	Функциональные возможности ограничены умеренно, лица, проходящие спортивную подготовку, могут пользоваться коляской и (или) другими техническими средствами опоры, некоторым спортсменам может потребоваться посторонняя помощь во время	1. Гипертонус мышц («b735»): умеренные формы церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствиями инсульта, черепно-мозговой травмы (например, умеренный спастический парализ, гемипарез, монопарез). 2. Атаксия («b760») или Атетоз («b765»): умеренные очевидные координационные нарушения (например, умеренная атаксическая форма церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствия инсульта, черепно-мозговая травма, рассеянный склероз и другие).	Турнир А

	тренировочных занятий и (или) участия в спортивных соревнованиях	3. Нарушение мышечной силы («b730»): травма спинного мозга на уровне поясничного и крестцового отделов позвоночника или сопоставимые последствия полиомиелита, мышечной дистрофии, полирадикулоневропатии, спина бифида и прочих заболеваний, при которых лицо, проходящее спортивную подготовку, способно самостоятельно передвигаться (без коляски, с использованием технических средств опоры) и выполнять другие необходимые действия в шахматах вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА». 4. Нарушение диапазона пассивных движений («b7100»-«b7102»): умеренное ограничение подвижности суставов конечностей, при которых лицо, проходящее спортивную подготовку, способно самостоятельно передвигаться (без коляски, с использованием технических средств опоры), например, артрогрипоз с поражением нижних конечностей или сопоставимые ограничения пассивного диапазона движений, как минимум в двух крупных суставах конечностей в результате других заболеваний (анкилоз, послеожоговые контрактуры суставов). 5. Дефицит конечности («s720», «s730», «s740», «s750»): ампутации обеих верхних конечностей на уровне лучезапястного сустава и выше или сопоставимое недоразвитие (дисмелия) верхних конечностей (указанным лицам, проходящим спортивную подготовку, может потребоваться посторонняя помощь во время тренировочных занятий и (или) участия в спортивных соревнованиях); ампутация одной нижней	
--	---	---	--

		конечности на уровне коленного сустава и выше, ампутации обеих нижних конечностей на уровне голеностопного сустава и выше или сопоставимое недоразвитие (дисмелия) нижних конечностей.	
III	Функциональные возможности ограничены незначительно	1. Гипертонус мышц («b735»): легкие формы церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствиями инсульта, черепно-мозговой травмы (например, спастический парализ, гемипарез, монопарез легкой степени выраженности). 2. Атаксия («b760») или Атетоз («b765»): легкие координационные нарушения, выявляемые при проведении неврологических тестов (например, атаксическая форма церебрального паралича (включая детский церебральный паралич), последствия инсульта, черепно-мозговая травма, рассеянный склероз и другие). 3. Нарушение мышечной силы («b730»): травма спинного мозга (неполное повреждение на уровне любого отдела позвоночника) или сопоставимые последствия полиомиелита, мышечной дистрофии, полирадикулоневропатии, спина бифида и прочих заболеваний с минимальными функциональными ограничениями в нижних конечностях. 4. Нарушение диапазона пассивных движений («b7100»-«b7102»): ограничение подвижности суставов конечностей легкой степени, например, артрогрипоз легкой степени с поражением нижних конечностей или сопоставимые ограничения пассивного диапазона движений, как минимум в двух крупных суставах нижних или	Турнир А

		верхних конечностей в результате других заболеваний. 5. Дефицит конечности («s720», «s730», «s740», «s750»): ампутации или недоразвитие (дисмелия) одной верхней или одной нижней конечности. 6. Разница длины нижних конечностей («s75000», «s75010», «s75020»): минимум 7 см. 7. Низкий рост («s730.343», «s750.343», «s760.349»): снижение роста в результате ахондроплазии или дисфункции гормона роста и другие. Минимальная степень всех поражений соответствует требованиям критериев минимального поражения в классификационных правилах международных спортивных федераций.	
--	--	---	--

Сокращения, используемые в настоящей таблице:

«b735», «b760», «b765», «b730», «b7100»-«b7102», «s720», «s730», «s740», «s750», «s75000», «s75010», «s75020», «s730.343», «s750.343», «s760.349» - коды Международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья Всемирной организации здравоохранения («ICF»).

«Турнир А» - спортивный класс в спортивных дисциплинах шахматы и шашки, установленный в соответствии с классификационными правилами Международной федерации шахмат для лиц с ограниченными возможностями здоровья, позволяющий отнести лицо с поражением ОДА к соответствующей функциональной группе в зависимости от степени ограничения функциональных возможностей.

5. Объем Программы:

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	До года	Свыше года	
Количество часов в неделю	4,5	6	9	12	16	18	20
Общее количество часов в год	234	312	468	624	832	936	1040

6. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

учебно-тренировочные занятия – групповые, индивидуальные и смешанные, в том числе с использованием дистанционных технологий;

учебно-тренировочные мероприятия –

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам	-	14	18	21

	России				
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных		-	-

	мероприятия в каникулярный период	мероприятий в год			
2.5.	Просмотровые учебно- тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

спортивные соревнования – I, II, III функциональные группы

Виды спортивных соревнований, игр	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки	Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Контрольные	2	2	4	1
Отборочные	2	2	4	4
Основные	1	2	2	5

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида

спорта «спорт лиц с поражением ОДА»;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Учреждение направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

7. Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки						
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	До года	Свыше года	
		Недельная нагрузка в часах						
		4,5	6	9	12	16	18	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	3	3	4	4	
		Наполняемость групп (человек) – I, II, III функциональные группы						
		III – 6-12 II – 4-8		III – 4-8 II – 3-6		III – 2-4 II – 2-4		

		I – 3-6		I – 2-4		I – 1-2		I - 1
1.	Общая физическая подготовка	34	26	26	26	30	38	42
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	26	26	30	38	42
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	12	32	32	120	122	125
4.	Техническая подготовка	84/10	110/10	144/14	200/20	234/40	280/50	322/50
5.	Тактическая подготовка	38/8	52/8	70/14	100/20	126/20	130/20	136/23
6.	Теоретическая подготовка	38/8	52/10	70/24	100/30	110/30	120/20	130/20
7.	Психологическая подготовка	28/8	38/18	60/16	88/18	100/30	110/42	113/50
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	12	12	20	26	42
9.	Инструкторская практика	-	4	6	8	16	18	22
10.	Судейская практика	-	4	6	8	16	18	22
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4/4	4/4	8/8	12/12	16/16	18/18	22/22
12.	Восстановительные мероприятия	4/4	6/6	8/8	12/12	14/14	18/18	22/22
13.	Самостоятельная работа	42	56	84	112	150	168	187
Общее количество часов в год		234	312	468	624	832	936	1040

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

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

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

7. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта «шахматы» и терминологии, принятой в виде спорта «шахматы»; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-	В течение года

		тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе	
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта	В течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)	В течение года

3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые Учреждением	В течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе Учреждением	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению	В течение года

		спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов	
--	--	---	--

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

Этап спортивной подготовки	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
	Веселые старты	«Честная игра»	Тренер	1-2 раза в год	Пример программы мероприятия (приложение № 1) Обязательное составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	Проверка лекарственных препаратов	Знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»	Тренер	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3

Этап начальной подготовки					лекарственных препаратов для самостоятельной проверки дома). Сервис по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: http://list.rusada.ru/ (приложение №2).
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	с возраста не менее 7 лет	Спортсмен	1 раз в год	Ссылка на образовательный курс: https://newrusada.triagonal.net
	Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: http://list.rusada.ru/ (приложение №2). Собрания можно проводить в онлайн формате с показом презентации (приложения №3 и №4). Обязательное

					предоставление краткого описательного отчета (независимо от формата проведения родительского собрания) и 2-3 фото.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Веселые старты	«Честная игра»	Тренер	1-2 раза в год	Пример программы мероприятия (приложение №1) Обязательное предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА		Спортсмен	1 раз в год	Ссылка на образовательный курс: https://newrusada.triagonal.net
	Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год	Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»: http://list.rusada.ru/ (приложение №2). Собрания можно проводить в онлайн формате с показом

					презентации (приложение №5 и №6). Обязательное предоставление краткого описательного отчета (независимо от формата проведения родительского собрания) и 2-3 фото.
Этап совершенствования спортивного мастерства высшего спортивного мастерства и	Онлайн обучение на сайте РУСАДА		Спортсмен	1 раз в год	Ссылка на образовательный курс: https://newrusada.triagonal.net

9. Планы инструкторской и судейской практики

№ п/п	Этап подготовки	Программный материал	Результат
1.	Этап начальной подготовки	1.1. Правила шахмат	зачет
		1.2. Основы поведения спортсмена на соревновании	зачет
		1.3. Основные принципы систем проведения соревнований	зачет
2.		2.1. Основы разрешения конфликтов между соперниками за доской	зачет
		2.2. Невозможные ходы и действия судьи.	зачет
3.	Учебно-тренировочный	2.3. Основы круговой системы проведения соревнований	зачет

4.	этап	3.1. Основы судейства при противоречивых ситуациях и апелляциях	зачет
		3.2. Принципы проведения соревнований и поддержания спортивной дисциплины в игровом зале	зачет
		3.3. Основы швейцарской системы проведения соревнований	зачет
		4.1. Основные правила проведения соревнований по классике, быстрым шахматам и блицу	зачет
		4.2. Обращение спортивного судьи с электронными шахматными часами	зачет
		4.3. Основы организации судейства на соревнованиях	зачет
		5.1. Судейство соревнований младших разрядов	зачет
		5.2. Посещение судейских семинаров для юных спортивных судей	зачет
		5.3. Практика судейства соревнований городского уровня	зачет
	6.	Этап ССМ и ВСМ	зачет
6.	Этап ССМ и ВСМ	6.1. Знакомство и постепенное совершенствование в применении официальных Правил шахмат, документов Министерства физкультуры и спорта, Российской и международной шахматных федераций	зачет
		6.2. Судейская и инструкторская практика на соревнованиях областного уровня	зачет
		Получение категории юного судьи и 3 судейской категории	

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

№ п/п	Этап подготовки	Количество часов	Программный материал	Результат
Медицинские, медико-биологические мероприятия				
1.	Начальный этап	8		зачет
	До года	4	1. Медицинское обследование 1 раз в год. 2. Санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью. 3. Выполнение спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.	
	Свыше года	4	1. Медицинское обследование 1 раз в год. 2. Санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью. 3. Выполнение спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.	
2.	Учебно-тренировочный этап	26		зачет
	До трех лет	12	1. Медицинское обследование 1 раз в год. 2. Санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами	

			тренировок и соревнований, одеждой и обувью. 3. Выполнение спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха. 4. Медико-биологические средства восстановления: 1) специальное питание и витаминизация; 2) фармакологические; 3) физиотерапевтические; 4) бальнеологические.	
	Свыше трех лет	14	1. Медицинское обследование 1 раз в год 2. Санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью. 3. Выполнение спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха. 4. Медико-биологические средства восстановления: 1) специальное питание и витаминизация; 2) фармакологические; 3) физиотерапевтические; 4) бальнеологические.	
3.	Этап ССМ	22	1. Медицинское обследование 2 раза в год	зачет

			2. Санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью. 3. Выполнение спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха. 4. Медико-биологические средства восстановления: 1) специальное питание и витаминизация; 2) фармакологические; 3) физиотерапевтические; 4) бальнеологические.	
Восстановительные мероприятия				
4.	Начальный этап	10		зачет
	До года	4	1. Естественные и гигиенические средства восстановления: - рациональный режим дня; - правильное, т.е. рациональное калорийное и сбалансированное питание; - естественные факторы природы. 2. Рациональная организация учебных и тренировочных занятий, активного и пассивного отдыха, питания, специальных профилактически-восстановительных мероприятий, свободного времени.	

	Свыше года	6	1. Организация питания. Многократное питание до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности). 2. Использование естественных факторов природы. Солнечные и воздушные ванны, купание, закаливание, прогулки на воздухе.	
5.	Учебно-тренировочный этап	25		зачет
	До трех лет	12	1. Естественные и гигиенические средства восстановления: - рациональный режим дня; - правильное, т.е. рациональное калорийное и сбалансированное питание; - естественные факторы природы. 2. Организация питания. Многократное питание до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности). 3. Восстановительные процедуры: - после дневной тренировки могут быть использованы вибромассаж, корригирующие упражнения, психореабилитационные процедуры;	

			- в дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна.	
	Свыше трех лет	13	1. Естественные и гигиенические средства восстановления: - рациональный режим дня; - правильное, т.е. рациональное калорийное и сбалансированное питание; - естественные факторы природы. 2. Организация питания. Многократное питание до 5-6 раз в сутки, включая и употребление специальных пищевых восстановительных средств (продукты и напитки повышенной биологической ценности). 3. Восстановительные процедуры: - после дневной тренировки могут быть использованы вибромассаж, корректирующие упражнения, психореабилитационные процедуры; - в дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна.	
6.	Этап ССМ	22	1. Медико-биологические средства восстановления: - специальное питание и витаминизация; - фармакологические; - физиотерапевтические;	зачет

			- бальнеологические. 2. Педагогические средства восстановления: а) рациональное планирование тренировки, т.е. соответствие нагрузок функциональным возможностям организма спортсмена, рациональное сочетание общих и специальных средств тренировки, оптимальное построение тренировочных микро- и макроциклов, волнообразность нагрузки и отдыха, их оптимальное сочетание, широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому, введение специальных восстановительных циклов; б) правильное построение отдельного тренировочного занятия с использованием необходимых вспомогательных средств для снятия утомления в соответствии с суточным стереотипом: полноценная подготовительная и заключительная части занятия, правильный подбор мест занятий, введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона.	
--	--	--	---	--

			3. Психологические средства восстановления: - психологические, - психолого-биологические; - психотерапевтические средства. 4. Психорегулирующие, аутогенные тренировки, индивидуальная работа с психологом с целью снижения уровня нервно-психологического напряжения и уменьшения умственного утомления.	
--	--	--	---	--

III. Система контроля

11. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

11.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

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

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «спорт лиц поражением ОДА (шахматы)» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;

соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»;
изучить антидопинговые правила;
соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства;
проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

11.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»;

выполнить план индивидуальной подготовки;
закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в два года;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;

получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства;

проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

11.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

выполнить план индивидуальной подготовки;

знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь нарушений таких правил;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;
- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях;
- проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.
12. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой Учреждением, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.
13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки

**Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив (I, II, III функциональные группы)	
			мальчики	девочки

1.	И.П. – стоя или сидя. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	количество раз	не менее 5 раз	не менее 5 раз
2.	Бег на 200 м или бег на коляске 100 м за минимальное время	количество раз	не менее 1 раза	не менее 1 раза
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	максимальное	максимальное
4.	И.П. – стоя или сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой руками (в координации)	количество раз	не менее 1 раза	не менее 1 раза

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив (I, II, III функциональные группы)	
			юноши	девушки
1.	И.П. – сидя или стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой (в координации) на максимальное расстояние	количество раз	не менее	
			1 раза	1 раза
2.	И.П. – лежа на спине. Подъем туловища	количество раз	максимальное	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	максимальное	

4.	И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (1кг) руками или рукой из-за головы на максимальное расстояние	количество раз	не менее	
			1 раза	1 раза
5.	И.П. - стоя. Прыжок в длину с места на максимальное расстояние	количество раз	не менее	
			1 раза	1 раза
6.	Бег 300 м или бег на коляске 200 м за минимальное время	количество раз	не менее 1 раза	
Уровень спортивной квалификации				
1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки до трех лет	Не устанавливается		
2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки свыше трех лет	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»		

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки
I, II, III функциональные группы				
1.	И.П. – сидя или стоя. Метание мяча весом 150 г на максимальное расстояние	количество раз	не менее 1 раза	
2.	И.П. – лежа на спине. Подъем туловища	количество	максимальное	

		раз	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи	количество раз	максимальное
4.	И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (2 кг) руками (рукой) из-за головы на максимальное расстояние	количество раз	не менее 1 раза
5.	И.П. – стоя. Прыжок в длину с места на максимальное расстояние	количество раз	не менее 1 раза
6.	Бег 400 м или бег на коляске 300 м за минимальное время	количество раз	не менее 1 раза
Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)			
1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для перевода
и зачисления на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
I, II, III функциональные группы				
1.	И.П. – сидя или стоя. Метание мяча весом 150 г на максимальное расстояние	количество раз	не менее 1 раза	
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью	количество раз	максимальное	
3.	И.П. – сидя или стоя. Бросок медицинбола (2 кг) руками (рукой) из-за головы на максимальное расстояние	количество раз	не менее 1 раза	

4.	Бег 500 м или бег на коляске 400 м за минимальное время	количество раз	не менее 1 раза
Уровень спортивной квалификации			
1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»		

IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)

14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки

ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

До года обучения

Физическая культура и спорт в России

Понятие о физической культуре

Шахматный кодекс в России. Судейство и организация соревнований

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

Исторический обзор развития шахмат

Шахматы в культуре стран Арабского Халифата. Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью

Дебют

Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов. Прорыв центра. Гамбиты. Стратегические идеи гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита

Миттельшпиль

Комбинация с мотивом «спертого мата», использование слабости последней горизонтали, разрушение пешечного центра, освобождение поля, линии, перекрытия, блокировки, превращения пешки, уничтожения защиты. План игры. Оценка позиции. Центр, централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях

Эндшпиль

Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Отдаленная проходная пешка. Пешечный прорыв. Слон против пешки. Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Общефизическая подготовка

Свыше года обучения

Физическая культура и спорт в России

Вопросы развития физической культуры и спорта в стране. Краткий обзор развития шахмат в стране и в мире

Шахматный кодекс в России. Судейство и организация соревнований

Судейство и организация соревнований. Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных соревнований и их место в тренировочном процессе.

Исторический обзор развития шахмат

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

Дебют

Гамбит Эванса, венская партия, королевский гамбит. Стратегические идеи новоиндийской защиты, каталонского начала

Миттельшпиль

Типичные комбинации в миттельшпиле. 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

Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания. Сложные окончания

Основы методики тренировки шахматиста

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

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Российская и зарубежная шахматная литература

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

Общезначительная подготовка

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (СПОРТИВНАЯ СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ)

До трех лет обучения

Физическая культура и спорт в России

Единая Всероссийская классификация. Обзор развития шахмат в России и мире

Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований

Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские

Исторический обзор развития шахмат

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

Дебют

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

Миттельшпиль

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

Эндшпиль

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

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Гигиена умственного труда.

Личная гигиена шахматиста

Основы методики тренировки шахматиста

Понятие о тренировке. Тренировка как единый процесс

Общefизическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Физическая культура и спорт в России

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

Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований

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

Исторический обзор развития шахмат

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

Дебют

Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Стратегические идеи главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро - Канн, отказного ферзевого гамбита

Миттельшпиль

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

Эндшпиль

Поля соответствия в пешечных окончаниях. Конь с пешками против коня с пешками. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Ладья и не крайняя пешка против ладьи. Принцип Тарраша. Позиция Филидора. Построение «мост»

Основы методики тренировки шахматиста

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

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

Закаливание. Роль закаливания в предупреждении инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма

Российская и зарубежная шахматная литература

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста

Общесфизическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Физическая культура и спорт в России

Спортивные школы по шахматам. Всероссийский турнир школьников «Белая ладья»

Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований

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

Исторический обзор развития шахмат

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

Дебют

Эволюция взглядов на дебют. Характеристика современных дебютов. Стратегические идеи русской партии,

скандинавской защиты, русской защиты, принятого ферзевого гамбита, старо-индийской защиты

Миттельшпиль

Атака на короля. Атака короля при односторонних рокировках, атака короля при разносторонних рокировках. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов

Эндшпиль

Много-пешечные окончания. Реализация лишней пешки в много-пешечных окончаниях. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Ладья с пешкой против ладьи пешкой.

Основы методики тренировки шахматиста

Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретения им специальных знаний, навыков, качеств. Круглогодичность тренировок. Циклы, периоды, этапы подготовки шахматиста. Основные требования, предъявляемые к организации тренировочного занятия. Структура индивидуального занятия

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Российская и зарубежная шахматная литература

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

Общefизическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Свыше трех лет обучения

Физическая культура и спорт в России

Организационная структура и руководство физкультурным движением в России. Федерация и министерство по физической культуре и спорту

Шахматный кодекс России. Судейство соревнований

Зачет по судейству и организация соревнований. Инструкторская и судейская практика

Исторический обзор развития шахмат

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

Дебют

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

Миттельшпиль

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

Эндшпиль

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

Основы методики тренировки шахматиста

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

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Российская и зарубежная шахматная литература

Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований

Общефизическая подготовка

Специальная физическая подготовка

ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Физическая культура и спорт в России

Международные связи российских шахматистов. Моральный облик шахматиста

Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований

Зачет по судейству и организации соревнований. Судейская и инструкторская практика

Исторический обзор развития шахмат

М. Ботвинник – первый советский чемпион мира. Российская шахматная школа, ее успехи и роль в мировой шахматном движении, чемпионы мира.

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

Дебют

Понятие дебютной новинки. Стратегические идеи защиты Грюнфельда, защиты Нимцовича, дебюта Рети. Стратегические идеи новоиндийской защиты, каталонского начала

Миттельшпиль

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

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. Стратегическая защита: 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 в середине партии. Типичные комбинации в миттельшпиле. Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки. Позиционная жертва пешки, качества. Игра на двух флангах. Маневренная борьба в закрытых позициях. Типовые позиции. Понятие схемы как плана сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных систем

Эндшпиль

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

Основы методики тренировки шахматиста

Закономерности тренировки шахматиста: совершенствование как многолетний тренировочный процесс, перспективное и годовое планирование, периодизация спортивной тренировки, общая подготовка, специальная подготовка (отработанный дебютный репертуар, наличие выигранных миттельшпильных схем, знание основных эндшпильных позиций, быстрый и безошибочный расчет вариантов).

Методы совершенствования подготовки шахматиста: усвоение шахматной культуры, развитие комбинационного зрения и позиционного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участия в соревнованиях

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста

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

Российская и зарубежная шахматная литература

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

Общесфизическая подготовка

Специальная физическая подготовка

15. Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	2280/3120		
	История возникновения вида спорта «шахматы» и его развитие	70/60	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта «шахматы». Автобиографии выдающихся шахматистов. Чемпионы мира по шахматам. Судейство и организация соревнований. Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных соревнований и их место в тренировочном процессе.
	Дебют	120/200	сентябрь	Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов.
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	70/60	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков. Вопросы развития физической культуры и спорта в стране. Краткий обзор развития шахмат в стране и в мире.
	Исторический обзор развития шахмат	120/200	октябрь	Шахматы в культуре стран Арабского Халифата. Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью. Испанские и итальянские шахматисты XVI – XVII веков. Ранняя итальянская школа. Калабриец Греко. Шахматы как придворная игра.

Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	70/60	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	120/200	ноябрь	Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма
Закаливание организма	70/60	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
Дебют	120/200	декабрь	Прорыв центра. Гамбиты. Стратегические идеи гамбита Эванса, венской партии, королевского гамбита.
Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	70/60	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
Миттельшпиль	120/200	январь	Комбинация с мотивом «спертого мата», использование слабости последней горизонтали, разрушение пешечного центра, освобождение поля, линии, перекрытия, блокировки, превращения пешки, уничтожения защиты.
Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	70/60	февраль	Понятие о технических элементах вида спорта «шахматы». Теоретические знания по технике их выполнения.
Миттельшпиль	120/200	февраль	План игры. Оценка позиции. Центр, централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях. Типичные комбинации в миттельшпиле. Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки. Позиционная жертва пешки, качества. Игра на двух флангах.

	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта «шахматы»	190/260	март	Понятность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся	70/60	апрель	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Эндшпиль	120/200	апрель	Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	70/60	май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
	Эндшпиль	120/200	май	Отдаленная проходная пешка. Пешечный прорыв. Слон против пешки. Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания.
	Дебют	190/260	июнь	Стратегические идеи новоиндийской защиты, каталонского начала.
	Миттельшпиль	190/260	июль	Типичные комбинации в миттельшпиле. 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	190/260	август	Коневые окончания. Король, конь и пешка против короля. Слоновые окончания. Сложные окончания
Учебно-тренировочный	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/	4200/6000		

этап (этап спортивной специализации)	свыше трех лет обучения:			
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	100/120	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований	100/120	сентябрь	Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские.
	Дебют	200/260	сентябрь	План в дебюте. Оценка позиций в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем.
	Физическая культура и спорт в России	100/120	октябрь	Единая Всероссийская классификация. Обзор развития шахмат в России и мире. Единая Всероссийская спортивная классификация и ее значение для развития спорта в России. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания. Основные формы организации занятий физической культурой и спортом среди детей и юношества. Внеклассная и внешкольная спортивная работа.
	Исторический обзор развития шахмат	100/120	октябрь	М.И. Чигорин – основоположник русской шахматной школы. Эммануил Ласкер и его подход к шахматам. Творчество З. Тарраша, Г. Пильсбери, А. Рубинштейна. Шахматная жизнь в начале XX века. Первые международные советские турниры.
	Дебют	200/260	октябрь	Стратегические идеи защиты двух коней, дебюта четырех коней, защиты Филидора, шотландской партии, шотландского гамбита.
	Режим дня и питание обучающихся	100/120	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Исторический обзор развития шахмат	100/120	ноябрь	Мастера XVIII века. Филипп Стамма. Алгебраическая нотация. Андре Франсуа Филидор и его теория.
	Миттельшпиль	200/260	ноябрь	Комбинация как совокупность элементарных тактических идей.

				Сложные комбинации на сочетание идей. Форпост. Вторжение на седьмую (вторую) горизонталь.
	Физиологические основы физической культуры	100/120	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Основы методики тренировки шахматиста	100/120	декабрь	Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения тренировочного процесса перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста.
	Эндшпиль	200/260	декабрь	Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях. Конь с пешкой против двух и более пешек. Конь против пешек.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	100/120	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	100/120	январь	Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Гигиена умственного труда. Личная гигиена шахматиста
	Исторический обзор развития шахмат	200/260	январь	Проникновение шахмат в Россию. Шахматы в культуре русского общества XVIII-XIX веков. Первый русский мастер А.Д. Петров, братья Урусовы, М.С. Шумов. «Самоучитель шахматной игры» Э.С. Шиферса. Шахматные собрания Петербурга. Журнал «Шахматный листок». Шахматы и деятели русской культуры. Первый чемпион мира В. Стейниц и его учение.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	100/120	февраль	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.

Основы методики тренировки шахматиста	100/120	февраль	Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретения им специальных знаний, навыков, качеств. Круглогодичность тренировок. Циклы, периоды, этапы подготовки шахматиста. Основные требования, предъявляемые к организации тренировочного занятия. Структура индивидуального занятия.
Эндшпиль	200/260	февраль	Слон с пешкой против двух и более пешек. Слон против пешек. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи.
Психологическая подготовка	100/120	март	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности.
Дебют	100/260	март	Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Стратегические идеи главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро – Канн, отказного ферзевого гамбита.
Исторический обзор развития шахмат	100/120	март	Французские и английские шахматисты первой половины XIX века. Матч Лабордоне - Мах – Доннель. Автомат Кампелена. Кафе «Режанс». Журнал «Паламед». Немецкие шахматисты середины XIX столетия. Борьба за звание чемпиона мира.
Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	100/120	апрель	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
Российская и зарубежная шахматная литература	100/120	апрель	Обзор мировой шахматной литературы: первые рукописи, средневековые трактаты, первые книги и журналы, литература XIX столетия, современная литература.
Миттельшпиль	100/260	апрель	Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Пешечно-фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Проблемы центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный клин. Подвижный пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки.

	Правила вида спорта «шахматы»	100/120	май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
	Российская и зарубежная шахматная литература	100/120	май	Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований.
	Миттельшпиль	100/260	май	Пешечно-фигурный центр. Центр и фланги. Осада центра с флангов и миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра.
	Эндшпиль	100/260	июнь	Поля соответствия в пешечных окончаниях. Конь с пешками против коня с пешками. Ладья и крайняя пешка против ладьи. Ладья и не крайняя пешка против ладьи. Принцип Тарраша. Позиция Филидора. Построение «мост».
	Основы методики тренировки шахматиста	100/120	июнь	Формы и методы тренировки шахматиста. Занятие как основная форма организации тренировочного процесса. План, содержание и построение теоретического занятия. Содержание практического занятия.
	Российская и зарубежная шахматная литература	100/120	июнь	Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста.
	Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований	100/120	июль	Организация и проведение шахматных соревнований. Положения о соревнованиях, регламент. Подготовка место соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Праздничность соревнований. Порядок оформления отчетов о соревнованиях. Областной турнир школьников на приз «Белая ладья».
	Дебют	100/120	июль	Эволюция взглядов на дебют. Характеристика современных дебютов. Стратегические идеи русской партии, скандинавской защиты, русской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты. Методы работы над дебютом. Принципы составления дебютного репертуара. Стратегические идеи защиты Алехина, Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты.
	Миттельшпиль	100/260	июль	Атака на короля. Атака короля при односторонних рокировках, атака короля при разносторонних рокировках. Контрудар в

				центре в ответ на фланговую атаку. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного» пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.
	Эндшпиль	100/120	август	Много-пешечные окончания. Реализация лишней пешки в много-пешечных окончаниях. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле. Ладья с пешкой против ладьи с пешкой.
	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	100/120	август	Значение питания как фактора обеспечения, сохранения и укрепление здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при различных физических, умственных нагрузках и их восстановление. Понятие о калорийности и усвояемости пищи. Вредное воздействие курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста.
	Миттельшпиль	100/260	август	Защита в шахматной партии. Составление плана защиты, перегруппировка сил. Подвижность слона и коня в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости.
Этап совершенствования спортивного мастерства	Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства:	6600/7200		
	Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта	100/100	сентябрь	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта.
	Физическая культура и спорт в России	100/120	сентябрь	Международные связи российских шахматистов. Моральный облик шахматиста.
	Дебют	200/200	сентябрь	Понятие дебютной новинки. Стратегические идеи защиты Грюнфельда, защиты Нимцовича, дебюта Рети.

Миттельшпиль	100/200	сентябрь	Защита в шахматной партии. Стратегическая и тактическая защиты. Приемы тактической защиты: отражение непосредственных угроз, неожиданные тактические удары, ловушки.
Профилактика травматизма	100/100	октябрь	Понятие травматизма. Перетренированность. Недотренированность. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.
Шахматный кодекс России. Судейство и организация соревнований	100/100	октябрь	Зачет по судейству и организации соревнований. Судейская и инструкторская практика.
Исторический обзор развития шахмат	100/100	октябрь	М. Ботвинник – первый советский чемпион мира. Российская шахматная школа, ее успехи и роль в мировой шахматном движении, чемпионы мира.
Дебют	200/200	октябрь	Стратегические идеи новоиндийской защиты, каталонского начала.
Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	100/120	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
Исторический обзор развития шахмат	100/100	ноябрь	Х-Р. Капабланка и его стиль.
Миттельшпиль	200/200	ноябрь	Пешечный перевес в центре, на ферзевом фланге, на королевском фланге. Пешечные цепи. Блокада пешки и пешечной цепи. Пешечный прорыв.
Основы методики тренировки шахматиста	100/120	ноябрь	Закономерности тренировки шахматиста: совершенствование как многолетний тренировочный процесс, перспективное и годовое планирование, периодизация спортивной тренировки, общая подготовка, специальная подготовка (отработанный дебютный репертуар, наличие выигранных миттельшпильных схем, знание основных эндшпильных позиций, быстрый и безошибочный расчет вариантов).

Психологическая подготовка	100/100	декабрь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.
Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	100/120	декабрь	Требование к режиму шахматиста. Режим во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста.
Российская и зарубежная шахматная литература	100/120	декабрь	Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии)
Миттельшпиль	200/220	декабрь	Размен как средство получения перевеса. Преимущество двух слонов. Стратегическая атака: при разноцветных слонах, по большой диагонали, пешечного меньшинства.
Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	100/120	январь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
Исторический обзор развития шахмат	100/120	январь	Гипермодернизм как новое течение шахматной мысли. Творчество А. Нимцовича, Р. Рети, С. Тартаковера.
Миттельшпиль	200/220	январь	Стратегическая защита: 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.
Эндшпиль	100/100	январь	Компенсация за ферзя, ладью, легкую фигуру.
Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	100/120	февраль	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.

Основы методики тренировки шахматиста	100/120	февраль	Методы совершенствования подготовки шахматиста: усвоение шахматной культуры, развитие комбинационного зрения и позиционного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участия в соревнованиях.
Миттельшпиль	200/220	февраль	Компенсация за ферзя, ладью, легкую фигуру в середине партии. Типичные комбинации в миттельшпиле.
Эндшпиль	100/220	февраль	Ладья против легких фигур.
Восстановительные средства и мероприятия	100/120	март	Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха.
Физическое, патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и содержание в спортивной деятельности	100/120	март	Задачи, содержание и пути патриотического, нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание.
Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	100/110	март	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
Миттельшпиль	200/220	март	Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки. Позиционная жертва пешки, качества.
Восстановительные средства и мероприятия	100/120	апрель	Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика.

	Социальные функции спорта	120/120	апрель	Специфические социальные функции спорта (эталонная и эвристическая). Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции и социализации личности.
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	170/170	апрель	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
	Эндшпиль	240/240	апрель	Ладья и слон против ладьи.
	Восстановительные средства и мероприятия	120/120	май	Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	120/120	май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности.
	Миттельшпиль	240/240	май	Игра на двух флангах. Маневренная борьба в закрытых позициях.
	Эндшпиль	170/170	май	Ферзевые окончания.
	Исторический обзор развития шахмат	120/120	июнь	А. Алехин – первый русский чемпион мира.
	Миттельшпиль	120/120	июнь	Типовые позиции.
	Эндшпиль	140/200	июнь	Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль.
	Судейская практика	170/170	июнь	Изучение и применение правил вида спорта «шахматы» и терминологии, принятой в виде спорта «шахматы»; навыки судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря

				спортивных соревнований; навыки самостоятельного судейства спортивных соревнований; формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей
	Инструкторская практика	170/170	июль	Навыки организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; навыки наставничества; сознательное отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование склонности к педагогической работе
	Миттельшпиль	140/200	июль	Понятие схемы как плана сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных систем
	Эндшпиль	220/120	июль	Сложные окончания
	Формирование здорового образа жизни	120/120	июль	Проведение дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами вида спорта «шахматы»
	Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий	120/120	август	Самостоятельная организация учебно-тренировочной и соревновательной деятельности с учетом всех видов восстановительных мероприятий
	Исторический обзор развития шахмат	120/120	август	Крупнейшие международные турниры середины XX века. Образование ФИДЕ. Система розыгрыша звания чемпиона мира.
	Развитие творческого мышления	170/170	август	Необходимые умения и навыки, способствующие достижению спортивных результатов; развитие навыков спортсменов и их мотивация к формированию культуры спортивного поведения, воспитание толерантности и взаимоуважения; расширение общего кругозора спортсменов.

	Участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях	210/240	август	Мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте. Правила участия в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе Учреждением
--	---	---------	--------	--

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

16. К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» относятся:

- реализация дополнительной образовательной программы спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки, спортивных дисциплин вида спорта «шахматы», функциональных групп, к которым относятся обучающиеся в зависимости от степени их функциональных возможностей и имеющихся поражений ОДА;
- Учреждение самостоятельно распределяет лиц, проходящих спортивную подготовку, на функциональные группы для занятий спортивной дисциплиной вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)»;
- на спортивную подготовку допускается зачисление лиц, у которых отсутствует инвалидность, но присутствуют стойкие функциональные нарушения ОДА, позволяющие отнести их к соответствующим функциональным группам и (или) которые прошли спортивно-функциональную классификацию и им присвоен соответствующий спортивный класс всероссийского или международного статуса;
- Учреждение самостоятельно определяет порядок и сроки формирования групп на каждом этапе спортивной подготовки с учетом особенностей вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» и его спортивных дисциплин;
- в случае недостаточного количества обучающихся для формирования группы спортивной подготовки на этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и (или) тренерского состава, допускается объединение лиц разных функциональных групп с учетом специфики спортивных дисциплин, возрастных, гендерных и функциональных особенностей;
- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование учебно-тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничения в состоянии здоровья;
- для обучающихся, проходящих спортивную подготовку по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)», проводятся занятия, направленные на физическую реабилитацию и социальную адаптацию с учетом функциональных групп, а также индивидуальных особенностей ограничения в состоянии здоровья;
- особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» учитываются при формировании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана

- для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки;
- возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «шахматы» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шахматы» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;
- в зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

17. Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие помещения для игры в шахматы;

наличие раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238);

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки с учетом функциональных групп, спортивных классов и индивидуальных поражений ОДА лиц, проходящих спортивную подготовку

Таблица № 1

№ п/п	Наименование спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
	I, II, III функциональные группы		
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	1
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	6

3.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шахматы)	комплект	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	3
6.	Стулья	штук	6
7.	Часы шахматные	штук	3
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
10.	Ноутбук	штук	1
11.	Мяч для метания 150 г	штук	3
12.	Гантели массивные (от 1 до 5 кг)	комплект	2
13.	Мяч теннисный	штук	6
14.	Скамейка гимнастическая	штук	2

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование							
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки	Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства

				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Шахматная доска складная с шахматными фигурами	комплект	на обучающегося	-	-	1	4	1	3	1	2

обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
2	Кепка	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
3	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
4	Носки	пар	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	4	1
5	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
6	Рюкзак спортивный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1

7	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	2	1
---	------------------	------	-----------------	---	---	---	---	---	---	---	---

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
 обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
 медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

18. Кадровые условия реализации Программы:

укомплектованность Учреждения педагогическими, руководящими и иными работниками - для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися); для подготовки спортивного инвентаря и спортивной экипировки к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям, обслуживания техники, оборудования и спортивных сооружений, необходимых для осуществления спортивной подготовки, допускается привлечение соответствующих специалистов;

уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 19.10.2021 № 734н (зарегистрирован Минюстом России 19.11.2021, регистрационный № 65904), профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 199н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54541), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 197н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный № 54540),

профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04. 2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда России от 31.03.2022 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный № 68499), профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный № 54475) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054);

непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Учреждения.

19. Информационно-методические условия реализации Программы

Список литературных источников

Основная литература:

1. Авербах Ю.Л. Шахматы: методическое пособие. – М., Знание, 1990.
2. Алаторцев В.А. Вопросы методики тренировки шахматистов старших разрядов. – М.: ЦНИИФК, 1962.
3. Алексеев Н.Г., Злотник Б.А. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.
4. Ботвинник М.М. Методы подготовки шахматиста / В кн. Теория и практика шахматной игры: Учеб. пособ. / Под ред. Я.Б. Эстрина. – М.: Высш. школа, 1981.
5. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. – М: ФАИР, 1997.
6. Голенищев В.Е. Подготовка юных шахматистов: программа для II разряда. - М.: Сов. Россия, 1980.
7. Голенищев В.Е. Программа подготовки юных шахматистов IV и III разрядов» ВШК. - М., 1969.

8. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов// В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
 9. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Методы шахматного обучения. – Харьков: ФОЛИО, 1997.
 10. Зак В.Г. Шахматы. Программа для детских спортивных школ по подготовке шахматистов IV и III разрядов. ЦШК. - М., 1959.
 11. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
 12. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
 13. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. – М., 1989.
 14. Костьев А.Н. Программа «Шахматы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ Олимпийского резерва и школ ВСМ», утверждена Комитетом по физкультуре и спорту при Совете Министров СССР в 1978 году.
 15. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М: Физкультура и спорт, 1975.
 16. Малкин В.Б. Проблемы психологической подготовки шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 2001.
 17. Малкин В.Б. Медико-биологические проблемы шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
 18. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и 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. Чехов В., Архипов С., Комляков В. Программа подготовки шахматистов IV-II разрядов. – М., 2007.
 22. Шахматы как предмет обучения и вид соревновательной деятельности. Под общ. ред. Н.А. Алексеева. - М.: ГЦОЛИФК, 2006.
- Дополнительная литература:
23. Авербах Ю.Л. Школа середины игры. - М., Терра-Спорт, 2000.
 24. Авербах Ю., Бейлин М. Путешествие в шахматное королевство. – М., 1988.
 25. Авербах Ю.Л. Школа эндшпиля. - М.: Терра-спорт, 2003.

26. Блох М.В. Комбинационные мотивы. – М.: ДАЙВ, 2006.
27. Блох М. Комбинационное искусство. – М., 1993.
28. Гик Е.Я. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. – М: ФАИР, 1997.
29. Гик Е.Я. Необычные шахматы. – М.: АСТРЕЛЬ: АСТ., 2002.
30. Бологан В.А. Самооценка игрового состояния шахматиста // Шахматы в России, № 2, 1996. С. 42-43.
31. Бологан В.А. О психологической подготовленности шахматиста // «64 Шахматное обозрение», № 2, 1996. С.34-36.
32. Бондаревский И.З. Комбинация в миттельшпиле. - М.: ФиС, 1960.
33. Бондаревский И.З. Атака на короля. - М.: ФиС, 1962.
34. Ботвинник М.М. Методы подготовки к соревнованиям. – М.: Фонд "Михаил Ботвинник", 1996.
35. Ботвинник М.М. Турнирный режим / В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
36. 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.
37. Волчок А.С. Методы шахматной борьбы. - М.: ФиС, 1986.
38. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов// В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
39. Дворецкий М.И. Искусство анализа /Предисл. Г.К. Каспаров. – М.: ФиС, 1989.
40. Дворецкий М.И. Как изучать эндшпиль // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
41. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Школа будущих чемпионов. – М.: ФиС, 1991.
42. Дорофеева А.Г. Хочу учиться шахматам! – М.: Russian Chess House, 2009.
43. Гончаров В.И. Очерки по шахматной педагогике. – Набережные Челны, 2002.
44. Горенштейн Р.Я. Книга юного шахматиста. – М.: АОЗТ "Фердинанд", 1993.
45. Журавлев Н.И. Шаг за шагом. – М.: Русский шахматный дом, 2012.

46. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
47. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. – М., 1989.
48. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М.: Высшая школа, 1990.
49. Злотник Б.А. Типовые позиции миттельшпиля. – М.: ФиС, 1986.
50. Ильин-Женевский А.Ф. От чего зависит шахматный успех // Шахматный бюллетень, 1988, № 2, С.18-21.
51. Ильин-Женевский А.Ф. Психология шахматной ошибки // Шахматный бюллетень, 1967, № 9, С.267-269.
52. Капабланка Х.Р. Учебник шахматной игры. – М.: ТЕРРА – СПОРТ, 2001.
53. Карпов А.Е. 100 победных партий. – М.: ФиС, 1984.
54. Карпов А.Е. Все о шахматах. – М.: ГРАНД ФАИР ПРЕСС, 2001.
55. Карпов А.Е. О, шахматы!: Двадцать бесед о любимой игре. – М.: ФАИР, 1997.
56. Карпов А.Е., Гик Е.Я. Неисчерпаемые шахматы. – М.: Изд-во МГУ, 1984.
57. Каспаров Г.К. Два матча. – М.: ФиС, 1987.
58. Каспаров Г.К. Безлимитный поединок. – М., 1989.
59. Котов А.А. Тайны мышления шахматиста. – М.: Всерос. шахм. клуб, 1970.
60. Котов А.А. Как стать гроссмейстером. – М.: ФиС, 1985.
61. Котов А.А. Тайны мышления шахматиста. – М.: Всерос. Шахм. клуб, 1970.
62. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М.: ФиС, 1975.
63. Крогиус Н.В. Психология шахматного творчества. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 183 с.
64. 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.
65. Ларсен Б. 50 избранных партий. – М.: ФиС, 1972.
66. Липницкий И.О. Проблемы современной шахматной теории. – Киев: Госмедиздат УССР, 1956.

67. Малкин В.Б. Заметки о мышлении шахматиста // Шахматы, №№ 22-23, 1981. С.6-7, С.12-13.
68. Малкин В.Б. Психология побед и поражений // «64 Шахматное обозрение», 1970, № 37.
69. Малкин В.Б. Мышление шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 1983.
70. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов – Киев, Олимпийская литература, 1999.
71. 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.
72. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. – М.: ФиС, 1980.
73. Нимцович А. Моя система. – М., 1974.
74. Никитин А.С. С Каспаровым, ход за ходом, год за годом. – М.: изд-во “64”, 1998.
75. Панов В.Н. 300 избранных партий Алехина. – М.: ФиС, 1954.
76. Петросян Т.В. Позиционная жертва качества // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
77. Петросян Т. В. Стратегия надежности. – М.: ФиС, 1985.
78. Смыслов В.В. В поисках гармонии. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
79. Спортивная метрология / Под редакцией В. М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.
80. Суэтин А.С. Школа дебюта. - М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2001.
81. Таль М.Н., Дамский Я.В. В огонь атаки. – М.: ФиС, 1978.
82. Таль М.Н. «Знание? Интуиция? Риск?» // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
83. Таль М.Н. Матч Ботвинник – Таль. – Рига, 1961.
84. Тартаковер С. О здоровье шахматиста // Шахматное обозрение, 1983, №6.
85. Фишер Р. Десять величайших мастеров истории шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
86. Фишер Р. Мои 60 памятных партий. – М.: ФиС, 1972.

Рекомендуемая литература:

87. Алехин А.А. Международные шахматные турниры в Нью-Йорке 1924-1927 гг. – М.: ФиС, 1989.
88. Алехин А.А. На пути к высшим шахматным достижениям. – М.: Физкультура и спорт, 1991.
89. Алехин А.А. Ноттингем 1936. – М.: ФиС, 1962.
90. Бальсевич В.К. Об эволюционном подходе к разработке биомеханических основ высшего спортивного мастерства //Теор. и практ. физич. культ. – 1980, №1. с.31-33.
91. Болеславский И.Е., Бондаревский И.З. "Петросян – Спасский, 1969" – М.: ФиС, 1970.
92. Бондаревский И.З. Борис Спасский штурмует Олимп. - Калуга: Приок. кн. изд. 1966.
93. Ботвинник М.М. Три матча Анатолия Карпова. - М.: Молодая гвардия, 1975.
94. Ботвинник М.М. Аналитические и критические работы 1928 - 1986 гг.: Статьи, воспоминания. - М.: ФиС, 1987.
95. Бронштейн Д.И. Международный турнир гроссмейстеров: 3-е изд., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1983.
96. Быховский А.А. Мышление шахматиста (по работам Б.М. Блюменфельда) //Шахматный бюллетень, 1967, № 2, С.36-39.
97. Вершинин М.А. Педагогическая система формирования логического мышления обучаемых на основе шахматного материала. Монография. - Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2002.
98. Вершинин М.А. Основы методики преподавания шахмат в высших учебных заведениях физической культуры. - Волгоград: ВГАФК, 2002.
99. Вершинин М.А. Педагогическая технология формирования логического мышления в условиях шахматной деятельности: Монография. - Волгоград: ИПК: Царицын, 2003.
100. Витязев Ф.И. Психологические типы шахматистов. – М.: ФиС, 1928.
101. Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М: ФиС, 1978.
102. Гижицкий Е. С шахматами через века и страны. – Варшава: 1964.
103. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте. – М.:1973.
104. Головкин Н.Н. Пути становления спортивной формы // Шахматы в СССР, 1967, №4, С.102-105.
105. Голубев А.Н., Гутцайт Л.Э. 744 партии Бобби Фишера. В двух томах. Том второй. – М.: Ролег Лимитед, 1993.

106. Горт В., Янса В. Вместе с гроссмейстерами. – М.: ФиС, 1976.
107. Дамский Я. Шипов С. Последняя интрига века. Каспаров–Крамник, Лондон 2000. – М.: Элекс–КМ, 2000.
108. Дворецкий М.И. Как тренироваться // Шахматы в СССР. – 1981. – N2. – С.30 – 32.
109. Дьяков И.Н., Петровский Н.В., Рудик П.А. Психология шахматной игры. М.: ГЦИФК, 1926.
110. Журавлев Н.И. В стране шахматных чудес. – М: «Международная книга», 1991.
111. Журавлев Н.И. Шаг за шагом. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
112. Эйве М. Два матча с Алехиным // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. М.: Высшая школа, 1990, с.307-323.
113. Зак В.Г. Пути совершенствования. – М.: Физкультура и Спорт, 1981. – 200 с.
114. Зак В.Г., Длуголенский Я.Н. Я играю в шахматы: веселое учебное пособие для детей младшего школьного возраста. - СПб: САНТА, 1994.
115. Зак В.Г., Длуголенский Я.Н. Отдать, чтобы найти! – Л.: Детская литература, 1988.
116. Змановский Ю.А. Гармония победы // «64 Шахматное обозрение», 1983, № 22, С.18-19.
117. Капабланка Х.Р. Стиль: идеальное ведение партии // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.
118. Корчной В.Л. Гроссмейстерами не рождается... // Шахматы в СССР, 1967, № 10, С.18-19.
119. Костров В.В. Занимательные шахматы. - СПб: ТРИГОН, 1997.
120. Костьев А.Н. Учителю о шахматах. - М: Просвещение, 1986.
121. Крогиус Н.В. Психология шахматного творчества. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
122. Левенфиш Г.Я. Книга начинающего шахматиста. - М.: ФиС, 1957.
123. Линдер И. М., Линдер В. И. Шахматная энциклопедия. – М.: Астрель, 2004.
124. Мельниченко В.А. Шахматы: две стороны творчества. - Киев: РАД.ШК., 1989.
125. Нежметдинов Р.Г. Шахматы. – Казань, 1985.
126. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. – М.: ФиС, 1986.

127. Пойа Д. Математика и правдоподобные рассуждения. – М.: «Наука», 1975.
128. Симкин Ю.Е., Суханов В.Ю., Барташников А.В. Объективная диагностика оперативной памяти шахматистов-спортсменов. // Теория и практика физической культуры, 1984, № 2, С.55-56.
129. Шпильман Р. О шахматах и шахматистах. – Л.: Лениздат, 1930.
130. Шпильман Р. Теория жертвы. – М.: Физкультура и туризм, 1936.
131. Шахматный словарь. – М.: Физкультура и спорт, 1964.
132. Шахматы. Энциклопедический словарь. – М.: Сов. энциклопедия, 1990.
133. Шерешевский М.И. Стратегия эндшпиля. – М.: ФиС, 1988.

Перечень аудиовизуальных средств

- mapakids.net «Короли шахмат»
- playerbook.ru>videouroki-po-shaxmatam.html «Видео уроки по шахматам»
- chess-portal.net «Чемпионы мира»
- todostep.ru «Самоучитель игры в шахматы»

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- window.edu.ru «Школа шахмат»;
- window.edu.ru «Учимся играть в шахматы»;
- www.crestbook.com;
- www.chesspro.ru;
- www.russiachess.or;
- www.chessplanet.ru.

Лист дополнений и изменений в Дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (шахматы)», утвержденную 06.02.2023

В связи с введением в действие с 16 февраля 2026 года нового Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (шахматы)», утвержденного приказом Минспорта России от 15 декабря 2025 года № 1164, с 16.02.2026 г. в Программу вносятся следующие изменения (дополнения):

1. В разделе I. Общие положения пункт 1 изложить в следующей редакции:

«Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА (шахматы)» с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА», утвержденным приказом Минспорта России от 15 декабря 2025 года № 1164 (далее – ФССП).».

2. В разделе II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки в пункте 7. Годовой учебно-тренировочный план внести изменения в распределение часов:

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки						
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	До года	Свыше года	
		Недельная нагрузка в часах						
		4,5	6	9	12	16	18	20

		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	3	3	4	4	4
		Наполняемость групп (человек) – I, II, III функциональные группы						
		III – 6-12 II – 4-8 I – 3-6		III – 4-8 II – 3-6 I – 2-4		III – 2-4 II – 2-4 I – 1-2		III – 1 II – 1 I – 1
1.	Общая физическая подготовка	23	31	28	37	30	38	42
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	23	31	30	38	42
3.	Участие в спортивных соревнованиях	5	6	47	62	120	122	125
4.	Техническая подготовка	66/13	88/17	117/20	156/30	234/40	280/50	322/50
5.	Тактическая подготовка	51/9	69/10	117/20	156/30	126/20	130/20	136/23
6.	Теоретическая подготовка	75/9	100/16	94/20	125/20	110/30	120/20	130/20
7.	Психологическая подготовка	7/7	9/9	19/14	25/18	100/30	110/42	113/50
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	2	4	5	20	26	42
9.	Инструкторская практика	1	2	5	7	16	18	22
10.	Судейская практика	1	1	4	6	16	18	22
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2/2	2/2	5/5	7/7	16/16	18/18	22/22
12.	Восстановительные мероприятия	2/2	2/2	5/5	7/7	14/14	18/18	22/22
13.	Самостоятельная работа	42	56	84	112	150	168	187
Общее количество часов в год		234	312	468	624	832	936	1040

3. В Разделе IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине) пункт 15. Учебно-тематический план изложить в новой редакции:

Этапы спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	История возникновения вида спорта "спорт лиц с поражением ОДА" и его спортивных дисциплин. Развитие системы организации спортивного движения по виду спорта "спорт лиц с поражением ОДА"	январь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Паралимпийских игр. Расширение географии сотрудничества между различными организациями
	Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	февраль	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	март	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах
	Закаливание организма	апрель	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	май	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме
	Теоретические основы обучения базовым элементам	апрель	Понятие о технических элементах в спортивных дисциплинах вида спорта "спорт лиц с поражением

	техники и тактики по спортивным дисциплинам по виду спорта "спорт лиц с поражением ОДА"		ОДА". Теоретические знания по технике их выполнения
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта "спорт лиц с поражением ОДА"	май -август	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта
	Режим дня и питание обучающихся	сентябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание
	Оборудование и спортивный инвентарь в спортивных дисциплинах вида спорта "спорт лиц с поражением ОДА"	октябрь-декабрь	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	январь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт - явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах
	История возникновения олимпийского и паралимпийского движения	февраль-март	Зарождение олимпийского и паралимпийского движения. История Паралимпийских игр. Термин "Паралимпийские игры". Международная неправительственная организация, управляющая паралимпийским движением - Международный паралимпийский комитет
	Режим дня и питание обучающихся	апрель	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное,

			сбалансированное питание
	Физиологические основы физической культуры	май	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	июнь-август	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	сентябрь	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Методика обучения. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата
	Психологическая подготовка	октябрь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование и спортивный инвентарь в спортивных дисциплинах вида спорта "спорт лиц с поражением ОДА"	ноябрь	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта "спорт лиц с поражением ОДА" и его спортивным дисциплинам, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям
	Правила вида спорта	декабрь	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях
Этап совершенствования спортивного мастерства	Олимпийское и Паралимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта	январь	Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма и паралимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта "спорт лиц с поражением ОДА"
	Профилактика травматизма. Перетренированность/	февраль	Понятие травматизма. Синдром "перетренированности". Принципы спортивной подготовки

	неотренированность		
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	март-апрель	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
	Психологическая подготовка	май	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	июнь-август	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты - специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	сентябрь-декабрь	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений
	Восстановительные средства и мероприятия	в течение переходного периода спортивной подготовки	Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств
Этап высшего	Физическое, патриотическое,	январь	Задачи, содержание и пути патриотического,

спортивного мастерства	нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и содержание в спортивной деятельности		нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание
	Социальные функции спорта	февраль	Специфические социальные функции спорта (эталонная и эвристическая). Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции и социализации личности
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	март-май	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	июнь-август	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты - специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	сентябрь-октябрь	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности

	Восстановительные средства и мероприятия	ноябрь-декабрь	Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения различных восстановительных средств. Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий
--	--	----------------	---

4. В Разделе VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки в пункт 17. Материально-технические условия реализации Программы внести следующие изменения:

- обеспечение спортивной экипировкой

Для спортивной дисциплины шахматы											
469.	Кепка	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
470.	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
471.	Кроссовки	пар	на	-	-	-	-	1	1	1	1

	спортивные легкоатлетические		обучающего ся								
472.	Рюкзак спортивный	штук	на обучающего ся	-	-	-	-	1	1	1	1
473.	Футболка спортивная	штук	на обучающего ся	-	-	-	-	1	1	2	1
474.	Шорты спортивные	штук	на обучающего ся	-	-	-	-	1	1	2	1

Дополнения (изменения) в Программу рассмотрены и
одобрены на педагогическом совете № 1 от 30.01.2026.