

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ШАХМАТАМ И ШАШКАМ»



Утверждено
Директор ФБУ ДО РК «СПШШЦ»

А. И. Карякин
04/04 января 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ШАШКИ»

по спортивной дисциплинам: русские шашки

по этапам спортивной подготовки: этап начальной подготовки,
учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации),
этап совершенствования спортивного мастера,
этап высшего спортивного мастерства

1. Общие положения

1.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шашки» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной дисциплине вида спорта «шашки» русские шашки, с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденным приказом Минспорта России от 24 ноября 2022 г. № 1072 (далее – ФССП), в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта, согласно Таблицы №1.

Таблица №1

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины
русские шашки	089 012 2 8 1 1 1 9

1.2. Целью дополнительной образовательной программы спортивной подготовки является достижение спортивных результатов на основе самостоятельного спортивного и педагогического приятия в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, краткосрочного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач:

- оздоровительные;
- образовательные;
- воспитательные;
- спортивные

2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки Таблица № 2.

Таблица № 2.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, 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)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	8	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	10	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	12	2

2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки Таблица № 3.

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки Таблица № 3.

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				Общее количество часов в год
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5	6	9	10	18
Общее количество часов в год	234	312	468	520	936
					1248

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

- учебно-тренировочные занятия (групповые и индивидуальные, тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки и период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях);

- учебно-тренировочные мероприятия Таблица № 4.

№ п/п	Вид 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 России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным соревнованиям субъектов Российской Федерации	-	14	14	14
2. Сопутствующие 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 мероприятия в каталогах периодической печати	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	-	-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	-	-	До 60 дней

- спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности
Таблица № 5.

Таблица № 5. Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки		Этап высшего спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Контрольные	3	5	5	4
Отборочные	-	2	3	4
Основные	-	1	1	2

- иные виды (формы) обучения: инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и контроль.

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 регламентам вида спорта «шашки»;
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Учреждение направляет своих обучающихся 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.

2.4. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Таблица № 6.

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки				
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап высшего спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
1	Общая физическая подготовка (%)	5	4	3	3	3
2	Специальная физическая подготовка (%)	5	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2	3	10	10
4	Теоретическая подготовка (%)	35	37	40	37	35
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	54	52	47	43	43
6	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1	2	2	2
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1	1	2	2	4

Таблица № 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 высшего спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	До трех лет	Свыше трех лет	До трех лет	Свыше трех лет	До трех лет	Свыше трех лет
		Неделями нагрузки в часе									
		4-5	6	9	10	18				24	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия и числа не до конца проработанных часов									
		1	2	3	3	4				4	
		Наполняемость групп (чел)									
		10-20	10-20	6-12	6-12	2-4				2-4	
1	Общая физическая подготовка	12	12	14	16	28				37	
2	Специальная физическая подготовка	12	9	14	16	28				37	
3	Участие в спортивных соревнованиях	0	6	14	52	94				150	

4	Теоретическая подготовка (практическая подготовка)	82	115	187	192	328	374
5	Тактическая подготовка	46	60	90	90	141	115
6	Теоретическая подготовка	78	94	121	124	240	388
7	Тактическая подготовка	2	10	10	10	20	50
8	Инструкционная подготовка	0	1	3	4	8	10
9	Судейская практика	0	2	6	6	11	15
10	Медицинско-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	0	1	1	4	4	4
11	Восстановительные мероприятия	0	0	6	4	11	56
12	Тестирование и контроль	2	2	2	2	2	2
Общее количество часов в год		214	312	468	520	935	1248

2.5. Календарный план воспитательной работы

Таблица № 8.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направленность работы	Мероприятия		Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность			
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:		В течение года
		<ul style="list-style-type: none"> - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, правилкой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведение спортивных соревнований и качество оказания спортивного судьи и оказания поддержки спортивным соревнованиям; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивной соревнований; - формирование навыков спортивной судейства спортивной соревнований; - формирование навыков спортивной судейства спортивной соревнований; - формирование навыков спортивной судейства спортивной соревнований; 		
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:		В течение года
		<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение навыков организации и проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора-методиста; - составление комплекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с 		

2.	Здоровьесбережение	поставленной задачи.	
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	<p>поставленной задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков самостоятельности; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование готовности к педагогической работе; <p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (нашишие поздравлений, соревнований, репортажи к организации и проведению мероприятий, ведение протокола); - беседа по профилактике дорожно-транспортного травматизма "Нашишие! Дети на дорогах" (беседа, конкурсы); - беседа об запрете табакокурения в школе; - беседа об профилактической работе по проблеме ВИЧ-инфекции, СПИДа, туберкулеза; - беседа о вреде курения в рамках Межшкольного дня отказа от курения; - беседа по Всемирному дню борьбы со СПИДом; - беседа с обучающимися о правилах поведения на дорогах в зимний период; - Проведение бесед с обучающимися о естественных типах в школе, об основных характеристиках; - беседа о профилактике гриппа, и зимний период; - беседа с обучающимися «Передозировка и чести необходимо учиться с детства»; - беседа с детьми гимназии обучающимся: - дни бесед о вреде курения; - беседа об опасности клеща. 	<p>В течение года</p> <p>Сентябрь</p> <p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p> <p>Май</p>
2.2.	Режим питания и отдыха	<p>Практическая деятельность и воспитательная работа обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительность учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, наличие способов закаливания и укрепления иммунитета). 	В течение года

3. Патристическое воспитание обучающихся	3.1. Теоретическая подготовка (воспитание патристическая чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к службе Отечеству, его защите на примере роли, традиций и привычек людей спорта в современном обществе, лекционных спортивного в Российской Федерации, а также, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	В течение года
3.2. Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: <ul style="list-style-type: none"> - физкультурных и спортивных массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в играх, детских открытых (закрытых), направленных на укрепление мероприятий; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, в соответствии с календарем учреждения 	В течение года
4. Развитие творческих способностей	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: <ul style="list-style-type: none"> - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитание толерантности и взаимопомощия. 	В течение года
4.1. Педагогическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)		

4.2. Воспитание толерантности	<ul style="list-style-type: none"> - патристическое поведение болельщиков; - расширение опыта кругозора юных спортсменов - беседа по выполнению требований закона по обеспечению защиты детей от любых форм физического и психического насилия; - беседа «Уважай других – один из законов морали»; - беседа «Будь толерантным»; - беседа к международному дню толерантности - беседа «Людские отношения друг к другу»; - беседа «Дети, любви, смелости и верности»; - беседа «Семейно-бюджетной культуры» «Оби семья нет счастья на земле». 	Сентябрь Октябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь февраль
-------------------------------	--	--

2.6. План мероприятий, направленных на привлечение внимания в спорте и борьбу с ним

План мероприятий, направленных на привлечение внимания в спорте и борьбу с ним

Таблица № 9.

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятий и его формы	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Начальной подготовки	Теоретические занятия <ul style="list-style-type: none"> - «Дети спорта – честная игра» 	1 раз в год	Научить обучающихся соблюдать правила
	Проверка лекарственных препаратов (наличие с международным стандартом «Запрещенный список»)	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервис по проверке препаратов в базе домашнего задания (тренер-преподаватель выдает спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома)
Антидопинг олимпиад	«Другие секторы»	По назначению	Проведение лекториев на спортивных мероприятиях
Олимпиады РУСАДА	Очные обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Проведение онлайн-курса – это обязательная часть системы антидопингового образования
Родительско с собрания	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей сервисом по проверке препаратов

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Артисно-литературная секция	«Взрослый артистический танец», «Роль танца-артиста и артиста в развитии в процессе формирования артиста балетной культуры»	По итогам	Проведение мастер-классов на спортивных мероприятиях
	Дальнейшее обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Проведение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Секция для спортсменов и тренеров-преподавателей	«Роль родителей в процессе формирования артиста балетной культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку для родительского собрания вопрос по антидопингу. Рассмотреть памятки для родителей. Начать родительскую школу.
	Родительские собрания		1 раз в год	Проведение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Секция «Взрослый артистический танец», «Роль танца-артиста и артиста в развитии в процессе формирования артиста балетной культуры»		1-2 раза в год	Рассмотрение видеозаписей на протяжении года

2.7. План инструкторской и судейской практики

Таблица № 10.

Этап спортивной подготовки	План инструкторской и судейской практики	
	Содержание мероприятий и его форма	Сроки проведения
Начальная подготовка	Обучающийся в роли помощника тренера-преподавателя, инструктора-методиста	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Обучающийся в роли помощника тренера-преподавателя, инструктора-методиста. Принять участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
	Беседы, семинары, практические занятия, самостоятельное изучение литературы по танцам по организации и проведению соревнований в качестве судьи.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Практические занятия с использованием, принятием и анализом терминологий, основных методов построения учебно-тренировочного занятия.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
	Практические занятия, направленные на развитие способности обучающегося наблюдать за выполнением упражнений другими обучающимися, находить ошибки и исправлять их.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Практические занятия по обучению самостоятельного ведения анализа танцевальных партий, регистрировать результаты выступлений на соревнованиях, делать их анализ.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
	Обучающийся в роли помощника тренера-преподавателя, инструктора-методиста. Принять участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Беседы, семинары, практические занятия, самостоятельное изучение литературы по танцам по организации и проведению соревнований в качестве судьи.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
	Практические занятия на развитие судейских навыков путем изучения правил соревнований, практические обучающиеся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в споре и других группах, ведения протоколов соревнований.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом

Практическое занятие, направленное на формирование умения самостоятельно составлять конспект учебно-тренировочного занятия, проводить занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по пляжкам в школьных соревнованиях в качестве ассистента, судьи, секретаря.	В соответствии с годовым учебно-тренировочным планом
--	--

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

Таблица № 11.

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения
Начальной подготовки	До года Практические занятия с использованием корригирующих упражнений и психофизикальных процедур.	В течение года
	Свыше года Практические занятия с использованием корригирующих упражнений и психофизикальных процедур.	В течение года
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	До трех лет Изучение и составление восстановительных комплексов.	В течение года
	Свыше трех лет Использование и соревновательном периоде медико-биологических и психологических средств.	В течение года
Этап совершенствования спортивного мастерства	Составление режиски для, правильного, рационального питания.	В течение года
	Изучение литературы по психологии питания.	В течение года
Этап высшего спортивного мастерства	Изучение и составление восстановительных комплексов.	В течение года
	Использование в соревновательном периоде медико-биологических и психологических средств.	В течение года
Этап высшего спортивного мастерства	Составление режиски для, правильного, рационального питания.	В течение года
	Изучение литературы по психологии питания.	В течение года
Этап высшего спортивного мастерства	Изучение и составление восстановительных комплексов.	В течение года
	Использование в соревновательном периоде медико-биологических и психологических средств.	В течение года

Использование в соревновательном периоде медико-биологических и психологических средств	В течение года
Составление режиски для, правильного, рационального питания	В течение года
Изучение литературы по психологии питания	В течение года

3. Система контроля

3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях

По итогам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шашки» применительно к этапам спортивной подготовки, лица, прошедшие спортивную подготовку (обучившиеся), должны выполнять следующие требования, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

3.1.1. На этапе начальной подготовки:

- изучать основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шашки»;
- получить общие знания об антропометрических параметрах;
- соблюдать антропометрические правила;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

3.1.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивно специализации) на:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучать правила безопасности при занятиях видом спорта «шашки» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режиски учебно-тренировочных занятий;
- изучать основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть основными теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шашки»;

- изучать антропометрические правила;
- соблюдать антропометрические 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.

- получать уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3.1.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

- 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 "шахки";
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания анатомических 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.

3.1.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

- 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;

- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного звания "мастер спорта России" или выполнять нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного звания "россиекстер России" и (или) "мастер спорта России международного класса не реже одного раза в два года;

- достигать результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской

Федерации;

- демонстрировать высокие спортивные результаты в международных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

3.2. Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахки» осуществляется собой систему контроля, включающую дифференцированную и объективную мониторинг результатов учебно-тренировочного процесса, соревновательной деятельности и уровня подготовленности обучающихся. Мониторинг обеспечивает текущий контроль, промежуточную и итоговую информацию об уровне и результатах освоения программы контроля, предоставления спортивной подготовки каждым отдельным обучающимся спортсменом, предоставлении выполнения нормативных и квалификационных требований по годам и этапам спортивной подготовки (Приложение № 1).

3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки

Обязательное контрольное тестирование включает нормативы по общей физической подготовке, специальной физической подготовке, уровню спортивной квалификации, основанные на требованиях федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахки».

Таблица № 12.

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

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Нормативы общей физической подготовки			
			Норматив до года обучения	мальчики до года обучения	девочки до года обучения	мальчики до года обучения
Нормативы общей физической подготовки						
1.	Бег на 30 м	с	не более 6,9	7,1	6,7	6,8
2.	Стойание и рывок в упоре лежа на полу	кличество раз	не менее 7	4	10	6
3.	Сквозное передвижение на 1000 м	мин, с	не менее 7,10	7,35	7,00	7,25
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+1	+3	+3	+4
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 115	110	125	120
6.	Челночный бег 3x10м	с	не более 10,4	10,9	10,2	10,6
7.	Приседание без отягощения	кличество раз	не менее 5	5	не менее 10	8

Таблица № 13.
Нормативы общей физической подготовки в уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «шашки»»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	6,7	7,1
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более 5,50	6,20
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	13	не менее 7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+4	+5
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более 10,0	10,4
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	3	не менее -
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	-	не менее 9
1.8.	Присаживание в длину с места толчком двумя ногами	см	140	не менее 135
1.9.	Проведение без остановки	количество раз	15	не менее 13
2. Уровень спортивной квалификации				
2.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды - «третий спортивный спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	количество разрядов	«третий спортивный спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»
2.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды - «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	количество разрядов	«третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»

Таблица № 14.

Нормативы общей физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «шашки»»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 10,5	11,0
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более 4,50	6,00
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 16	13

1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+6	+8
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	5	не менее -
1.6.	Подтягивание из виса лежа на высокой перекладине 90 см	количество раз	-	не менее 15
1.7.	Присаживание в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 160	150
2. Уровень спортивной квалификации				
2.1.	Спортивные разряды, охватывают в мастера спорта»			

Таблица № 15.

Нормативы общей физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «шашки»»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более 9,9	10,3
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более 9,30	11,30
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	20	не менее 14
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+9	не менее +13
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	7	не менее -
1.6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	-	не менее 17
1.7.	Присаживание в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 175	165
2. Уровень спортивной квалификации				
2.1.	Спортивные разряды «мастер спорта России» и (или) «гроссмейстер России»			

Оценочный материал представлен комплексами контрольных упражнений для оценки технической, тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки. Проводится урочное тестирование Приложение № 2.

4. Рабочая программа по виду спорта «шашки» по спортивной дисциплине русские шашки

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

Этап Начальной подготовки:

Грунт начальной подготовки до года
Физическая культура и спорт в России.

Понятие о физической культуре.

Шапечный кодекс.

Шапечная доска. Нотики. Правила игры. Правила: «Гроду-ходю», «Обит, обягательско». Турнирная дисциплина.

Исторический обзор развития шашек.

Возникновение шашечных игр. Появление шашек на Руси. Упоминание о них в былинах и других литературных источниках. Шахи в культурной жизни России.

Дебют.

Начальные сведения об основных стадиях партии: начало, середина, окончание. Как начинать партию. Сила центра. Правильное развитие фиангов. Дебютные лажушки.

Миттельшпиль.

Что делать после дебюта. Преимущество центральных шашек перед бортовыми. Остатке шашки. Золота шашка. Понятие комбинации. Различные виды комбинаций. Способы построения комбинации: вытравливание шашек, переброска шашек на необходимые поля.

Эндшпиль.

Преобразование шашек в дамки. Ценность дамки и шашек. Обрезание. Петля, двойная петля, задержание, оппозиция, столбик.

Грунт начальной подготовки свыше года

Физическая культура и спорт в России.

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

Шапечный кодекс.

Правила игры. Правила: «Гроду-ходю», «Обит обягательско». Нотики, запись партии. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские, сеансы одновременной игры.

Исторический обзор развития шашек.

Возникновение шашечных игр. Появление шашек на Руси. Шахи в культурной жизни России. Ассамблея Петра I. Первая книга о шашках А.Д. Петрова. Периодическая шашечная печать XIX – начала XX веков.

Дебют.

Сила центра. Правильное развитие фиангов. Дебюты «Коза», «Лячюк», «Отгагруд», «Гроду-ходю» - первые 5-6 ходов.

Миттельшпиль.

Преимущество центральных шашек перед бортовыми. Понятие «активное поле». Значение полей d4, f4, (e5, e5). Понятия кол, тэчок, рокоп, связка, зажак. Комбинации. Финальные удары с различных полей.

Эндшпиль.

Нормальные окончания. Четыре дамки против одной. Три дамки против одной. Третьольник Петрова.

Грунт спортивной специализации до трех лет. 1 год обучения

Физическая культура и спорт в России.

Египетская Всероссийская спортивная классификация. Обзор развития шашек в России и мире.

Шапечный кодекс.

Судейство соревнований. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская, смешанная, система микромерчей. Различия в правилах русских и иностранных шашек.

Исторический обзор развития шашек.

Достижения сильнейших мастеров России С.А. Воронцова, Ф.А. Каулена, А.И. Шопина, Роль М.К. Голцева, Д.И. Саргина, П.Н. Болдынского в популяризации шашек.

Дебют.

Дебютные лажушки. Дебюты «Перекуресток», «Вилочка», «Обратная городская»- первые 5-6 ходов.

Миттельшпиль.

Определение позиций стратегии и тактики. Расчет и план. Ударные колонны, их роль в борьбе за активные поля. Остатке шашки. Изолированные шашки. Простейшие приемы иницииции Проура. Иск и механизмы комбинаций.

Эндшпиль.

Борьба проуктов. Понятия: размен, выигранный темпа, оппозиция, скользящий размен, задержание, распутие, вилка, трамплин.

Грунт спортивной специализации до трех лет. 2 год обучения

Физическая культура и спорт в России.

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

Шапечный кодекс.

Основные положения Российского шапечного кодекса. Правила приуждения нитчей. Фиксирование падения флажка. Различные нормы

Исторический обзор развития шашек.

Расчет шапечного спорта в советское время. Периодическая шашечная печать. Первые чемпионаты страны.

Дебют.

Дебюты «Игра Болдынского», «Отказанная игра Болдынского»- первые 5-6 ходов. Дебют «Журта Кучуева» - начальное представление.

Миттельшпиль.

Важность колонны g1, f2, e3 (b8, e7, d6) для борьбы с центральными шашками соперника. Сила и слабость шашки e5 (d4). Ренето – серьезная изюк позиция. Экономичность и инициатива при связке. Основные типы связей в центре и на

флангах. Эским. Остатки шашки a1 (h8), и h2 (a7). Причины их образования и способы ликвидации. Элементы техники расчета. «Дерево вариантов».

Задачи.

Пример: самоотграничение. Три дамки против дамки и простой. Позиция Сартина.

Группа спортивной специализации до трех лет: 3 года обучения

Физическая культура и спорт в России.

Спортивные школы. Всероссийский турнир школьников «Белая ладья».

Шаленный кодекс.

Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревновании. Правила определения цвета шашек.

Исторический обзор развития шашек.

Роль старшего поколения русских мастеров в становлении советской шашечной школы. Творчество В.В. Мелкова, Н.А. Кукуева. Появление талантливых мастеров: С. Натова, Б. Блиндера, Д. Шебелева, И. Тимоковского.

Дебют.

Борьба за центр. Дебюты «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Киевская защита», «Новокожевская защита» - общий обзор, первые 7-8 ходов. «Центральная партия» - несколько форсированных вариантов. «Новое начало» - трудность, возникающие из-за преждевременной активизации правого фланга черных. «Игра Романчычева» - использование перевязки черных посредством связи центра с полем f4. «Обратная игра Болдынского» - обилие возможностей.

Миттельшпиль.

Ротация. Способы ее постановки. Способы выхода из ротации. Экономичные и неэкономичные ротации. Типовые комбинационные приемы. Расположение шашек и их влияние на оценку позиции. Параллельные шашки. Безупорные шашки. Способы борьбы с ними. Коловые позиции. Сильный кол, укрепление его ударными колоннами. Борьба против кола. Изоляция кола шашкой d4 (e5). Взаимодействие флангов, значение их гармоничного развития. Слабые фланги. Связь шашек первого ряда с ослабленным флангом. Атака слабого левого фланга. Преждевременное овладение полем f4 (e5) - причина атаки правого фланга. Способы атаки шашки c5 (h4) при слабом фланге. Сильный и слабый центр. Техника фиксации бортовых шашек соперника. Связка центра с полем f4 (e5). Главная задача - торможение развития фланга соперника и стеснение его правого фланга. Подготовка комбинации. Неотраженные угрозы. Олигочные комбинации: Жертва. Контроль. Специфика планирования игры в открытых и связанных позициях. Тренерская работа.

Эндшпиль.

Профи. Активное расположение шашек. Жертва шашки. Прием отбраковки. Переход в дамочный эндшпиль. Окончания с проходными шашками у обеих сторон.

Группа спортивной специализации свыше трех лет: 4 года обучения

Физическая культура и спорт в России.

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

Шаленный кодекс.

Пронесение соревнований по артуловой и швейцарской системе. Система коэффициентов при определении победителей. Организация и проведение соревнований. Положение о соревновании. Регламент. Документация. Отчет о проведении соревнований.

Исторический обзор развития шашек.

В.А. Соков - корифей русских шашек. Его достижения в теории, практике, композиции. Развитие шашек после Великой Отечественной войны. Спортивные и творческие достижения сильнейших гроссмейстеров и мастеров.

Дебют.

«Городская партия». Идея связи центра с полем c5. «Обратная городская партия» - знакомство с основными системами. «Отыгрыши», «Старая партия», «Защита Котана» - общий обзор, знакомство с основными системами. «Косая Сартина». Последствия хода 5...hg7. «Косая Хромото», основные варианты. «Обратный кол», «Обратный тычок» - общий обзор, знакомство с основными системами.

«Косая» с 5. h62 - основные системы. «Жертва Кукуева» - усвоение основных идей, обзор основных систем. «Перекресток», система с 3... f67. Ход 1. e3-d4. «Игра Филипова». Основные системы дебюта. «Кол» с 4. e4d4 - основные системы. «Игра Болдынского» - основные системы. «Отказанная игра Болдынского» обзор систем развития. «Обратная игра Болдынского» - основные системы. «Отказанная обратная игра Болдынского» обзор систем развития. Дебюты «Игра Давыдова», «Игра Рамаи-Цухраника», «Жертва Шопина-Харьянова» - общий обзор.

Миттельшпиль.

Борьба против кола. Перехват центра разменом кола. Разрыв по флангам и его использование. Способы усиления преимущества в центре. Перефразитис, выгодное и невыгодное перефразитис. Обходная борьба за центр. Перехват активных полей. Окружение центра. Симметричные позиции. Принципы их развития. Значение темпа. Косюковые позиции. Комбинации, контр-комбинации. Их расчет. Жертвы для захвата полей. Спасющие жертвы. Ошибочные жертвы. Важность точного расчета при жертве. Техника расчета. Учет угроз и тактических моментов.

Гамбитные позиции. Основные принципы их развития. Значение темпа. Комбинационные идеи в гамбитных позициях. Позиция со связкой левого фланга. Жертвы и комбинационные идеи в позициях со связкой левого фланга. Открытые и закрытые позиции. Игра на отравление - важнейший принцип стратегии. Игра на окружение. Слабость шашки d4 (e5). Принципы окружения. Тренерская техника расчета. Учет угроз и тактических моментов.

Эндшпиль.

Дамка и 2 простые против дамки. Две дамки и простая против дамки и простой. Окончания с проходными шашками у обеих сторон. Использование тактических приемов в эндшпиле. Позиция Сартина. Проводка шашки c1. Ницель в позициях 2 X 2 шашка, 3 X 3 шашки, 4 X 4 шашки.

Этап совершенствования спортивного мастерства

Группа совершенствования спортивного мастерства

Физическая культура и спорт в России.

Международные связи российских шахматов. Моральный облик шахматиста.

Шахматный кодекс.

Ознакомление с шахматным кодексом ФМЖД. Развитие в шахматных кодексах России и ФМЖД. Системы подсчета рейтингов.

Особенности ведения партии. Фиксирование ничьей. Фиксирование падения флага. Разновидности контроля с добавлением времени.

Исторический обзор развития шахмат.

Советские мастера и гроссмейстеры 60-х – 80-х годов. Роль В.С. Липницова в систематизации и исследовании дебютной теории. Работы З.И. Цирлика в области окончаний. Развитие шахмат в последние десятилетия. Системы проведения чемпионатов страны. Развитие шахмат в мире. Чемпионаты и первенства мира.

Дебют.

Принципы создания индивидуального дебютного репертуара.

Изучение дебютов по 7 полуходам, примененным в соревнованиях кадетов, юниоров, молодежи, мужчин, женщин:

I 1. а3-б4.

«Игра Болдинского» - варианты 1. а3-б4 б6-а5 2. вd3 за белых и за черных, система 1. а3-б4 б6-а5 2. е3-д4 за черных.

«Отказанная игра Болдинского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. е3-д4

1... б6-а5 «Коло» «Коло» с 1. е3-д4 – за белых

1... б6-е5 «Косая» с 5. аb2 - основные системы за белых.

1... д6-е5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых.

1... б6-е5 «Обратный ход», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых.

1... б6-е5 «Жертва Кукуева», «Обратный тычок» - обзор основных систем за черных, «Косая» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Блиндера за белых и за черных.

I... б6-е5 «Обратная игра Болдинского», «Отказанная обратная игра Болдинского» - основные системы за белых при ходе 1. е3-д4.

III 1. е3-д4 «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Кол-угольник», «Коло» с 3... h8-g7 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия», «Открытый», «Старая партия», «Игра Котлява», «Обратная игра Болдинского», «Отказанная обратная игра Болдинского» - основные системы за белых при ходе 1. е3-д4, «Вилочка», «Новое начало», «Игра Дьячкова» - основные системы за белых.

«Атака шахки g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Цуверника», «Центральная партия» - основные системы за черных.

IV 1. е3-д4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. е3-д4 «Игра Шмуйльва» - основные системы.

VI 1. е3-д4 «Игра Каулена», «Отказанная игра Каулена» - основные системы.

VII 1. е3-д4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы.

Дальнейшая работа над созданием индивидуального дебютного репертуара. Углубленное изучение дебютов по 7 полуходам, примененным в соревнованиях кадетов, юниоров, молодежи, мужчин, женщин:

I 1. а3-б4.

«Игра Болдинского» - варианты 1. а3-б4 б6-а5 2. вd3 за белых и за черных, система 1. а3-б4 б6-а5 2. е3-д4 за черных.

«Отказанная игра Болдинского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. е3-д4

1... б6-а5 «Коло», «Коло» с 1. е3-д4 – за белых

1... б6-е5 «Косая» с 5. аb2 - основные системы за белых.

1... д6-е5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых.

1... б6-е5 «Обратный ход», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых.

1... б6-е5 «Жертва Кукуева», «Обратный тычок» - обзор основных систем за черных.

«Косая» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Блиндера за белых и за

черных.

1... б6-е5 «Обратная игра Болдинского», «Отказанная обратная игра Болдинского»

- основные системы за белых при ходе 1. е3-д4.

III 1. е3-д4 «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Кол-угольник», «Коло» с 3... h8-g7 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия» «Открытый», «Старая партия», «Игра Котлява», «Обратная игра Болдинского», «Отказанная обратная игра Болдинского» - основные системы за белых при ходе 1. е3-д4, «Вилочка», «Новое начало», «Игра Дьячкова» - основные системы за белых.

«Атака шахки g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Цуверника», «Центральная партия» - основные системы за черных.

IV 1. е3-д4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. е3-д4 «Игра Шмуйльва» - основные системы.

VI 1. е3-д4 «Игра Каулена», «Отказанная игра Каулена» - основные системы.

VII 1. е3-д4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы. Изучение дебютов с применением компьютерных баз данных.

Системы игры с жеребьевкой начальных ходов и позиций.

Миттельшпиль.

Блокада фланга. Позиции со связкой правого фланга. Прямая развилка в таких позициях. Комбинированные ислы в позициях со связкой правого фланга. Симметричные позиции с взаимной связкой в центре, с косвой или гамбитной связкой. Развитие таких позиций. Комбинированные назв. Жертвы для подготовки комбинации или создания путшванга.

«Виспяк» - центр, техника его подрыла и перекрести вышестоятым.

Окружение центра. Стратегия хода e3-f4. Сочетание шаек e5, h6 (a3, f4).
Соединение левого фланга черных с колю g5. Оригинальные планы.

Теория темпов по методике Д.М. Рама.а.

Обработка полного и точного расчета в миттельшпилевых позициях

Эксплицишь.

Три дамки против дамки и двух простых. Дамки против простых. Борьба простых. Оригинальные окончания.

Шахматные этюды. Связь этюдного творчества с практической игрой.

Экспликация техника на примере творчества чемпионов мира. Техника реализации преимуществ в окончаниях 3 X 3, 4 X 4. Оригинальные планы, жертвы шаек.

Этап высшего спортивного мастерства

Группа совершенствования спортивного мастерства

Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований.

Шахматный кодекс ФМЖД. Особенности ведения партии. Фиксирование ничьей. Фиксирование платежей флажка. Разнообразности контроля с добавлением времени в турнирах по быстрым шакам и молниеносной игре.

Исторический обзор развития шаек.

Развитие шаек в последние десятилетия. Системы проведения чемпионатов мира и Европы. Особенности проведения турниров с выбыванием.

Добьют.

Дальнейшая работа над созданием индивидуального дебютного репертуара. Углубленное изучение дебютов по 7 полуходам, применяемым в соревнованиях кадетов, юниоров, молодежи, мужчин, женщин.

I 1. a3-b4.

«Игра Болдинского» - варианты 1. a3-b4 b6-a5 2. hа3 за белых и за черных.

система 1. a3-b4 b6-a5 2. e3-d4 за черных.

«Отказанная игра Болдинского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. e3-f4

1... b6-a5 «Коло» с 1. e3-d4 - за белых

1... b6-e5 «Косая» с 5. ab2 - основные системы за белых.

1... d6-e5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых.

1... b6-e5 «Обратный кол», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых.

1... b6-g5 «Жерта Кухуева», «Обратный талько» - обзор основных систем за черных, «Косая» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Блиндера за белых и за черных.

1... b6-g5 «Обратная игра Болдинского», «Отказанная обратная игра Болдинского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-f4.

III 1. e3-d4 «Дневная защита», «Новодевичинградская защита», «Кол-

утовичко», «Коло» с 3... h8-g7 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия» «Отгрыши»,

«Старая партия», «Игра Когана», «Обратная игра Болдинского», «Отказанная

обратная игра Болдинского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4;

«Виспяк», «Ньюное начало», «Игра Дьячкова» - основные системы за белых.

«Атака шаки g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Гуревича», «Центральная партия» - основные системы за черных

IV 1. e3-d4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. e3-f4 «Игра Шкуляк» - основные системы.

VI 1. e3-f4 «Игра Кевлена», «Отказанная игра Каруана» - основные системы.

VII 1. e3-b4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы.

Изучение дебютов с применением компьютерных баз данных. Системы игры с жертвовой начальных ходов и позиций.

Миттельшпиль.

Обработка техники разгрызания центральных позиций. Захват и удержание активных полей. Развитие атаки. Выход на поле e5. Разрыв по флангам. Окружение центра. Игра на перекрестии сил противника. Оригинальные планы. Обработка полного и точного расчета в миттельшпилевых позициях.

Эксплицишь.

Шахматные этюды. Связь этюдного творчества с практической игрой. Экспликация техника на примере творчества чемпионов мира. Техника реализации преимуществ в сложных окончаниях. Оригинальные планы, жертвы шаек. Анализ эндшпильных позиций с использованием компьютерных программ.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

Физическая культура и спорт в России

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

Единая Всероссийская спортивная классификация. Различные нормы и требования по шакам. Почетные спортивные звания.

Основные формы организации занятий в спортивной школе.

Всероссийские соревнования для обучающихся, спартакиады, всероссийский турнир школьных команд. Международные связи российских шахматистов.

Шахматный кодекс.

Шахматная доска. Нотации. Правила игры. Правила «отрубул-хода», «биты обязательным». Турнирная дисциплина. Правила игры. Правила: «отрубул-хода», «биты обязательным». Нотация, запись партии. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские, сенсация однокруговой игра. Судейство соревнований. Системы проведения соревнований: круговая,

олимпиада, швейцарская, смешанная, система микрометчей. Развитие в правилах русских и шотландских шахек. Основные положения Российского шахматного кодекса. Правила присуждения ничьей. Фиксирование падения флажка. Различные нормы. Контроль времени на одушевление ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правила определения цвета шаек. Система коэффициентов при определении победителей. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Деюментация. Отчет о проведении соревнований. Ознакомление с шахматным кодексом ФМЖД. Различия в шахматных кодексах России и ФМЖД. Системы подсчета рейтингов. Особенности ведения партии. Фиксирование ничьей. Фиксирование падения флажка. Разновидности контроля с добавлением времени. Регламент ФМЖД. Нормы международных знаний. Международные рейтинги, система подсчета.

Исторический обзор развития шахек

Возникновение шахматных игр. Появление шахек на Руси. Упоминание о них в былинах и других литературных источниках. Шахлы в культурной жизни России. Ассамблея Петра I. Первая книга о шахках А.Д. Петрова. Периодическая шахматная печать XIX – начала XX века. Достижения сильнейших мастеров России С.А. Воронцова, Ф.А. Кнумена, А.И. Шопина. Роль М.К. Голыева, Д.И. Саргина, П.Н. Болонского в популяризации шахек. Расцвет шахматного спорта в советское время. Периодическая шахматная печать. Первые чемпионаты страны. Роль старшего поколения русских мастеров в становлении советской шахматной школы. Творчество В.В. Мелкова, Н.А. Кукуева. Появление талантливых мастеров: С. Нагоя, Б. Влищера, Д. Шебелева, И. Тимкоцкого, В.А. Соков – корифей русских шахек. Его достижения в теории, практике, композиции. Развитие шахек после Великой Отечественной войны. Спортивное и творческое достижение сильнейших прославленных и мастеров. Советские мастера и прославленные 60-х – 80-х годов. Роль В.С. Липинювача в систематизации и исследовании дебютной теории. Работа З. И. Цирлика в области окончаний. Развитие шахек в последние десятилетия. Системы проведения чемпионатов страны. Развитие шахек в мире. Чемпионаты и первенства мира. Развитие шахек в последние десятилетия. Системы проведения чемпионатов мира и Европы. Особенности проведения турниров с выбыванием.

Дебют

Начальные сведения об основных стадиях партии: дебют, миттельшпиль, эндшпиль. Как начинать партию. Сила центра. Правильное развитие флангов. Дебютные дошки: Дебюты «Кол», «Тычю», «Отыгрыш», «Городская партия» - первые 5-6 ходов. Дебюты «Пережесток», «Вилочка», «Обратная городская» - первые 5-6 ходов. Дебют «Игра Болонского», «Отказанная игра Болонского» - первые 5-6 ходов. Дебют «Жертва Кукуева» - начальное представление. Борьба за центр. Дебюты «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Киевская защита», «Новокиевская защита» - общий обзор, первые 7-8 ходов. «Центральная партия» - несколько форсированных вариантов. «Новое начало» - трудности, возникающие из-за преждевременной активизации правого фланга черных. «Игра

Романчева» - использование агрессивные черных посредством связи центра с полем f4. «Обратная игра Болонского» - общее знакомство. «Городская партия». Идеи связи центра с полем e5. «Обратная городская партия» - знакомство с основными системами. «Отыгрыш», «Старая партия», «Защита Котлява» - общий обзор, знакомство с основными системами. «Косак Саргина». Последствия хода 5...hg7?. «Косак Хромого», основные варианты. «Обратный кол», «Обратный тычю» - общий обзор, знакомство с основными системами. «Косак» с 5...hg2 - основные системы. «Жертва Кукуева» - усвоение основных идей, обзор основных систем. «Пережесток», система с 3...fe7. Ход 1. e3-d4. «Игра Филиппова». Основные системы дебюта «Кол» с 4. eд4 - основные системы. «Игра Болонского» - основные системы. «Отказанная игра Болонского» обзор систем развития. Дебюты «Игра Давыкова», «Игра Рама-Цукерника», «Жертва Шопина-Харьянова» - общий обзор. Принципы создания индивидуального дебютного репертуара. Изучение дебютов по 7 полуходам, применяемым в соревнованиях: детей, юниоров, молодежи, мужчин, женщин.

I 1. e3-f4

«Игра Болонского» - варианты 1. a3-b4 b6-a5 2. bа3 за белых и за черных. Система 1. a3-b4 b6-a5 2. e3-d4 за черных.

«Отказанная игра Болонского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. e1-f4

1...b6-a5 «Кол», «Кол» с 1. e3-d4 – за белых

1...b6-e5 «Косак» с 5. aд2 - основные системы за белых.

1...d6-e5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых

1...b6-e5 «Обратный кол», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых

1...b6-g5 «Жертва Кукуева», «Обратный тычю» - обзор основных систем за черных.

«Косак» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Влищера за белых и за черных.

1...b6-g5 «Обратная игра Болонского», «Отказанная обратная игра Болонского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-b4.

III 1. e3-d4 «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Кол-уловка», «Кол» с 3...hg2 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия», «Отыгрыш», «Старая партия», «Игра Котлява», «Обратная игра Болонского», «Отказанная обратная игра Болонского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4: «Вилочка», «Новое начало», «Игра Давыкова» - основные системы за белых.

«Атака шахи g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Цукерника», «Центральная партия» - основные системы за черных.

IV 1. e3-d4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. e3-f4 «Игра Шмудляева» - основные системы.

VI 1. e3-f4 «Игра Кауленга», «Отказанная игра Кауленга» - основные системы.
VIII 1. e3-f4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы.
 Дальнейшая работа над созданием индивидуального дебютного репертуара.
 Углубленное изучение дебютов по 7 полуходам, привнесением в соревновательных календар, конюров, молодежи, мужчин, женщин.

I 1. a3-b4
 «Игра Бодянского» - варианты 1. a3-b4 b6-a5 2. bа3 за белых и за черных.
 Система 1. a3-b4 b6-a5 2. e3-d4 за черных.

«Отказанная игра Бодянского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. e3-f4
 1... b6-a5 «Кол», «Кол» с 1. e3-d4 – за белых
 1... b6-c5 «Косая» с 5. аb2 - основные системы за белых.
 1... d6-e5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых.

1... f6-e5 «Обратный кол», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых.

1... f6-g5 «Жертва Кухуева», «Обратный тачок» - обзор основных систем за черных.

«Косая» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Блиндера за белых и за черных.

1... h6-g5 «Обратная игра Бодянского», «Отказанная обратная игра Бодянского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4.

III 1. e3-d4 «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Кол-уловко», «Кол» с 3... h8-g7 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия» «Открытия», «Старая партия», «Игра Котлава», «Обратная игра Бодянского», «Отказанная обратная игра Бодянского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4; «Видючка», «Нюже начало», «Игра Дзячкова» - основные системы за белых.

«Аттика шашки g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Дукерника», «Центральная партия» - основные системы за черных.

IV 1. e3-d4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. e3-f4 «Игра Шмудляна» - основные системы.

VI 1. e3-f4 «Игра Кауленга», «Отказанная игра Кауленга» - основные системы.

VII 1. e3-f4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы.

Изучение дебютов с применением компьютерных баз данных.

Системы игры с жеребьевкой начальных ходов и позиции.

Дальнейшая работа над созданием индивидуального дебютного репертуара.
 Углубленное изучение дебютов по 7 полуходам, привнесением в соревновательных календар, конюров, молодежи, мужчин, женщин.

I 1. a3-b4

«Игра Бодянского» - варианты 1. a3-b4 b6-a5 2. bа3 за белых и за черных.

Система 1. a3-b4 b6-a5 2. e3-d4 за черных.

«Отказанная игра Бодянского» - обзор основных вариантов за белых и за черных.

II 1. e3-f4
 1... b6-a5 «Кол», «Кол» с 1. e3-d4 – за белых
 1... b6-c5 «Косая» с 5. аb2 - основные системы за белых.
 1... d6-e5 «Обратная городская партия», отказанная обратная городская партия»

Основные системы за белых.

1... f6-e5 «Обратный кол», «Обратная городская партия» с 6. f2-e3 - основные системы за белых.

1... f6-g5 «Жертва Кухуева», «Обратный тачок» - обзор основных систем за черных.
 «Косая» - основные системы за белых и за черных.

«Отказанная игра Филиппова» - система Блиндера за белых и за черных.

1... h6-g5 «Обратная игра Бодянского», «Отказанная обратная игра Бодянского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4.

III 1. e3-d4 «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Кол-уловко», «Кол» с 3... h8-g7 - основные системы за белых и черных.

«Городская партия», «Отказанная городская партия» «Открытия», «Старая партия», «Игра Котлава», «Обратная игра Бодянского», «Отказанная обратная игра Бодянского» - основные системы за белых при ходе 1. e3-d4; «Видючка», «Нюже начало», «Игра Дзячкова» - основные системы за белых.

«Аттика шашки g5», «Игра Мелкова», «Игра Рама-Дукерника», «Центральная партия» - основные системы за черных.

IV 1. e3-d4 «Игра Филиппова», «Отказанная игра Филиппова» - основные системы.

V 1. e3-f4 «Игра Шмудляна» - основные системы.

VI 1. e3-f4 «Игра Кауленга», «Отказанная игра Кауленга» - основные системы.

VII 1. e3-f4 «Игра Петрова», «Отказанная игра Петрова» - основные системы.

Изучение дебютов с применением компьютерных баз данных.

Системы игры с жеребьевкой начальных ходов и позиции.

Глубоко изучение дебютной теории на основе партий, сыгранных сильнейшими мастерами и просмешетрами с применением компьютерных баз данных и перфокарочной печати. Глубоко изучение систем игры с жеребьевкой начальных ходов и позиции.

Систематизация полученных знаний.

Математизация

Что делать после дебюта. Преимущество центральных пешек перед бортовыми. Отсталые пешки. Золотая пешка. Понятие комбинации. Различные виды комбинаций. Способы построения комбинации: выживание пешек, переборка пешек на необходимые поля. Преимущество центральных пешек перед бортовыми. Понятие «активные поля». Значение полей d4, f4, (e5, e7). Понятие кол, тачок, рокош, связка, зажим. Комбинации. Финальные удары с различных полей.

Определение понятий стратегии и тактики. Расчет и план. Ударные колонны, их роль в борьбе за активные поля. Остатные шашки. Изолированные шашки. Простейшие приемы вынуждения. Проход. Идея и механизмы комбинаций. Важность колонны e1, f2, e3 (b8, c7, d6) для борьбы с центральными шашками соперника. Сила и слабость шашки e5 (d4). Решето – серьезный изъём позиции. Экономичность и вынуждения при связи. Основные типы связей в центре и на флангах. Захват. Остатные шашки a1 (b8), и b2 (a7). Причины их образования и способы активации. Элементы техники расчета «дерево вариантов». Ротетка. Способ ее постановки. Способы выхода из ротетки. Экономичные и неэкономичные ротетки. Типовые комбинационные приемы. Расположение шашек и их влияние на оценку позиции. Параллельные шашки. Бесузорные шашки. Способы борьбы с ними. Ключевые позиции. Сильный кол, укрепление его ударными колоннами. Борьба против кола. Изоляция кол шашкой d4 (e5). Взаимодоступные флангов, значение их гармоничного развития. Слабые фланги. Связь шашек первого ряда с ослаблением флангов. Атака слабого левого фланга. Преждевременное овладение полем f4 (e5) – причина атаки правого фланга. Способы атаки шашки e5 (f4) при слабом фланге. Сильный и слабый центр. Техника фиксации бортовых шашек соперника. Связка центра с поля f4 (e5). Главная шашка – торжественное развитие фланга соперника и стеснение его правого фланга. Подготовка комбинации. Неотраженные угрозы. Ошибочные комбинации. Жертвы. Контрожертвы. Специфика планирования игры в открытых и связанных позициях. Тренировка расчета. Борьба против кола. Перехват центра размером кола. Разрыв по флангам и его использование. Способы усиления преимущества в центре. Перехватные, вытесняющее и невытесняющее. Обходная борьба за центр. Перехват активных полей. Оружие центр. Симметричные позиции. Принципы их разложения. Значение темпов. Косвенные позиции. Комбинации, контр-комбинации. Их расчет. Жертвы для захвата полей. Сильные жертвы. Ошибочные жертвы. Важность точного расчета при жертве. Техника расчета. Учет угрозы и тактических моментов. Гамбитные позиции. Основные принципы их разложения. Значение темпов. Комбинационные идеи в гамбитных позициях. Позиции со связкой левого фланга. Жертвы и комбинационные идеи в позициях со связкой левого фланга. Открытые и закрытые позиции. Игра на ограничении – важнейший принцип стратегии. Игра на окружении. Связка шашки d4 (e5). Принципы окружения. Тренировка техники расчета. Учет угрозы и тактических моментов. Блокада фланга. Позиции со связкой правого фланга. Правила разложения таких позиций. Комбинационные идеи и позиции со связкой правого фланга. Симметричные позиции с взаимной связкой в центре, с косвенной или гамбитной симметрией. Развитие таких позиций. Комбинационные идеи. Жертвы для подготовки комбинации или создания путанца. «Висячие» центр, техника его подрыва и переката вниз. Окружение центра. Стратегия хода f3-h4. Сочетание шашек e5, b6 (a3, f4). Стеснение левого фланга черных с поля e5. Ориентальные планы. Теория темпов по методике Л.М. Рама. Отработка полного и точного расчета в миттельшпилевых позициях. Отработка техники разложения центральных позиций. Захват и удержание активных полей. Развитие атаки. Выход на поле e5. Разрыв по флангам.

Оружие центра. Игра на пережатии сил противника. Ориентальные планы. Отработка полного и точного расчета в миттельшпилевых позициях. Глубокое изучение планов и приемов, применяемых в миттельшпилевых позициях. Анализ идеи, применяемых сильными шахматистами в подобных позициях с применением компьютерных баз данных и программ. Отработка полного и точного расчета в миттельшпиле.

Эндшпили

Преобразование шашек в дамки. Ценность дамки и шашек. Обращение. Пятая, двойная летка, запирание, оппозиция, столбик.

Нормальные окончания. Четыре дамки против одной. Три дамки против одной. Треугольник Петрова.

Борьба простых. Повытие размен, вынужден темпа, оппозиция, скользящий размен, запирание, расступе, вилка, трамплин.

Приемы: самоограничение. Три дамки против дамки и простой. Позиция Сартна.

Проход. Активное расположение шашек. Жертва шашки. Прием отбрасывания. Переход в дамочный эндшпиль. Окончание с проходными шашками у обеих сторон.

Дамки и 2 простые против дамки. Две дамки и простые против дамки и простой. Окончание с проходными шашками у обеих сторон. Использование тактических приемов в эндшпиле.

Позиция Сартна. Провода шашки e1. Ничья в позициях 2 X 2 шашки, 3 X 3 шашки.

4 X 4 шашки.

Три дамки против дамки и двух простых. Дамки против простых. Борьба простых. Ориентальные окончания.

Шашечные этюды. Связь этюдного творчества с практической игрой. Эндшпильная техника на примере творчества чемпионов мира. Техника реализации преимуществ в окончаниях 3 X 3, 4 X 4. Ориентальные планы, жертвы шашек.

Шашечные этюды. Связь этюдного творчества с практической игрой. Эндшпильная техника на примере творчества чемпионов мира. Техника реализации преимуществ в сложных окончаниях. Ориентальные планы, жертвы шашек. Анализ эндшпильных позиций с использованием компьютерных программ.

Роль эндшпиля в шашечной партии. Эндшпильная техника в творчестве чемпионов мира и сильнейших гроссмейстеров. Дамочные окончания с большой количеством материала. Техника реализации преимуществ в окончаниях 3 X 3 шашки, 4 X 4 шашки. Новые идеи. Ориентальные планы.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

На всех этапах спортивной подготовки основное содержание психологической подготовки шахматистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям шашками;
- развитие личностных качеств;