

- совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключаемости), воображение, память, что способствует быстрому восприятию информации и принятию решений;

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

- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

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

В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, в одной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообразно информации, способствующая развитию интеллекта и психических функций. В подготовительной части - методы развития внимания, сенсорной памяти и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуются способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки и решаемой степени зависит от психических особенностей шахматистов, пола и направленности учебно-тренировочного занятия.

Оценка эффективности воспитательной работы и психолого-педагогических воздействий в учебно-тренировочном процессе осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализа различных материалов, характеризующих личность шахматиста. Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения коррективов в учебно-тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шахматистов.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)

На всех этапах спортивной подготовки техническая подготовка включает в себя:

- участие шахматистов в квалификационных и тематических турнирах;
- анализ партий и типовых позиций, индивидуальные занятия;
- выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировки со старшим - партнером;
- выполнение переводных и нормативных требований;

- консультационные партии, конкурсы решения задач и этюдов, сеансы одновременной игры.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

На всех этапах спортивной подготовки изучаются шахматные композиции, история и основные направления шахматной композиции, упражнения для развития счетных способностей.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

На всех этапах спортивной подготовки изучаются краткие сведения о строении организма человека, вслух роль центральной нервной системы в деятельности всего организма, влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему.

Основные понятия о питании. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Личная гигиена шахматиста.

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

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

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

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

На всех этапах спортивной подготовки общая физическая подготовка включает в себя:

1. Строевые упражнения

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

2. Общеразвивающие упражнения без предметов

Для мышц рук и плечевого пояса: обходременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, маяховые и круговые движения, замахи и рывковые движения в различных исходных упражнениях, на месте и в движении, сгибание - разгибание рук в упоре лежа).

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

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

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

Переходящие упражнения: ходьба на носках, на пятках, на выгнутой, наружной стороне стопы, в подпрыжке и прыжке, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону, бег на коротких дистанциях 30, 60, 100 метров с низким и высоким старта, бег по пересеченной местности (кросс), с продолжением различных естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различные дистанции. Прыжки в высоту и длину с работа и с места. Метание гранаты, колы, диска, толкание ядра. Спортивные и подвижные игры.

Турецкие походы, в том числе многодневные. Экскурсии и прогулки в лесу.

Плавание: обучение плаванью различными стилями, приемы спасения утопающих.

3. Общеразвивающие упражнения с предметами

Со скакалкой: с короткой - подскоки на одной и двух ногах ног, с ноги на ногу, бег со скакалкой, с длинной - пробегание под вращающейся скакалкой, полскоки на одной и двух ногах.

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

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

С набивными мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх и ловля с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и влоем из

различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переоска мяча броски ногами, эстафеты и игры с мячом.

4. Дыхательная гимнастика

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

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

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

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

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

МЕДИЦИНСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ, ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ТЕСТИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ

На всех этапах спортивной подготовки, за исключением первого года обучения на этапе начальной подготовки проводятся медицинские, медико-биологические мероприятия. Восстановительные мероприятия на учебно-тренировочном этапе, этапе совершенствования спортивной мастерства и высшего спортивного мастерства. Тестирование и контроль на всех этапах спортивной подготовки.

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

Естественные и физиологические средства восстановления

К данным средствам восстановления относятся:

- 1) составление рационального режима дня;
- 2) составление правильного, т.е. рационального калорийного и сбалансированного питания;
- 3) естественные факторы природы.

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

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

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

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

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

Тренировочно-педагогические средства восстановления, тестирование и контроль

Под тренировоко-педагогическими средствами восстановления подразумеваются организационно учебно-тренировочного процесса, включающая активный отдых, а именно:

- а) рациональное планирование учебно-тренировочного процесса, т.е. соответствие нагрузок функциональных возможностей организма спортсмена, рациональное сочетание общих и специальных средств, оптимальное построение тренировочных микро- и макроциклов, полнотренированность 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 учебно-тренировочного занятия с использованием необходимых вспомогательных средств для снятия утомления в

соответствии с текущим состоянием; полноценная подготовительная и заключительная части занятия, правильный подбор мест занятий, введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона.

Тренировоко-педагогические средства — основное, поскольку неразрывно связанные с тренировочными нагрузками и непосредственно связаны с естественными, медико-биологическими и психологическими средствами.

Тренировоко-педагогические средства должны обеспечивать эффективное восстановление за счет рациональной организации всего процесса подготовки.

Медико-биологические средства восстановления

К данным средствам и методам восстановления относятся:

- 1) специальное питание и витаминизация;
- 2) фармакологические;
- 3) физиотерапевтические;
- 4) физиологические.

Среди медико-биологических средств, используемых в шашках, большую значимость имеет специально подобранное питание, а также витаминизация.

Необходимо проводить регулярные медицинские осмотры, тестирование и контроль организма обучающегося.

ИНСТРУКТОРСКАЯ И СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА

На всех этапах спортивной подготовки, за исключением первого года обучения на этапе начальной подготовки, одной из задач является подготовка обучающихся к роли помощника тренера-преподавателя, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.

Решение этих задач целесообразно начинать на учебно-тренировочном этапе и продолжать тренировоко-судейскую практику на следующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шашкам. Учасники должны овладеть приемами в виде спорта терминологией, основными методами построения учебно-тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места занятий, получение и сдачи билетов). Во время проведения занятий необходимо развивать способность учащихся наблюдать за выполнением заданий другими учениками, находить ошибки и исправлять их. При приеме судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения обучающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения на учебно-тренировочном этапе необходимо шашкистом приучать к самостоятельному ведению учета учебно-тренировочных занятий с тематикой, заданиями и поставленными задачами, шашечных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Учасники этапа спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять конспект учебно-тренировочного занятия, и совершенствовать умения проводить занятие в группе

6.4	Материалы	166	18	13	15	15	15	13	15	15	15										
6.5	Зачислено	101	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10							
7.	Педагогическая подготовка	50	5	5	5	5	5	5	5	5	5										
8.	Инструкторская практика	10	2	2	2			3		3											
9.	Судейская практика	15	3		4			4		4											
10.	Методы биомеханики, морфологии (Медицинское обследование)	4																			
11.	Вспомогательные мероприятия	56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12.	Тестирование и контроль	2	1												1						
	Всего часов	1226	96	108	56	108	108	96	108	108	96	108	108	96	108	108	108	108			

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «шашки» основаны на особенностях вида спорта «шашки» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительной образовательной программы спортивной подготовки проводится с учетом этапов спортивной подготовки и спортивной дисциплины русские шашки – быстрая игра, по которой осуществляется спортивная подготовка.

В «русских шашках – быстрая игра» применяется контроль времени (каждому участнику): 7 – 15 минут до конца партии. Рекомендуемый контроль времени: 8 минут плюс 4 секунды на ход до конца партии или 7 минут плюс 5 секунды на ход до конца партии.

Все особенности учитываются, в том числе в годовом учебно-тренировочном плане.

Для зачисления на этап спортивной подготовки, лица 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 «шашки» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шашки» не ниже уровня всероссийских 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 «шашки».

6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

6.1. Материально-технические условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с Гражданским законодательством Российской Федерации, существующие условия которых является право пользования

соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие помещений для игры в шашки;

Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы устанавливаются в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки с учетом таблицы 22,23,24.

Таблица № 22.
Обеспечение оборудования и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	1
2.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение)	комплект	1
3.	Мат гимнастический	штука	1
4.	Мат набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	2
5.	Нутбоук	штука	1
6.	Сервдиомер	штука	1
7.	Стол	штука	10
8.	Стул	штука	10
9.	Турник навесной для гимнастической стенки	штука	1
10.	Шашечная доска складная с набором шашек	комплект	10
11.	Шашечные часы	штука	10
12.	Веб-камера	штука	1

Таблица № 23.
Обеспечение оборудованнем и спортивным инвентарем, передаваемым в индивидуальное пользование

№ п/п	Наименование измерения	Единица измерения	Спортивной инвентарь, предоставляемый в индивидуальное пользование		
			Этап спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки
			Этап начальной подготовки	Этап среднего этапа (этап спортивной специализации)	Этап высшего спортивного мастерства

1.	Шиповник	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Леска олимпийская	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
	комплект	-	-	-	-	1	1	1	1
	на	-	-	-	-	1	1	1	1
	обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
	платок	-	-	-	-	1	1	1	1

Таблица № 24.
Обеспечение спортивной экипировкой

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Участки	Этап начальной подготовки		Этап спортивной подготовки		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1
2.	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1
3.	Кроссовки спортивные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1
4.	Кроссовки утепленные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1
5.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1
6.	Шляпа спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2
7.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1
								1	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;

- 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 образовательных 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 мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 612738).

6.2. Кадровые условия

Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

6.2.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравоохранения России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

6.2.2. 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 олимпиады, а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

6.3. Информационно-методические условия

Информационное обеспечение деятельности Организации – многоуровневый процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства Организации с использованием всей совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях гармонизации спортивной и образовательной деятельности.

Перечень информационного обеспечения Программы:

- 1) Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- 2) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- 3) Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шашки»;
- 4) Постановление Совета Министров Республики Крым от 06.09.2016 № 435 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Республикой Крым или муниципальными образованиями, расположенными на территории Республики Крым, и осуществляющие спортивную подготовку»;
- 5) Нормативные документы Министерства спорта Российской Федерации, Министерства спорта Республики Крым;
- 6) Нормативные документы Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму;
- 7) Программа подготовки юных шашкистов. 1 часть. Русские шашки» (СПб, 1992 год, автор Мавшин С. С., Громов Г. В.);
- 8) Шашки. Интерприванный курс подготовки шашкистов для групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, групп спортивного совершенствования, групп высшего спортивного мастерства (автор Султанов Р. А. Нижний Тагил, 2009);
- 9) Акимовы В.К. Позиционные приемы игры в русских шашках. М., ФИС, 1976.
- 10) Блиндер Б.М. Избранные партии, окончания, этюды. М., ФИС, 1960.
- 11) Белоусов В.Н., Шап М.М. Курс шашечных лекций (2 части). Челябинск, 1995.
- 12) Витман В.Я. Радость творчества. М., ФИС, 1986.
- 13) Вирный А.Я. Немного о шашках, но по существу. М. Гранд, 2004.
- 14) Витовский Л.С. Секреты этюдного творчества. Минск, Польша, 1986.
- 15) Волчек А.А. Шашечный практикум 2000 позиций для самостоятельного решения. Минск, Харвест, 2004.
- 16) Высоцкий В.Н., Горин А.П., Дебютная энциклопедия по русским шашкам. (в 4-х томах)М., Восток-ИЗДАТ, 2006.
- 17) Гершензон Б.М., Гершт С.С. Волшебник русских шашек. Ленинград, 1991.
- 18) Гершензон Е.М., Напренская А. Шашки – это интересно. Л., Детская литература, 1989.
- 19) Голоусев В.М. Играйте в шашки. Ленинград, 1983.
- 20) Голоусев В.М. Мастер шашечных турниров. Ленинград, 1989.
- 21) Городничий В.В. Борьба в середине партии. М., ФИС, 1965.
- 22) Городничий В.В. Книга о шашках. М., Детская литература, 1984.
- 23) Дунаевский А.И. Окончание в шашечной партии. М., ФИС, 1965.
- 24) Злобинский А.Д. Комбинаторика в русских шашках. Киев, Зарождение, 1985.
- 25) Калинин Д.М., Становская М.М. Шашечный этюд. М., ФИС, 1982.
- 26) Кулиничкин А.И. История развития русских шашек. М., ФИС, 1982.
- 27) Кувшев Н.А. 125 шашечных этюдов. М., ФИС, 1950.

- 28) Липшинович В.С., Перечнев И.Р. Школа позиционной игры. М., ФИС, 1984.
- 29) Липшинович В.С., Негра Н.Н. Курс шашечных дебютов. Минск, Польша, 1985.

- 30) Маламел В.Р., Барский Ю.П. Курс шашечных окончаний. М., ФИС, 1989.
- 31) Миготин Б.А., Козлов И.П. Тактика в русских шашках. М., ФИС, 1974.
- 32) Рамм Л.М. Курс шашечных начал. М., ФИС, 1953.
- 33) Русские шашкиста. М., ФИС, 1987.
- 34) Сидлин А.М. Как оценить позицию в шашках. М., ФИС, 1966.
- 35) Сомицкий С.С. Комбинаторные идеи в русских шашках. М., ФИС, 1979.
- 36) Хайкавич Г.И. 25 уроков шашечной игры. Минск, Польша, 1979.
- 37) Цирк З.И. Четверть века за шашечной доской. Харьков, Прапор, 1965.
- 38) Цирк З.И. Шашечный энциклопедия. М., ФИС, 1959.
- 39) Цирк З.И. Русские шашки. М., ФИС, 1953.
- 40) Цукерник Э.Г. Антология шашечных комбинаций. М., ФИС, 1987.
- 41) Штурман Т.Г. Середняя игра в шашки. М., ФИС, 1954.
- 42) Шашечный кодекс России. Тихвин, 2003.

Перечень интернет-ресурсов

1. Шашечные сайты

- <http://www.ede.org.pl/ede/>
 - <http://www.fliid.org/>
 - <http://www.kredf.nl/ems/>
 - <http://www.sshashki.com/>
 - <http://www.sshashki.pl/>
 - <http://www.finst.pl/>
2. Электронные учебники
- <http://shkkoledbashahek.lanod.pl/>

Компьютерные учебные программы

- a. WINRUSS
- b. WINBRAZ
- c. WINDAM
- d. AURORA
- e. TRUSS
- f. PELUS600
- g. DAM22
- h. TORNAIDO
- i. CH

Компьютерные базы данных

- a. WINTRUSS
- b. AURORA
- c. TORNAIDO 1.0/2.0
- d. TURBO DAMBASE

- a. SW-4GRUS
- b. TOERNOOIMANAGER
- c. KOMPTTE

Текущий контроль

Приложение № 1

Этап начальной подготовки до года

1. Проверить знания об основных стадиях партии.
2. Проверить умение правильно развивать фигури.

Этап начальной подготовки с первого года

1. Проверить умение определить название полей шахматной доски по названному координатам.

2. Проверить знания истории развития шахек, их возникновение, упоминание в былинах.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет

1. Проверить умение осуществлять простые комбинации в пределах двух-трех ходов.

2. Проверить знания понятия кол, тычок, рожок, свежка, захват.

3. Проверить знания основных методов игры при разыгрывании дебюта.

4. Проверить знания категории соревнований.

5. Проверить знания первых чемпионатов страны.

*Права и предложения инструкторов, фиксирование названия флажка, Распределение норм.**Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) с первого трех лет*

1. Проверить знания роли старшего поколения русских мастеров в становлении советской шахматной школы (Горечество В.В. Медведь, Н.А. Кузнецов).

2. Проверить знания контролей времени на обдумывание ходов в партии.

*Таблица очередности игры в соревнованиях. Правила определения цвета шахек.**Этап совершенствования спортивного мастерства*

1. Проверить знания начальной подготовки и тренировочного этапа обучения.

2. Проверить знания достижения в теории, практике, композиции В.А. Сокова.

3. Проверить знания правил проведения соревнований по круговой и швейцарской системе. Системы коэффициентов при определении победителей. Функции ФАЖСД.

4. Проверить знания о развитии шахек после Великой Отечественной войны.

7. Знать принципы борьбы против кода.

8. Проверить знания классического наследия ведущих шахматистов России и мира.

9. Проверить умение составлять стратегический план.

Этап высшего спортивного мастерства

1. Проверить умение составлять индивидуальный план и график тренировок.

2. Проверить владение отработкой полного и точного расчета.

Промежуточный контроль

Этап начальной подготовки до года

1. Проверка умений записывать партию.

Этап начальной подготовки свыше года

1. Проверка навыков владения простейшими принципами реализации материального преимущества.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет

1. Проверить знание дебютов «Кол», «Тычок», «Отгрыши», «Горжески партия» - первые 5-6 ходов.

2. Проверить знание финальных ударов с различных полей.

3. Проверить умение владеть элементарными знаниями по теории в эндшпиле.

4. Проверить навыки нахождения простых комбинаций и типовых приемов.

5. Проверить знание дебютов «Игра Болдинского», «Отказанная игра Болдинского» - первые 5-6 ходов. Дебют «Жерва Кукуева» - начальное представление.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) свыше трех лет

1. Проверить знание дебютов «Ленинградская защита», «Новосибирская защита», «Киевская защита», «Новосибирская защита» - общий обзор, первые 7-8 ходов.

2. Проверить знание дебютов «Центральная партия» - несколько форсированных вариантов, «Новое начало», «Игра Романчуева», «Обратная игра Болдинского».

3. Проверка знания Рогатки, способов ее постановки, выходов из рогатки.

4. Проверка знаний коловых позиций.

5. Выполнить норматив кандидата в мастера спорта.

Этап со sportивной подготовки спортивного мастера спорта

1. Проверить знания основных систем «Косак» с 5. а62, «Жерва Кукуева», «Пережесток», «Игра Филиппова», «Кол», «Игра Болдинского», «Отказанная игра Болдинского», дебюты: «Игра Давыдова», «Игра Рамис-Цукерника», «Жерва Шопина-Харьянова» - общий обзор.

2. Проверить знания о дебютах: «Горжеская партия», «Обратная городская партия», «Отгрыши», «Старая партия», «Защита Колана» «Косак Саргана», «Косак Хромого» «Обратный кол», «Обратный тычок» - общее представление.

3. Проверка владения методикой расчета сложных вариантов.

4. Проверка владения эндшпильной техникой на примерах творчества Э.Цирка и других ведущих шахматистов.

Этап высшего спортивного мастерства

1. Проверка знаний о методиках достижения оптимальной спортивной формы перед соревнованиями.

2. Проверка умений самостоятельно проводить специальное исследование по различным аспектам теории с использованием компьютерных баз данных.

Итоговый контроль

Этап начальной подготовки до года

1. Проверка знания основных правил шахматного кодекса

2. Проверка знания простейших дебютных принципов.

3. Принять участие в спортивном соревновании.

Этап начальной подготовки свыше года

1. Проверка знаний дебютных ловушек.

2. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамики показателей результативности.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет

1. Проверка знаний и умений в разыгрывании окончаний: четыре дамки против одной, три дамки против одной, треугольник Петрова.

2. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамики показателей результативности.

3. Проверить умение реализовывать позиционный и материальный перевес.

4. Проверить знания основных типов связей в центре и на флангах.

5. Проверить знания причин образования отсталых пешек.

6. Проверить умения разыгрывать позиции три дамки против дамки и простоя.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) свыше трех лет

1. Проверить знания расположения пешек и их клинине на огненку позиции.

2. Проверить знания специфики планирования игры в открытых и связанных позициях.

3. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамики показателей результативности.

Этап со sportивной подготовки спортивного мастера

1. Проверить знания гамбитных позиций, основные принципы их разыгрывания, значение темпов, комбинационные идеи в гамбитных позициях.

2. Проверить знания о ничейных позициях 2 x 2 пешки, 3 x 3 пешки, 4 x 4 пешки.

3. Проверить знания простейших окончаний: дамка и 2 простые против дамки; две дамки и простые против дамки и простоя; окончание с проходными пешками у обеих сторон.

4. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамики показателей результативности.

5. Подтвердить норматив кандидата в мастера спорта.

6. Повысить рейтинг, выполнить норму знания «Мастер спорта».

Этап высшего спортивного мастерства

1. Проверить владение методикой работы с литературой.

2. Проверить знания основных этапов подготовки пешкиста, эквивалентностей тренировочки пешкиста.

3. Проверить знания схемы построения индивидуального плана – графика тренировочных занятий.

4. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамики показателей результативности.

ИГРЬ № 17

1. Проигранно, за сколько ходов? Выберите букву.

- A - через
B - нет
C - через 2
D - через 3
E - через 4

2. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

3. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

ИГРЬ № 18

1. Что такое ход?

- A - ход
B - ход
C - ход
D - ход
E - ход

2. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

3. Какой ход черных?

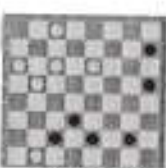
- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

4. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

5. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6



12. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

13. Какой ход черных?

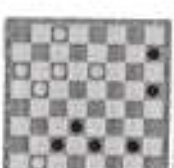
- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

14. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

15. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6



ИГРЬ № 19

1. Проигранно, за сколько ходов? Выберите букву.

- A - через
B - нет
C - через 2
D - через 3
E - через 4

2. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

3. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

ИГРЬ № 20

1. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

2. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

3. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

4. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

5. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

6. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

ИГРЬ № 21

1. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

2. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6

3. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

4. Какой ход черных?

- A - e7-e6
B - e7-e6
C - e7-e6
D - e7-e6
E - e7-e6



12. Какой ход белых?

- A - e2-e4
B - e2-e3
C - e2-e4
D - e2-e3
E - e2-e4

