

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. Перемещение: шаг и бег на месте, походный (обычный) шаг, бег, переход с шага на бег и с бега на шаг, изменение длины и частоты шагов. Построения: 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: одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, махиные и круговые движения, взмахи и рычаговые 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 (подушечка, присед, выпад), сгиб, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, суростно, 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, выпады с наклоном туловища, вращения туловища с круговыми движениями руками, посредством сгибания и разгибания ног и др.), упражнения на формирование правильной осанки. Леткоатлетические упражнения: ходьба на носках, на пятках, на внутренних, наружной стороне стопы, в полуприседе и приседе, вышагивая, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег: обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону, бег на короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низким и высоким стартом, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различных дистанциях. Прыжки в высоту и длину с разбега и с места. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Спортивные и подвижные игры.

Туризм: походы в том числе многодневные. Экскурсии и прогулки в лесу.

Питание: обучение плаванью различными стилями, приемам 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 прыгающей скакалкой, подскоки на одной и двух ногах.

С гимнастической палкой: наклоны и повороты туловища (стоя, сидя, на коленях, лежа), с различными положениями палки (вверх, вперед, вниз, за голову, за

спину), перегибание и передвигание через палку, круги, упражнения с сопротивлением партнера.

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

С набитыми мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движениями туловища, броски вверх и вниз с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и взапом из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переноска 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 вдоха и короткого отдыха (3-5 шагов) упражнение повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха увеличивается. Через некоторое время спортсмен довольно легко выдержит серии вдохов на 8, 12, 16, 20 и более шагов.

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

3-е упражнение. Стоя, выгнув 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 условие для вдоха и это позволило вдохнуть дополнительному 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 носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз.

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

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы																													
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
1.	Общая физическая подготовка	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
2.	Специальная физическая подготовка	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
3.	Участие в спортивных соревнованиях	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
4.	Теоретическая подготовка (Практическая подготовка)	187	14	17	16	11	16	19	10	21	14	14	16	19																	
4.1.	Кандидатские группы	80	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8																	
4.2.	Кандидатские группы, анализ турниров и турниров прошлых лет	107	6	9	8	3	8	11	2	13	6	6	16	19																	
5.	Тактическая подготовка	90	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		
6.	Теоретическая подготовка	121	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	
6.1.	Физическая культура и спорт в России	2	2																												
6.2.	Школьный спорт в России. Национальный обзор развития шахмат	3																													
6.3.	Дедов	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
6.4.	Материалы	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
6.5.	Эксперты	36	3	2	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
7.	Неквалитетная подготовка	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
8.	Инструкторская практика	3																													
9.	Судейская практика	6																													
10.	Медико-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	1	1																												
11.	Восстановительные мероприятия	6																													
12.	Тестирование и контроль	2	1																												
		<i>Всего часов 468/28 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80</i>																													

Таблица № 19.

**Учебно-тематический план и распределение учебно-тренировочных часов
группы учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации)
(свыше трех лет) (10 часов в неделю)**

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы																												
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1.	Общая физическая подготовка	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2.	Специальная физическая подготовка	16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3.	Участие в спортивных соревнованиях	52	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	
4.	Теоретическая подготовка (Практическая подготовка)	192	12	16	16	12	16	18	14	19	17	13	17	22																
4.1.	Кандидатские группы	80	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8																
4.2.	Кандидатские группы, анализ турниров и турниров прошлых лет	112	4	8	8	4	8	10	6	11	9	9	17	22																
5.	Тактическая подготовка	90	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	
6.	Теоретическая подготовка	124	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
6.1.	Физическая культура и спорт в России. Национальный обзор	2	2																											
6.2.	Школьный спорт в России. Национальный обзор развития шахмат	3																												
6.3.	Дедов	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
6.4.	Материалы	41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
6.5.	Эксперты	38	3	2	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7.	Неквалитетная подготовка	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

8.	Инструкторская практика	4	1																											
9.	Судейская практика	6																												
10.	Медико-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	4																												
11.	Восстановительные мероприятия	4																												
12.	Тестирование и контроль	2	1																											
		<i>Всего часов 530 43 44 43 44 45 44 44 45 44 43</i>																												

Таблица № 20.

**Учебно-тематический план и распределение учебно-тренировочных часов
группы этапа совершенствования спортивного мастерства
(18 часов в неделю)**

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы																												
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1.	Общая физическая подготовка	28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
2.	Специальная физическая подготовка	28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
3.	Участие в спортивных соревнованиях	94	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	
4.	Теоретическая подготовка (Практическая подготовка)	328	21	27	29	24	29	24	27	28	23	17	43	46																
4.1.	Кандидатские группы	192	16	10	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16																
4.2.	Кандидатские группы, анализ турниров и турниров прошлых лет	136	5	5	13	8	13	8	7	12	7	1	27	30																
5.	Тактическая подготовка	142	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	
6.	Теоретическая подготовка	140	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	
6.1.	Физическая культура и спорт в России	2	2																											
6.2.	Школьный спорт в России. Национальный обзор развития шахмат	3																												
6.3.	Дедов	76	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	
6.4.	Материалы	80	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	
6.5.	Эксперты	79	8	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	
7.	Школьный спорт в России. Национальный обзор	20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
8.	Инструкторская практика	8																												
9.	Судейская практика	11																												
10.	Медико-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	4																												
11.	Восстановительные мероприятия	21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
12.	Тестирование и контроль	2	1																											
		<i>Всего часов 936 76 76 80 80 80 80 76 80 80 80 76 80 80 80 76 76 80 80 76 76 80 80 76 76 80 80 76 76 80 80</i>																												

Таблица № 21.

**Учебно-тематический план и распределение учебно-тренировочных часов
группы этапа высшего спортивного мастерства
(24 часа в неделю)**

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы																							
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Общая физическая подготовка	37	2	2	2	2	2</																		

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

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Этап углубленной подготовки (специализации)		Этап совершенствования спортивной мастерства		Этап высшего совершенства спортивной мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Пластиковая доска скакала с наборок паше	комплект	шт	-	-	-	-	1	3	1	3

Таблица № 24.

Обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование:

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Этап углубленной подготовки (специализации)		Этап совершенствования спортивной мастерства		Этап высшего совершенства спортивной мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный зимний	штука	шт	-	-	-	-	1	2	1	1
2.	Костюм спортивный летний	штука	шт	-	-	-	-	1	2	1	1
3.	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	па	-	-	-	-	1	1	1	1
4.	Кроссовки утепленные	пар	па	-	-	-	-	1	1	1	1
5.	Футболка спортивная	штука	шт	-	-	-	-	2	1	2	1

6.	Штанга спортивная	штука	шт	-	-	-	1	2	1	1
7.	Шорты спортивные	штука	шт	-	-	-	2	1	2	1

- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организационно-методического медицинского контроля;

- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 144н «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, занимаясь физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

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 спортивной мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «шашки», а также на всех этапах спортивной

подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

6.3. Информационно-методические условия

Информационно-обеспечение деятельности Организации – многогранная процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства Организации с использованием всех совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях продвижения 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) Программы подготовки юных шашкистов. 1 часть. Русские шашки» (СПб, 1992 год, автор Мишин С. С., Грозов Г. В.).
- 8) Шашки Интегрированный 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) Адамович В.К. Позиционные приемы игры в русских шашках. М., ФИС, 1976.
- 10) Блиндер Б.М. Игровые партии, окончания, этюды. М., ФИС, 1960.
- 11) Белоусов В.Н., Шап М.М. Курс шашечных лекций (2 части), Челябинск, 1995.
- 12) Вичман В.Я. Радость творчества. М., ФИС, 1986.
- 13) Вирный А.Я. Немного о шашках, но по существу. М. Гранд, 2004.
- 14) Выгошкин Л.С. Секреты этюдного творчества. Минск, Поляна, 1986.
- 15) Волчек А.А. Шашечный практикум 2000 позиций для самостоятельного решения. Минск, Харвест, 2004.
- 16) Высотский В.Н., Горин А.П., Дебетная энциклопедия по русскому шашкам. (в 4-х томах) М., Восток-ИЗДАТ, 2006.
- 17) Герцензон Б.М., Гершт С.С. Возникновение русских шашек. Ленинград, 1991.

18) Герцензон Б.М., Напретников А. Шашки – это интересно. Л., Детская литература, 1989.

- 19) Голозубов В.М. Игры в шашки. Ленинград, 1983.
- 20) Голозубов В.М. Мастера шашечных турниров. Ленинград, 1989.
- 21) Голозубов В.Б. Борьба в середине партии. М., ФИС, 1965.
- 22) Голозубов В.Б. Книга о шашках М., Детская литература, 1984.
- 23) Дунаевский А.И. Окончание в шашечной партии. М., ФИС, 1965.
- 24) Зюбинский А.Д. Комбинации в русских шашках. Киев, Здоровье, 1985.
- 25) Каплевский Д.М., Становский М.М. Шашечный этюд. М., ФИС, 1982.
- 26) Куличкин А.И. История развития русских шашек. М., ФИС, 1982.
- 27) Кувур Н.А. 125 шашечных этюдов. М., ФИС, 1950.
- 28) Литвинович В.С., Перенко И.Р. Школа позиционной игры. М., ФИС, 1984.
- 29) Литвинович В.С., Нера Н.Н. Курс шашечных дебютов. Минск, Поляна, 1985.
- 30) Маламед В.Р., Барский Ю.П. Курс шашечных окончаний. М., ФИС, 1989.
- 31) Миротин Б.А., Козлов И.П. Тактика в русских шашках. М., ФИС, 1974.
- 32) Рамм Л.М. Курс шашечных начал. М., ФИС, 1953.
- 33) Русские шашкисты. М., ФИС, 1987.
- 34) Сидлин А.М. Как оценить позицию в шашках. М., ФИС, 1966.
- 35) Сомицкий С.С. Комбинаторные игры в русских шашках. М., ФИС, 1979.
- 36) Халкевич Г.И. 25 уроков шашечной игры. Минск, Поляна, 1979.
- 37) Циряк З.И. Четверть века за шашечной доской. Харьков, Прапор, 1965.
- 38) Циряк З.И. Шашечный эндшпиль. М., ФИС, 1959.
- 39) Циряк З.И. Русские шашки. М., ФИС, 1953.
- 40) Цуверник Э.Г. Анnotated шашечных комбинаций. М., ФИС, 1987.
- 41) Шмульян Т.Г. Середина игры в шашки. М., ФИС, 1954.
- 42) Шашечный кодекс России. Тюхтин, 2003.

Перечень интернет-ресурсов

1. Шашечные сайты

- <http://www.edc.org.pl/ede/>
 - <http://www.fnjd.org/>
 - <http://www.knfb.nl/cnfs/>
 - <http://www.shashki.com/>
 - <http://www.shashki.ru/>
 - <http://www.finst.nl/>
2. Электронные учебники
- <http://shkolashashkek.netod.ru/>

Компьютерные учебные программы

- a WINKUSS
- b WINBRUZ
- c WINDAM
- d ATRORA

- е. TRUSS
- г. PLUS600
- б. DAVU2
- а. TORNAДО
- д. СН

Компьютерные базы данных

- а. WINTRUSS
- б. AURORA
- с. TORNAДО 1.0/2.0
- д. TURBO DATABASE

Компьютерные служебные программы

- а. SW-46RUS
- б. TOERNOOMANAGER
- с. КОМПТЕ

Текущий контроль

Приложение № 1

Этап начальной подготовки до 200г

1. Проверить знания об основных стадиях партии.
2. Проверить умения правильно развешивать флажки.

Этап начальной подготовки свыше 200г

1. Проверить умение определять название поля шашечной доски по названному координатом.
2. Проверить знания истории развития шашек, 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, тьрок, рожок, связка, жаким.
3. Проверить знания основных методов игры при раздвигании дебюта.
4. Проверить знания категории соревнований.
5. Проверить знания первых чемпионов страны.

6. Проверить знания основных Положений Российского шашечного кодекса. Правила присуждения ничьей, фиксирование падения флажка. Различные нормы.

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

1. Проверить знания роли старшего поколения русских мастеров в становлении советской шашечной школы (Творчество В.В. Мелкова, Н.А. Кукуева).
2. Проверить знания контролей времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правильно определить цвета шашек.

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 проведение соревнования по круговой и швейцарской системе. Система коэффициентов при определении победителей. Функция ФМЖД.
4. Проверить знания о развитии шашек после Великой Отечественной войны.

7. Знать принципы борьбы против кола.

8. Проверить знаний классического наследия великих шашечников 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 200г

1. Проверка умений записывать партию.

Этап начальной подготовки свыше 600д

1. Проверка навыков владения простейшими принципами реализации материального преимущества.

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

1. Проверить знание дебютов «Колд», «Тилько», «Открыши», «Городская партия» - первые 5-6 ходов.

2. Проверить знание финальных ударов с различных полей.

3. Проверить умение владеть элементарными знаниями по теории эндшпиля.

4. Проверить навыки нахождения простых комбинаций и типовых приемов.

5. Проверить знания дебютов «Игра Болдинского», «Отказанная игра Болдинского» - первые 5-6 ходов. Дебют «Жерта Кургуша» - начальное представление.

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

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

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

3. Проверка знания Роттки, способов ее постановки, выходов из ротатки.

4. Проверка знаний колочных позиций.

5. Выполнить норматив кандидата в мастера спорта.

Этап совершенствования спортивного мастера

1. Проверить знания основных систем «Косляк» с 5. аб2, «Жерта Кургуша», «Переверсто», «Игра Филиппова», «Колд», «Игра Болдинского», «Отказанная игра Болдинского», дебюты: «Игра Дзячкова», «Игра Рамы-Цукерника», «Жерта Шойнина-Харьянова» - общий обзор.

2. Проверить знания о дебютах: «Городская партия», «Обратная городская партия», «Открыши», «Старая партия», «Защита Колтана», «Косляк Саргнан», «Косляк Хромото», «Обратный колд», «Обратная тычка» - общее представление.

3. Проверка владения методикой расчета сложных вариантов.

4. Проверка владения эндшпильной техникой на примерах творчества З.Израйка 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 600д

1. Проверка знания основных правил шахматного кодекса

2. Проверка знания простейших дебютных приемов.

3. Принять участие в спортивном соревновании.

Этап начальной подготовки свыше 600д

1. Проверка знаний дебютных приемов.

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, троеольник 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 влияние на оценку 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 совершенствования спортивного мастера

1. Проверить знания гамбитных позиций, основные принципы их разыгрывания, значение темпа, 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 простых окончаний: дамка и 2 простые против дамки, две дамки и простая 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 звания «Мастер спорта».

Этап высшего спортивного мастерства

1. Проверить владение методикой работы с литературой.

2. Проверить знания основных этапов подготовки шахматиста, закономерностей тренировки шахматиста.

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

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

ТЕСТ № 13

1. Определите, на какой клетке находится белая ладья.

A - d2

B - e2

C - d3

D - e3

E - d4

F - e4

G - d5

H - e5

I - d6

J - e6

K - d7

L - e7

M - d8

N - e8

O - d9

P - e9

Q - d10

R - e10

S - d11

T - e11

U - d12

V - e12

W - d13

X - e13

Y - d14

Z - e14

AA - d15

AB - e15

AC - d16

AD - e16

AE - d17

AF - e17

AG - d18

AH - e18

AI - d19

AJ - e19

AK - d20

AL - e20

AM - d21

AN - e21

AO - d22

AP - e22

AQ - d23

AR - e23

AS - d24

AT - e24

AU - d25

AV - e25

AW - d26

AX - e26

AY - d27

AZ - e27

BA - d28

BB - e28

BC - d29

BD - e29

BE - d30

BF - e30

BG - d31

BH - e31

BI - d32

BJ - e32

BK - d33

BL - e33

BM - d34

BN - e34

BO - d35

BP - e35

BQ - d36

BR - e36

BS - d37

BT - e37

BU - d38

BV - e38

BW - d39

BX - e39

BY - d40

BZ - e40

CA - d41

CB - e41

CC - d42

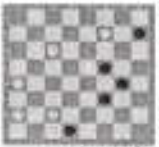
CD - e42

CE - d43

CF - e43

CG - d44

CH - e44



ТЕСТ № 14

1. Определите, на какой клетке находится белая ладья.

A - c2

B - d2

C - c3

D - d3

E - c4

F - d4

G - c5

H - d5

I - c6

J - d6

K - c7

L - d7

M - c8

N - d8

O - c9

P - d9

Q - c10

R - d10

S - c11

T - d11

U - c12

VE - d12

VF - c13

VG - d13

VH - c14

VI - d14

VJ - c15

VK - d15

VL - c16

VM - d16

VN - c17

VO - d17

VP - c18

VQ - d18

VR - c19

VS - d19

VT - c20

VU - d20

AV - c21

AV - d21

AV - c22

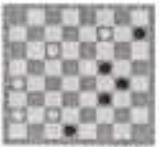
AV - d22

AV - c23

AV - d23

AV - c24

AV - d24



ТЕСТ № 15

1. Определите, на какой клетке находится белая ладья.

A - d2

B - e2

C - d3

D - e3

E - d4

F - e4

G - d5

H - e5

I - d6

J - e6

K - d7

L - e7

M - d8

N - e8

O - d9

P - e9

Q - d10

R - e10

S - d11

T - e11

U - d12

V - e12

W - d13

X - e13

Y - d14

Z - e14

AA - d15

AB - e15

AC - d16

AD - e16

AE - d17

AF - e17

AG - d18

AH - e18

AI - d19

AJ - e19

AK - d20

AL - e20

AM - d21

AN - e21

AO - d22

AP - e22

AQ - d23

AR - e23

AS - d24

AT - e24

AU - d25

AV - e25

AW - d26

AX - e26

AY - d27

AZ - e27

BA - d28

BB - e28

BC - d29

BD - e29

BE - d30

BF - e30

BG - d31

BH - e31

BI - d32

BJ - e32

BK - d33

BL - e33

BM - d34

BN - e34

BO - d35

BP - e35

BQ - d36

BR - e36

BS - d37

BT - e37

BU - d38

BV - e38

BW - d39

BX - e39

BY - d40

BZ - e40

CA - d41

CB - e41

CC - d42

CD - e42

CE - d43

CF - e43

CG - d44

CH - e44



ТЕСТ № 16

1. Определите, на какой клетке находится белая ладья.

A - d2

B - e2

C - d3

D - e3

E - d4

F - e4

G - d5

H - e5

I - d6

J - e6

K - d7

L - e7

M - d8

N - e8

O - d9

P - e9

Q - d10

R - e10

S - d11

T - e11

U - d12

V - e12

W - d13

X - e13

Y - d14

Z - e14

AA - d15

AB - e15

AC - d16

AD - e16

AE - d17

AF - e17

AG - d18

AH - e18

AI - d19

AJ - e19

AK - d20

AL - e20

AM - d21

AN - e21

AO - d22

AP - e22

AQ - d23

AR - e23

AS - d24

AT - e24

AU - d25

AV - e25

AW - d26

AX - e26

AY - d27

AZ - e27

BA - d28

BB - e28

BC - d29

BD - e29

BE - d30

BF - e30

BG - d31

BH - e31

BI - d32

BJ - e32

BK - d33

BL - e33

BM - d34

BN - e34

BO - d35

BP - e35

BQ - d36

BR - e36

BS - d37

BT - e37

BU - d38

BV - e38

BW - d39

BX - e39

BY - d40

BZ - e40

CA - d41

CB - e41

CC - d42

CD - e42

CE - d43

CF - e43

CG - d44

CH - e44



ТЕСТ № 17

1. Определите, на какой клетке находится белая ладья.

A - d2

B - e2

C - d3

D - e3

E - d4

