

количеством материала. Техника реализации преимуществ в окончаниях 3 X 3 шашки, 4 X 4 шашки. Новые идеи. Оригинальные планы.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

- формирование мотивации к занятиям шашками;
- развитие личностных качеств:
- развитие внимания (интенсивности, устойчивости, переключаемости), воображения, памяти, 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 шашкистов, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разделение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, в каждой части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщаются информации, способствующие развитию интеллекта и психических функций. В подготавливаемой части - методы развития внимания, сенсомоторики и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки в решающей степени зависит от психических особенностей шашкистов, задач и направленности учебно-тренировочного занятия.

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

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)

На всех этапах спортивной подготовки техническая подготовка включает в себя:

- участие шашкистов в квалификационных и тематических турнирах;
- анализ партий и типовых позиций, индивидуальное занятие;
- выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировки со спарринг - партнером;
- выполнение переводных и нормативных требований;
- консультационные партии, конкурсы решения задач и этюдов, сеансы одновременной игры.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

Основные понятия о питании. Краткая характеристика пищевых физических упражнений и спорта. Личная гигиена шашкиста.

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

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

Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятий спортом. Значение правильного режима для нового спортсмена. Место ежечасной утренней гимнастики и водных процедур в режиме дня шашкиста. Режим сна и питания шашкиста. Длительная активность шашкиста. Требования к режиму шашкиста. Режим шашкиста во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шашкиста. 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. Строение упражнения

Построение в шеренгу, колонну (соблюдя 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. Передвижение 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; представления шагами, в движении.

2. Общеразвивающие упражнения без предметов

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

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

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

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

Детсколетнее упражнение: ходьба на носках, на пятках, на внутренних, наружных стороне стопы, в полуприседе и приседе, выпады, с наклоном подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетании 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 низкого и высокого 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 разбега и с места. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Спортивные и подвижные игры.

Туризм, походы, в том числе многодневные: Эскурсии и прогулки в лесу.

Плавание: обучение плаванью различными стилями, премы спасения утопающих.

3. Общеразвивающие упражнения с предметами

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

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

спину), перешагивание и перепрыгивание 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 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 вниз с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и вбросом из различных исходных положений (стоя, сяд, лежа), передача 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) упражнения повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха увеличивается. Через некоторое время спортсмен довольно легко выполняет серии вдохов на 8, 12, 16, 20 и более шагов.

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

3-е упражнение: Стоя, выпячивая 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 дополнительно 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 поднимает на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз.

Эффективность дыхательных упражнений очень велика, даже если им уделять в день по 5-6 минут. Улучшение в системе дыхания наступает уже через несколько занятий. Дыхание становится более глубоким и более редким. Жизненная емкость легких часто уже за 2-3 месяца систематических занятий увеличивается на 400-600 куб.см. Упражнения рекомендуются 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 проводится медицинские, медико-биологические мероприятия. Восстановительные мероприятия на учебно-тренировочном этапе, этапе совершенствования спортивного 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, психических, психологических и медико-биологических, медицинских) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов.

Естественные и фармакологические 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 дня следует составлять с учетом правильной смены различных видов деятельности, дифференцированного подхода к разным группам занимающихся (в зависимости от возраста, закономерностей восстановления организма) и индивидуальных условий. При этом должна быть соблюдена рациональная организация учебных и тренировочных занятий, активного и пассивного отдыха, питания, специальных профилактически-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 палеонного 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 многократное 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 психических 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 хронологическими факторами.

Тренерско-педагогические средства восстановления, тестирование и контроль

Под тренерско-педагогическими средствами восстановления подразумевается организация учебно-тренировочного процесса, включающая активный отдых, а именно:

- а) рациональное планирование учебно-тренировочного процесса, т.е. соответствие нагрузке функциональных возможностей организма спортсмена, рациональное сочетание общих и специальных средств, оптимальное построение тренировочных микро- и мезоциклов, целесообразность нагрузки и отдыха, их оптимальное сочетание, широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому, ведение специальных восстановительных циклов;

б) правильное построение отдельного учебно-тренировочного занятия с использованием необходимых вспомогательных средств для снятия утомления в соответствии с суточным стрессом; полноценная подготовка учащихся и заключительная часть занятия, правильный подбор мест занятий, веские специальные упражнения для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона.

Тренерско-педагогические средства – основные, поскольку нерациональное планирование тренировочных нагрузок неизбежно ведет к снижению любых естественных, медико-биологических и психологических средств.

Тренерско-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) биологические;

Средств медико-биологических средств, используемых в шахах, большую значимость имеет специально подготовленное питание, а также витаминизация.

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

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 тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шахам. Учащиеся должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения учебно-тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места занятий, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать

способность учащихся наблюдать за выполнением упражнений другими учащимися, находить ошибки и исправлять их. Привлечение судейских назывков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечение обучающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения на учебно-тренировочном этапе необходимо шахматов приучать к самостоятельному ведению учета учебно-тренировочных занятий с тематичкой, заданной и поставленными задачами, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Участием этапа спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять конспект учебного-тренировочного занятия, и совершенствовать умения проводить занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по шахкам в школьных соревнованиях в качестве ассистента, судьи, секретаря.

УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

На всех этапах спортивной подготовки, за исключением первого года обучения на этапе начальной подготовки, участие шахматов в квалификационных и тематических турнирах. Разбор с тренером-преподавателем сыгранных партий, анализ типовых положений, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировки со спаррингом - партнером. Тематические партии по консультации и связи одновременной игры.

4.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план рассчитан на 52 недели из них 6 недель самоподготовки (11,5%) для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.

Таблица № 16.

Учебно-тематический план и распределение учебно-тренировочных часов группы этапа начальной подготовки до года обучения

(4,5 часа в неделю)

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы											
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Общая физическая подготовка	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	Специальная физическая подготовка	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3.	Участие в спортивных соревнованиях												
4.	Тематическая подготовка (Шахматская подготовка)	82	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
4.1	Квалификационные турниры	27			2	2	2	2	2	2	2	2	2
4.2	Квалификационные партии, анализ партий и типовых позиций	60	8	8	6	6	6	6	6	6	6	6	6
5.	Тематическая подготовка	46	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6.	Тематическая подготовка	78	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
6.1	Физическая подготовка и спорт в России	1	1										
6.2	Шахматный кодекс в России. Исторический обзор развития шахек.	1	1										

6.3	Дублет	6	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2
6.4	Матчи шахмат	28	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
6.5	Экспресс	27	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
7.	Тематическая подготовка	2					2				2		
8.	Инструкционная практика												
9.	Судейская практика												
10.	Медицинско-биологические мероприятия (Медицинское обследование)												
11.	Восстановительные мероприятия												
12.	Тестирование и контроль.	2	1										

Всего часов 294 18 20 20 20 21 20 18 20 20 20 20 20 20

Таблица № 17.

Учебно-тематический план и распределение учебно-тренировочных часов группы этапа начальной подготовки старше года

(6 часов в неделю)

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы											
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Общая физическая подготовка	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	Специальная физическая подготовка	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3.	Участие в спортивных соревнованиях	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4.	Тематическая подготовка (Шахматская подготовка)	115	9	10	11	8	11	7	10	9	8	7	13
4.1	Квалификационные турниры	26	1	1	4	1	4	1	3	3	3	2	
4.2	Квалификационные партии, анализ партий и типовых позиций	89	8	9	7	7	7	6	7	6	5	4	11
5.	Тематическая подготовка	60	3	2	3	3	3	3	3	3	5	4	12
6.	Тематическая подготовка	94	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	13
6.1	Физическая подготовка и спорт в России	1	1										
6.2	Шахматный кодекс в России. Исторический обзор развития шахек.	1	1										
6.3	Дублет	20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6.4	Матчи шахмат	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
6.5	Экспресс	23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
7.	Тематическая подготовка	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8.	Инструкционная практика	1											
9.	Судейская практика	2						1					
10.	Медицинско-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	1											
11.	Восстановительные мероприятия												
12.	Тестирование и контроль.	2	1										

Всего часов 372 26 28 26 26 26 26 26 24 26 26 26 26 26 26

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

Таблица № 21.

№ п/п	Разделы подготовки	Месяцы																	
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8						
1.	Общая физическая подготовка	27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2.	Специальная физическая подготовка	27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3.	Участие в спортивных соревнованиях	150	10	10	10	10	10	15	15	15	15	15	15	15	10	10			
4.	Тематическая подготовка (Практическая подготовка)	374	20	27	24	20	21	18	22	29	27	22	22	64	67				
4.1.	Квалификационные турниры	102	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16			
4.2.	Конструктивные турниры, матчи партий и часовых партий	182	4	16	8	14	15	3	7	14	1	7	48	45					
5.	Тактическая подготовка	115	8	9	9	9	9	9	9	10	10	10	10	10	11				
6.	Теоретическая подготовка	208	39	39	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40					
6.1.	Физическая культура и спорт в России	2	2																
6.2.	Шашечный клуб в России. Интерактивный обзор раздаточных партий	3																	
6.3.	Дебют	146	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13					
6.4.	Миттеншахмат	146	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13					
6.5.	Энциклопедия	101	11	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
7.	Неделическая подготовка	50	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5					
8.	Инструментальная практика	10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
9.	Сувенирная практика	15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
10.	Медико-биологические мероприятия (Медицинское обследование)	4	4																
11.	Восстановительные мероприятия	56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12.	Тестирования и контроль	2	1																

Всего часов 1256; 95 108 96 108 108 96 108 108 96 108 108 96 108 108 108

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

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

В «русских шахках – 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 секунд на ход до конца партии.

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

Для зачисления на этап спортивной подготовки, лицо желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии иххождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «шахки» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шахки» 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 спортивной дисциплинам вида спорта «шахки».

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 и соответствия с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие помещения для игры в шахки;

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 оборудованием 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	штук	1
4.	Мат набивной (меллинобол) от 1 до 5 кг	комплект	2
5.	Ноутбук	штук	1
6.	Секундомер	штук	1
7.	Стол	штук	10
8.	Стул	штук	10

9.	Турник навесной для гимнастической стенки	штука	1
10.	Шпалочная доска складная с набором ланшек	комплект	10
11.	Шпалочные часы	штука	10
Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства			
12.	Веб-камера	штука	1

Таблица № 23.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, передаваемым в индивидуальное пользование

№ для	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1.	Шпалочная доска складная с набором ланшек	комплект	штука	количество	количество	количество	количество
				срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)
				-	-	1	3

Таблица № 24.

Обеспечение спортивной экипировкой

№ для	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1.	Костюм спортивный	штука	штука	количество	количество	количество	количество
				срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)	срок эксплуатации (лет)
				-	-	1	2
2.	Костюм спортивный летний	штука	штука	-	-	1	1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

3.	Кроссовки спортивные	пар	-	-	1	1	1
4.	Кроссовки тренировочные	пар	-	-	1	1	1
5.	Футболка спортивная	штука	-	-	2	1	1
6.	Шапка спортивная	штука	-	-	1	2	1
7.	Шорты спортивные	штука	-	-	2	1	1

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

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

- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организационно-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 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 № 612381).

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 Единые квалификационные справочники должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минпросвещения 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 «шашки», 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 – многоступенчатый 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 Мавлашин С. С., Громов Г. В.).
- 8) Шашки. Интерпретированный 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) Дамочкин В. К. Позиционные приемы игры в русских шашках. М., ФИС, 1976.
- 10) Елищев Б. М. Избранные партии, окончания, этюды. М., ФИС, 1960.
- 11) Голоусов В. Н., Шал М. М. Курс шашечных лекций (2 часть). Челябинск, 1995.
- 12) Виткава В. Я. Радость творчества. М., ФИС, 1986.
- 13) Вирный А. Я. Немного о шашках, но по существу. М., Гранд, 2004.
- 14) Витовкина Л. С. Секреты этюдного творчества. Минск, Полымя, 1986.

- 15) Волчек А. А. Шашечный практикум 2000 позиции 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) Герцанзон Б. М., Гершт С. С. Волшебник русских шашек. Ленинград, 1991.
- 18) Герцанзон Б. М., Напреенок А. Шашки – это интересно. Д., Детская литература, 1989.

- 19) Голоусов В. М. Играйте в шашки. Ленинград, 1983.
- 20) Голоусов В. М. Мастера шашечных турниров. Ленинград, 1989.
- 21) Горюцкий В. В. Борьба в середине партии. М., ФИС, 1965.
- 22) Горюцкий В. В. Квеста о шашках. М., Детская литература, 1984.
- 23) Дунавский А. И. Окончание в шашечной партии. М., ФИС, 1965.
- 24) Злобинский А. Д. Комбинация в русских шашках. Киев, Зворонье, 1985.
- 25) Калинин Д. М., Сталковский М. М. Шашечный этюд. М., ФИС, 1982.
- 26) Куличихин А. И. История развития русских шашек. М., ФИС, 1982.
- 27) Кувчев Н. А. 125 шашечных этюдов. М., ФИС, 1950.
- 28) Литвинович В. С., Перчевек И. Р. Школа позиционной игры. М., ФИС, 1984.
- 29) Литвинович В. С., Петра Н. Н. Курс шашечных дебютов. Минск, Полымя, 1985.
- 30) Мишнев В. Р., Барская Ю. П. Курс шашечных окончаний. М., ФИС, 1989.
- 31) Миротин Б. А., Козлов И. П. Тактика в русских шашках. М., ФИС, 1974.
- 32) Рамм Д. 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) Солинский С. С. Комбинационные идеи в русских шашках. М., ФИС, 1979.
- 36) Халкевич Г. И. 25 уроков шашечной игры. Минск, Полымя, 1979.
- 37) Цирки З. И. Четверть века за шашечной доской. Харьков, Препор, 1965.
- 38) Цирки З. И. Шашечный этюдник. М., ФИС, 1959.
- 39) Цирки З. И. Русские шашки. М., ФИС, 1953.
- 40) Цувереняк Э. Г. Антология шашечных комбинаций. М., ФИС, 1987.
- 41) Шмудлин Т. Г. Сердцана игры в шашки. М., ФИС, 1954.
- 42) Шашечный кодекс России. Тихвин, 2003.

Перечень интернет-ресурсов

1. Шашечные сайты
 - <http://www.edc.org.pl/edc/>
 - <http://www.fishd.org/>
 - <http://www.kndb.nl/stps/>
 - <http://www.shashki.com/>
 - <http://www.shashki.ru/>
 - <http://www.fish.ru/>
2. Электронные учебники
 - <http://shkolashashkek.papoi.ru/>

Компьютерные учебные программы

- a. WINRUSS
- b. WINRAZ
- c. WINDAM
- d. AURORA
- e. TRUUS
- f. PLTS600
- g. DAM22
- h. TORNAO
- l. CH

Компьютерные базы данных

- a. WINTRUUS
- b. AURORA
- c. TORNAO 1.0/2.0
- d. TURBO DATABASE

Компьютерные судейские программы

- a. SW-46RUS
- b. TOERNOOMANAGER
- c. KOMPITE

Текущий контроль

Приложение № 1

Этап начальной подготовки до года

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

Этап начальной подготовки свыше года

1. Проверить умение определять название полей шахматной доски по названным координатам.
2. Проверить знания истории развития шахек, их возникновение, упоминание в былинах.

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

1. Проверить умение осуществлять простые комбинации в пределах двух-трех ходов.
2. Проверить знания понятия кол. тачок, рожек, связка, зевки.
3. Проверить знания основных методов игры при разигрывании дебюта.
4. Проверить знания категории соревнований.
5. Проверить знания перилат чемпионатов страны.
6. Проверить знания основных Положений Российского шахматного кодекса.

*Правила прижизнения чемпи. Фиксирование падения флага. Разрядные нормы.**Учебно-тренировочный этап (стад спортивной специализации) свыше трех лет*

1. Проверить знания роли старшего поколения русских мастеров в становлении советской шахматной школы (Турецтво В.В. Мезюва, Н.А. Кукуев).
2. Проверить знания контролей времени на обдумывание хода в партии.

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

1. Проверить знание начальной подготовки и тренировочного этапа обучения.
2. Проверить знания достижения в теории, практике, композиции В.А. Сокова.
3. Проверить знания правил проведение соревнований по круговой и швейцарской системе. Система коэффициентов при определении победителей. Функции ФАЖД.
4. Проверить знания о развитии шахек после Великой Отечественной войны.
7. Знать принципы борьбы против кола.

8. Проверить знания классического наследия великих 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 «Колд», «Тьюко», «Отыгрыш», «Городская 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 знания дебютов «Игра Боланского», «Отказанная игра Боланского» - первые 5-6 ходов. Дебют «Жертва Кукуева» - начальное представление.

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

1. Проверить знание дебютов «Ленинградская защита», «Новозеленградская защита», «Киевская защита», «Новозеленская защита» - общий обзор, первые 7-8 ходов.
2. Проверить знания дебютов «Центральная партия» - несколько форсированных вариантов, «Новое начало», «Игра Романячева», «Обратная игра Боланского».
3. Проверка знания Рогатки, способов ее построения, выходов из рогадки.
4. Проверка знаний коловых позиций.
5. Выполнить норматив кандидата в мастера спорта.

Этап совершенствования спортивного мастерства

1. Проверить знания основных систем «Косак» с 5, аф2, «Жертва Кукуева», «Перекресток», «Игра Филиппова», «Колд», «Игра Боланского», «Отказанная игра Боланского», дебюты: «Игра Дьяконова», «Игра Рамма-Дувривика», «Жертва Шопина-Харьянова» - общий обзор.
2. Проверить знания о дебютах: «Городская партия», «Обратная городская партия», «Отыгрыш», «Старая партия», «Защита Колана», «Косак Саргива», «Косак Хромого», «Обратный колд», «Обратный тьюко» - 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 динамика показателей результативности.

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

1. Проверка знаний и умения в разыгрывании окончаний: четыре дамки против одной, три дамки против одной, треугольник Петрова.
2. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамика 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.

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 динамика показателей результативности.

Этап совершенствования спортивного мастерства

1. Проверить знания гамбитных позиций, основные принципы их разыгрывания, значение темпов, комбинационные идеи в гамбитных позициях.
2. Проверить знания о нерешенных 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 простой, окончание с проходными пешками у обеих сторон.
4. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамика 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 шахматиста, закономерностей тренировочных занятий.
3. Проверить знания схемы построения индивидуального плана - графика тренировочных занятий.
4. Мониторинг участия обучающегося в официальных спортивных соревнованиях и динамика показателей результативности.

