

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа «Юность»
Арсеньевского городского округа**



УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО СШ «Юность»

К.В. Ковалев

» 07 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ПО ВИДУ СПОРТА «ШАХМАТЫ»**

Сведения о разработчиках программы:

Чертинова Ксения Викторовна – инструктор-методист

г. Арсеньев, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современный век информационных технологий все большую актуальность приобретают навыки, связанные с обработкой большого количества информации, ее систематизацией, а также способность находить различные подходы для решения той или иной задачи. Обучение игре в шахматы способствует гармоничному развитию личности, формируя навыки аналитического и логического мышления. Занятия шахматами учат ребенка самостоятельно рассуждать, принимать решения, исходя из сложившейся ситуации. Обучающийся с каждым занятием начинает понимать, что он что-то может делать самостоятельно. Шахматы могут оказать значительное воздействие на формирование характера ребенка, развитие личностного потенциала, а знаменитое шахматное правило «тронул фигуру – ходи» приучают к порядочности и ответственности за свои поступки. Играя в шахматы, соблюдая законы и правила шахматной игры, ребенок вырабатывает в себе целый комплекс жизненно необходимых качеств, и что не менее важно, у него вырабатывается свой собственный, спортивный характер, проявляется настойчивость в достижении цели.

Нормативно-правовая база программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 04 декабря 2007 № 392-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ред.от 23.06.2014);
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)

Программа предназначена для тренеров-преподавателей и инструкторов по спорту, учреждений дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности, осуществляющих образовательную деятельность на спортивно-оздоровительном этапе.

Данная образовательная программа является основным документом организации учебно-тренировочной и воспитательной работы в МБУ ДО СШ «Юность» на спортивно-оздоровительном этапе.

Цель программы: создание условий для развития интеллектуально-творческой, одаренной личности через занятия шахматами.

Достигается указанная цель через решение следующих **задач:**

Обучающие:

- ознакомить с историей шахмат;
- обучить правилам игры;
- дать учащимся теоретические знания по шахматной игре;
- ознакомить с правилами проведения соревнований и правилами турнирного поведения.

Развивающие:

- развить логическое и образное мышления, память, внимание, усидчивость и другие положительные качества личности; ·
- развить у учащихся практические навыки шахматной игры;
- развить умение сохранять выдержку, критически относиться к себе и к сопернику; ·
- сформировать навыки запоминания.

Воспитывающие:

- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствования и самооценки;
- привить учащимся интерес к занятиям шахматами.

Ключевые компетенции, развиваемые у учащихся в ходе реализации программы:

- Ценностно-смысловые компетенции
- Общекультурные компетенции
- Учебно-познавательные компетенции
- Информационные компетенции
- Коммуникативные компетенции
- Социально-трудовые компетенции

- Компетенции личностного самосовершенствования

Ожидаемые результаты:

- привлечение детей к занятиям шахматами;
- отбор талантливых детей для перевода на последующие этапы обучения;
- овладение теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками по шахматам;
- выполнение контрольных нормативов по специальной подготовке.

Программа рассчитана на 208 астрономических часов, носит образовательно-развивающий характер, направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей учащихся; имеет физкультурно-спортивную направленность.

Общие требования к организации учебно-тренировочной работы.

Учебно- тренировочная деятельность в СОГ организуется на основе данной программы и проводится круглогодично в течение 52 недель: 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительные 6 недель в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам воспитанников на период их активного отдыха.

Режим учебно-тренировочной деятельности и требования по спортивной подготовке шахматистов СОГ

Этапы подготовки	СОГ
Возраст	6-17 лет
Наполняемость (мин/рекомендуемая/макс)	10/15/30 чел.
Количество часов в неделю	4
Количество тренировок в неделю	2
Общее количество часов в год	208
Требования по спортивной подготовке на конец учебного года	Выполнение требований контрольно-переводных нормативов

Комплектование спортивно-оздоровительных групп

В СОГ зачисляются мальчики и девочки, достигшие 6-летнего возраста, желающие заниматься шахматами и имеющие письменное разрешение врача-педиатра.

Основанием для зачисления в группу является заявление родителей и справка о медицинском освидетельствовании.

Формы организации образовательного процесса: учебно-тренировочные занятия, соревновательная практика, групповые или индивидуальные консультации с тренером-преподавателем по отдельным учебным темам или вопросам, проводимые по инициативе преподавателя или по просьбе учащихся (их родителей).

Виды и формы контроля: педагогический (контрольно-переводные испытания) и врачебный (не реже двух раз в год).

Основным показателем эффективности учебно-тренировочного

процесса в СОГ является выполнение воспитанниками требований нормативов программы по специальной подготовке.

В спортивно-оздоровительных группах начинающие шахматисты, как правило, не выступают в официальных соревнованиях, поэтому учебно-тренировочный процесс должен быть насыщен достаточным количеством внутренних турниров (тематических, квалификационных) и различными массовыми мероприятиями.

Годовой план распределения часов для СОГ (4 часа)

№	Разделы подготовки	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Всего часов
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
2	Специальная физическая подготовка(СФП)													0
3	Технико-тактическая подготовка(ТТГ)	7	7	7	7	7	6	6	5	7	7	7	7	80
4	Теоретическая и психологическая подготовка (ТеорП, ПП)	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	72
5	Участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика (УСС, ИСП)		1	1	1	1				1	1	1	1	8
Общее количество часов		17	18	18	18	18	16	16	15	18	18	18	18	208

Содержание учебного плана обучения

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Физическая культура и спорт в Российской Федерации.

Понятие о физической культуре.

Шахматный кодекс. Судейство и организация соревнований

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронул-ходи», требование записи турнирной партии. Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская. Контроль времени на обдумывание ходов и партии. Организация и проведение соревнований.

Исторический обзор развития шахмат

Происхождение шахмат. Распространение шахмат на Востоке. Легенда о Радже и мудреце. Проникновение шахмат в Европу.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

Дебют

Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития дебюта. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Стратегические идеи итальянской партии. Методы работы над дебютом. Принципы составления дебютного репертуара. Понятие дебютной новинки.

Миттельшпиль

Понятие о тактике. Понятие комбинации. Основные тактические приемы.

Связка, полусвязка, двойной удар, «вилка», вскрытое нападение, вскрытый шах, двойной шах, отвлечение, завлечение. Размен. Определение стратегии.

Принципы реализации материального преимущества. Простейшие принципы разыгрывания середины партии: целесообразное развитие фигур, мобилизация сил, определение ближайшей и последующих задач.

Эндшпиль

Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность короля в эндшпиле. Матование одинокого короля. Пешечные окончания. Оппозиция. Правило квадрата. Король и пешка против короля. Ферзь против пешки. Ладья против пешки. Коневые окончания.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Строевые упражнения

Построение в шеренгу, колонну, соблюдая интервал и дистанцию.

Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Отставить!»

Расчеты группы: по порядку, на первый и второй. Повороты на месте и в движении: направо, налево, кругом. Передвижения: шаг и бег на месте, бег, переход с шага на бег и с бега на шаг, изменение длины и частоты шагов. Перестроения: из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два, повороты в движении. Размыкания и смыкания: приставными шагами, в движении.

Общеразвивающие упражнения

Для мышц и плечевого пояса: одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, маховые и круговые движения, взмахи и рывковые движения в различных исходных положениях, на месте и в движении, сгибание 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, назад), сгибание и разгибание ног стоя (полуприседания, приседания, выпады), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, скрестно, на одной ноге), передвижение прыжками на одной и на обеих ногах на 50 м.

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

Легкоатлетические упражнения: ходьба на носках, на пятках, на внутренней и наружной стороне стопы, в полуприседе и приседе, выпадами с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег обычный, с высоким подниманием бедра, со сгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону. Бег на короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различные дистанции.

Спортивные и подвижные игры в спортзале и на открытом воздухе.

Туризм: походы, экскурсии и прогулки в лесу и за городом.

Плавание: обучение плаванию различными стилями, приемы спасения утопающих.

КОМПЛЕКС ПРОГРАММНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ УЧАЩИМИСЯ

Требования к знаниям и умениям учащихся окончивших обучение

Должен знать:

- иметь представление об истории и происхождении шахмат;
- знать шахматную терминологию;
- знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию, определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую»;
- элементарные правила игры в шахматы;
- правила хода и взятия каждой из фигур;
- показать знания простейших дебютных принципов;
-

Должен уметь:

- концентрировать внимание, ценить время;
- правильно помещать шахматную доску между игроками;
- правильно расставлять фигуры на доске;
- владеть шахматной нотацией;
- разыгрывать шахматную партию до конца, не нарушая основы шахматного кодекса;
- рокировать, объявлять шах, ставить мат;
- решать элементарные задачи;
- владеть простейшими принципами реализации материального преимущества, разыгрывания середины партии.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия включают организационную, теоретическую и практическую части. Так как занятия проводятся парами, то первый урок – теоретический, повторение старого, либо изучение нового материала, второй – практический, предназначенный для закрепления ранее изученного материала. Организационная часть обеспечивает наличие всех необходимых для работы материалов, пособий и иллюстраций. Теоретическая работа с детьми проводится в форме лекций, бесед, анализа сыгранных ребятами партий, разбора партий известных шахматистов; учащиеся готовят доклады по истории шахмат.

Практические занятия также разнообразны по своей форме – это исеансы одновременной игры с руководителем, конкурсы по решению задач, этюдов, игровые занятия, турниры. Результаты работы определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний.

Критерии успешности определяются выполнением контрольных нормативов. Соотношение теоретического к практическому материалу в процессе реализации данной образовательной программы распределяется в пропорции: 25% теории к 75% практики, что свидетельствует не только о практикоориентированности данной программы, но и закладывает фундамент для достижения в будущем высоких спортивных результатов.

Учебно-тематический материал по теории и практике шахмат излагается в развитии, частями. Связь между учебно-тематическими и практическими вопросами прослеживается через анализ собственных партий юного шахматиста.

Методический анализ осуществляется в виде самостоятельного или вместе с тренером-преподавателем разбора партий. Цель самоанализа партий заключается в обучении навыкам решения реальных игровых ситуаций.

На уровне аналитической работы происходит:

- процесс взаимного обогащения - тренер учит и учится сам от ученика;
- понимание того, что нужно сейчас ученику в плане продвижения вперед.

При этом необходимо учитывать индивидуальный темп развития, осуществлять индивидуальный подход к каждому ученику. Такой подход обеспечивает овладение важнейшими практическими навыками: умение объективно оценивать позицию, быстро и точно рассчитывать варианты, намечать наиболее целесообразный план игры.

Методика обучения (формы, приемы):

Подобранные упражнения представляют собой процесс анализа, решения или разыгрывания тематических позиций, которые могут быть как:

- точные - теоретические;
- типичные - классификация по стратегическим или тактическим признакам;
- фрагменты из партий - различное игровое содержание;
- этюды - аналитические, художественные.

Моделирование тестовых упражнений направлено на развитие:

- оперативной памяти;
- оперативного мышления;
- функции внимания;
- восприятия;
- оценочной функции.

Формы и методы реализации программы: уроки, групповые занятия, индивидуальные занятия, игровая деятельность, конкурсы решения, турнирная практика, разбор партий, работа с компьютером.

Средства реализации программы: учебно-тематические планы; методические указания и методическое обеспечение программы, сборники задач, шахматная литература; обучающие компьютерные программы по шахматам.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Воспитательная работа в спортивных школах направлена на формирование личности юного спортсмена. Главная задача – воспитание высоких моральных качеств: патриотизма, преданности своей стране, высокой сознательности, чувства ответственности за свои поступки, порученное дело. Не менее важно воспитание уважения, любви к труду и творчеству, настойчивости в достижении поставленной цели, добросовестности, организованности, умения преодолевать трудности, что особенно важно в деятельности спортсменов, так как успехи в современном спорте зависят во многом от трудолюбия. Столь же велико значение воспитания дружелюбия, взаимного уважения, способности сопереживать, стремления прийти на помощь, коллективизма, когда только совместные усилия приводят к достижению общей намеченной цели. Одним из главных качеств спортсменов является дисциплинированность. Ее воспитание следует начинать с первых занятий, строго требуя четкого исполнения указаний тренера-преподавателя, соблюдения правил поведения на тренировках и соревнованиях, в школе и дома.

Основными средствами воспитательного взаимодействия при подготовке шахматистов являются:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера-преподавателя;
- высокая организованность учебно-тренировочного процесса;
- дружный коллектив, сплоченный единством цели;
- атмосфера трудолюбия, творчества, взаимопомощи;
- бережное, вдумчивое отношение к традициям;
- система морального стимулирования;
- наставничество старших опытных спортсменов.

Часто применяются следующие формы воспитательной работы:

- активное привлечение воспитанников к общественной работе;
- информирование о выдающихся достижениях российских спортсменов в шахматах и других видах спорта;
- беседы на духовно-нравственные темы;

- встречи с ветеранами шахматного спорта, интересными людьми;
- регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности занимающихся;
- торжественное чествование победителей соревнований и отличников учебы;
- просмотр соревнований;
- организация свободного времени спортсменов;
- взаимосвязь с общеобразовательной школой и школьными организациями.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Психологическая подготовка шахматиста – это целенаправленный процесс развития и совершенствования значимых свойств, необходимых для полноценного развития личности и достижения высоких спортивных результатов.

Цель психологической подготовки – формирование готовности к тренировочной и соревновательной деятельности, требующей волевых усилий для преодоления внешних и внутренних препятствий, совершенствование эмоциональных свойств личности, развитие интеллекта спортсмена.

Задачи психологической подготовки:

- формирование значимых морально-волевых качеств;
- совершенствование свойств внимания;
- овладение умением сосредотачиваться и мобилизоваться во время тренировочного процесса;
- овладение умением управлять своими чувствами, действиями, эмоциями, поведением;
- овладение умением регулировать психическое состояние во время соревнований;
- развитие способностей к самоанализу, самокритичности, требовательности к себе;
- овладение умением противостоять неблагоприятным воздействиям внутренних и внешних факторов;
- создание уверенности в своих силах;
- формирование готовности к выступлениям на соревнованиях;
- воспитание стремления целеустремленно бороться за победу.

Психологическая подготовка к тренировочным занятиям предусматривает решение задач, среди которых главной является формирование мотивов для напряженной тренировочной работы и осознанного положительного отношения к спортивному режиму, тренировочным нагрузкам и требованиям.

В психологической подготовке шахматистов применяются следующие методы:

- словесные воздействия: разъяснение, рассказ, беседа, убеждение, педагогическое внушение, одобрение, критика;
- выполнение посильных задач для достижения результата;
- введение ситуаций, требующих преодоления трудностей: волнения, страха, неприятных ощущений (используя данные ситуации, необходимо соблюдать постепенность и осторожность, не требуя предельной мобилизации);
- применение установок перед соревнованиями, исходя из их уровня и подготовленности спортсмена;

Правильно организованная психологическая подготовка позволяет успешно решать задачи учебно-тренировочного процесса и достигать высоких спортивных результатов.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

На занятиях используются: ·

- магнитная демонстрационная доска с магнитными фигурами – 1 штука;
- шахматные часы – 2 штуки;
- таблицы к различным турнирам;
- раздаточные материалы;
- учебно-методические материалы для тренера и для учащихся;
- вопросники к контрольным занятиям и викторинам;
- словарь шахматных терминов;
- комплекты шахматных фигур с досками – 10-12 штук
- программное обеспечение;
- компьютер;

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Рекомендованная литература

- Абрамов С.П., Барский В.Л. Шахматы: первый год обучения. Методика проведения занятий. – М.: ООО «Дайв», 2009 – 256 с.
1. Барский В.Л. Шахматы: второй год обучения. Методика проведения занятий. – М.: ООО «Дайв», 2011 – 288 с.
 2. Авербах Ю.Л. Котов А.А. Шахматная академия. 24 лекции. – Ростов-на-Дону, 2003.
 3. Авербах Ю.Л. Школа середины игры. – М., 2000.
 4. Авербах Ю.Л., Котов А.А., Юдович М.М. Шахматная школа. – М.: Физкультура и спорт, 1976.
 5. Блох М.В. 600 комбинаций – М. 2001.
 6. Волчок А.С. Уроки шахматной тактики – Николаев: Мысль, 2003
 7. Гил В.Я. Необычные шахматы. – М.: Астрель, 2002.
 8. Голенищев В.Е. Программа подготовки шахматистов IV-III разрядов. – М, 1968.
 9. Губницкий С.Б. Полный курс шахмат: 64 урока для новичков и не очень опытных игроков. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 538 с.
 10. Ильин Е.И. Приключение пешки. – М.: Детская литература, 1978. – 16 с.
 12. Карахал Ю.И. Шахматы – увлекательная игра. – М.: Знание, 1982.
 13. Костров В. Занимательные шахматы. М.: Просвещение, 1997. – 416 с.
 14. Костьев А.Н. Учителю о шахматах. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
 15. Костьев А.Н. Уроки шахмат. – М.: Физкультура и спорт, 1994.
 16. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. – М., 1985.
 17. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. – М., 1980.
 18. Пожарский В.Н. Шахматный учебник. – Рязань: 1994.
 19. Юдович М.М. Занимательные шахматы. – М.: Физкультура и спорт, 1966.