

Управление народного образования администрации
города Мичуринска Тамбовской области

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»
города Мичуринска Тамбовской области

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению на заседании
педагогического совета
от 30.08.2023г., протокол № 1

Утверждена приказом
МБОУ ДО ДЮСШ
от 31.08.2023 г. № 53-од
И.о. директора  Д.С. Солопов



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«ШАХМАТЫ»

(базовый уровень)

Возраст учащихся: 8-14 лет

Срок реализации: 3 года

Авторы-составители:

Шереметьева Ольга Серафимовна,
методист,

Розов Сергей Анатольевич,
тренер-преподаватель

г.Мичуринск, 2023

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» города Мичуринска Тамбовской области
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы»
3. Сведения об авторе-составителе программы:	
3.1. Ф.И.О., должность, стаж	Шереметьева Ольга Серафимовна, методист, Розов Сергей Анатольевич, тренер-преподаватель
4. Сведения о программе	
4.1. Нормативная база	<p>Федеральный закон от 29.12.2012г.№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";</p> <p>Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI «Гигиенические нормативы по устройству,</p>

	содержанию к режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»); Устав учреждения.
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Уровень освоения программы	Базовый
4.5. Тип программы	Модифицированный
4.6. Вид программы	Общеразвивающая
4.7. Форма обучения	Очная
4.8. Возраст учащихся по программе	8-14 лет
4.9. Продолжительность обучения	3 года

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шахматы» - это ответ на возросший интерес со стороны социума к данному виду спорта. Программа имеет *физкультурно-спортивную направленность*. Она ориентирована на как обеспечение интеллектуального развития, так и на создание необходимой двигательной активности. Обучение по данной программе способствует всестороннему развитию, формированию положительных личностных качества, определиться со спортивной специализацией.

Шахматы - настольная логическая игра, сочетающая в себе элементы искусства, науки и спорта. Одна из древнейших на Земле игр, сохранившихся до нашего времени. Долгое время считалась игрой королей и аристократов. Игра осуществляется двумя игроками по определённым правилам. Игра способствует развитию памяти, логического и творческого мышления, вырабатывает решительность, последовательность, умение принимать ответственные решения. Игра в шахматы - это школа терпения и критического подхода к себе и партнерам.

Актуальность программы.

В настоящее время, когда весь мир вступил на новый этап развития науки и техники, культуры и экономики, передовых технологий и социальной сферы, особенно большое значение приобретает способность быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, умение анализировать её и делать логические выводы. Очень большую роль в формировании логического и системного мышления играют шахматы. Занятия шахматами способствуют повышению интеллектуального уровня учащихся, умению концентрировать внимание на решении задач в условиях ограниченного времени.

В этой связи перед системой дополнительного образования встают новые задачи, решение которых сопряжено с необходимостью разработки и реализации программ, способных удовлетворить разнообразные запросы детей и их родителей (законных представителей) в сфере дополнительного образования, обеспечить его доступность и качество.

Учитывая растущий в среде потребителей спрос на услуги дополнительного образования, интерес к интеллектуальным видам спорта, в частности шахматам, и ярко выраженную в последнее время тенденцию раннего приобщения детей к занятиям спортом, необходимость создания программы, удовлетворяющей запросы социума и отвечающей интересам личности представляется *актуальной*.

Отличительные особенности программы.

Разрабатывая программу, мы исходили из того, что она одинаково успешно может осваиваться детьми с различными стартовыми возможностями, гарантируя каждому возможность достижения

максимального личностного результата.

Отличительной особенностью программы является то, что в основу её построения и отбора содержания образования положены идея единства интеллектуального, психического и физического развития и идея равноуровневости.

Новизна программы.

Программа представляет принципиально новый подход к организации освоения содержания образования в области физической культуры и спорта детьми 8-14 лет. Каждый ребенок получает возможность освоить тот уровень, который наиболее полно отвечает его желаниям и возможностям на конкретном временном отрезке.

Уровень первого года обучения предполагает освоение общих теоретических знаний в области шахмат, овладение основными умениями и навыками, обеспечивающими в дальнейшем успешное овладение широким арсеналом шахматных знаний.

Организация образовательной деятельности на уровне второго года обучения обеспечивает освоение теоретических знаний, овладение практическими навыками в области шахматного образования и развитие необходимых шахматисту личностных качеств.

Уровень третьего года обучения, помимо знаний, умений и навыков предшествующих уровней, ориентирован на развитие творческого мышления, совершенствование тактических умений и навыков.

Большое внимание в рамках настоящей программы уделяется мониторингу индивидуальных достижений учащихся и на этой основе разработке индивидуальных траекторий освоения программного материала.

Педагогическая целесообразность.

Настоящая программа отвечает интересам детей и их родителей (законных представителей), соответствует возрастным особенностям занимающихся, способствует их интеллектуальному, физическому, психическому и нравственному развитию и обеспечивает освоение программного материала в индивидуальном темпе, объеме и уровне сложности.

Адресат программы.

Программа адресована детям 8-14 лет, желающим развить в себе интеллектуальные, физические и личностные качества, которые в дальнейшем позволят совершенствоваться в таком виде спорта, как шахматы. Ребенок в возрасте 8-14 лет становится сильным, выносливым и ловким, имеет потребность в регулярной нагрузке. Понимает и принимает правила командных игр и требования тренера, занимаясь спортом.

В этом возрасте дети уже успешно осваивают новые знания, учатся обобщению и знакомятся с различными абстрактными понятиями, сравнивая и различая их между собой. К 14 годам ребенок уже умеет самостоятельно рассуждать, анализировать, делать выводы, становится способен к рефлексии - оценке своего внутреннего состояния. Он может усилием воли сосредоточиться на выполнении определенной задачи и думать тогда, когда

это нужно, а не только тогда, когда ему что-то интересно или просто нравится.

Ребенок в младшем школьном возрасте осознает свою принадлежность к социуму, и примеряет на себя множество новых ролей: ученик, одноклассник, друг, гражданин. Умеет и любит общаться со взрослыми и сверстниками, учитывая не только свои интересы, но и интересы других людей. Способен дать оценку действиям и событиям. Нуждается в поддержке и одобрении взрослого: учителя, родителя. Становится более самостоятельным и инициативным. В этом возрасте начинают выравниваться процессы возбуждения и торможения, и ребенок легче успокаивается, проще реагирует на неудачи.

В это время очень важно в разумных пределах поощрять инициативу и самостоятельность, воспитывать настойчивость, уверенность, предоставлять возможность общаться со сверстниками, формировать правильные, соответствующие возрасту, ценностные ориентации, обеспечивать оптимальную физическую активность

Условия набора в учебные группы.

Учебные группы комплектуются из числа детей 8-14 лет, желающих заниматься шахматами и не имеющих медицинских противопоказаний.

Количество учащихся в группе.

Наполняемость учебных групп: 12-15 человек.

Нормативный срок освоения программы – 3 года.

Общее количество учебных часов – 828 часа. Учебный план рассчитан на 46 учебных недель.

Форма обучения – очная.

Образовательная деятельность осуществляется в учебных группах как *постоянного состава.*

Режим занятий.

Периодичность занятий – 3 учебных занятия в неделю.

Продолжительность одного учебного занятия – два академических часа (1 час 30 минут).

1.3. Цели и задачи программы

Цель программы – обеспечение интеллектуального и физического развития средствами шахмат.

Задачи программы (таблица 1)

Таблица 1

Задачи программы, обеспечивающие достижение цели дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Шахматы» на каждом из уровней её освоения

Уровень Задачи	Первый год обучения	Второй год обучения	Третий год обучения
Образовательные	- обеспечить освоение теоретических знаний в сфере физической культуры и спорта, истории шахмат, их отличительных особенностей, гигиенической культуры и культуры здорового образа жизни;	- обеспечить освоение теоретических знаний в сфере физической культуры и спорта, истории шахмат, их отличительных особенностей, гигиенической культуры и культуры здорового образа жизни;	- обеспечить освоение теоретических знаний в сфере физической культуры и спорта, истории шахмат, их отличительных особенностей, гигиенической культуры и культуры здорового образа жизни;
	- познакомить с базовыми понятиями шахматной игры;	- продолжить работу по формированию понятийного аппарата шахматной игры;	- расширить понятийный аппарат шахматной игры;
	- познакомить с основными приёмами тактики и стратегии шахматной игры;	- обеспечить овладение основными приёмами тактики и стратегии шахматной игры;	- совершенствовать приёмы тактики и стратегии шахматной игры;
	- научить играть шахматную партию с записью;	- развивать умение вести запись шахматной партии;	- совершенствовать умение вести запись шахматной партии;
	- научить решать простейшие шахматные комбинации и анализировать позицию совместно с тренером-преподавателем;	- научить решать комбинации среднего уровня сложности и анализировать позицию с минимальной поддержкой тренера-преподавателя;	- научить решать комбинации разного уровня сложности и самостоятельно анализировать позицию;
	- научить навыкам здорового и активного образа жизни;	- научить навыкам здорового и активного образа жизни	- научить навыкам здорового и активного образа жизни
	- обеспечить необходимую двигательную активность и развитие физических качеств	- обеспечить необходимую двигательную активность и развитие физических качеств	- обеспечить необходимую двигательную активность и развитие физических качеств

<i>Развивающие</i>	<ul style="list-style-type: none"> – развивать фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимание; – развивать интерес к истории шахмат, творчеству ведущих шахматистов России и мира; – способствовать развитию творческой активности; – развивать волевые качества личности 	<ul style="list-style-type: none"> – развивать фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимание; – развивать интерес к истории шахмат, творчеству ведущих шахматистов России и мира; – способствовать развитию творческой активности; – развивать волевые качества личности 	<ul style="list-style-type: none"> – развивать фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимание; – развивать интерес к истории шахмат, творчеству ведущих шахматистов России и мира; – способствовать развитию творческой активности; – развивать волевые качества личности
<i>Воспитывающие</i>	<ul style="list-style-type: none"> - воспитать в ребенке положительные качества личности: вежливость, смелость, искренность, честность, скромность, самоконтроль, волю, целеустремленность, трудолюбие, ответственность и др. – формировать позитивные ценностные ориентации: ориентации на здоровье и здоровый образ жизни, совершенствование, развитие, верность в дружбе, уважение к окружающим, любовь к родному краю и её истории, в том числе спортивной. – обеспечить профилактику вредных привычек и девиантных проявлений. 	<ul style="list-style-type: none"> - воспитать в ребенке положительные качества личности: вежливость, смелость, искренность, честность, скромность, самоконтроль, волю, целеустремленность, трудолюбие, ответственность и др. – формировать позитивные ценностные ориентации: ориентации на здоровье и здоровый образ жизни, совершенствование, развитие, верность в дружбе, уважение к окружающим, любовь к родному краю и её истории, в том числе спортивной. – обеспечить профилактику вредных привычек и девиантных проявлений. 	<ul style="list-style-type: none"> - воспитать в ребенке положительные качества личности: вежливость, смелость, искренность, честность, скромность, самоконтроль, волю, целеустремленность, трудолюбие, ответственность и др. – формировать позитивные ценностные ориентации: ориентации на здоровье и здоровый образ жизни, совершенствование, развитие, верность в дружбе, уважение к окружающим, любовь к родному краю и её истории, в том числе спортивной. – обеспечить профилактику вредных привычек и девиантных проявлений.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Учебный план

Таблица 2

№ п.п.	Уровень освоения программы	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
		Количество учебных часов в год		
1	Теоретическая подготовка	24	24	24
2	Общая физическая подготовка	60	60	60
3	Шахматы	90	90	90
4	Развитие творческого мышления	72	72	72
5	Медицинский контроль	8	8	8
6	Педагогический контроль (диагностика исходного уровня¹, промежуточная и итоговая² аттестация)³	18	18	18
7	Вступительное, итоговое занятия	4	4	4
	Всего	276	276	276

¹ Входная диагностика осуществляется в форме тестирования уровня общей физической подготовленности, оценки морфофункционального состояния, оценки психоэмоционального состояния и уровня мотивации.

² Аттестация по итогам обучения по программе в конце учебного года.

³ Промежуточная и итоговая аттестация осуществляются в форме тестирования уровня общей физической подготовленности, оценки морфофункционального состояния, оценки психоэмоционального состояния и уровня мотивации.

№ п/п	Наименование раздела, темы занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Теоретическая подготовка	24	7	17	Тестирование
I.	Общая физическая подготовка	60			
1.1.	Ходьба	15	5	10	Текущий контроль
1.2.	Бег	15	5	10	Текущий контроль
1.3.	Общеразвивающие упражнения	15	5	10	Текущий контроль
1.4.	Подвижные игры	15	5	10	Текущий контроль, соревнования
II.	Шахматы	90			
2.1	Дебют	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.2	Эндшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.3	Миттельшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
III.	Развитие творческого мышления	72			
3.1.	Игровые партии	18	6	12	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.2.	Разбор сыгранных партий	18	8	10	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.3.	Анализ типовых позиций	18		18	Текущий контроль, фестиваль, соревнования, турниры
3.4.	Конкурсы решения шахматных задач	18		18	Текущий контроль, фестиваль, соревнования, турниры
IV.	Медицинский контроль	8		8	Медицинское обследование
V.	Педагогический контроль	18	6	12	Тестирование по общей физической подготовленности, специальной подготовленности, участие в турнирах для начинающих шахматистов
	Вступительное и итоговое занятие	4	2	2	Фестиваль спортивных достижений
	ИТОГО	276	79	197	

1.4.3. Содержание учебного плана. 1 год обучения

Теоретическая подготовка

«Шахматы – наука, искусство, спорт». Исторический обзор развития шахмат. Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Цели, задачи и основное содержание программы. Особенности организации тренировочной деятельности и режим занятий. Шахматный кодекс. Техника безопасности на занятиях.

Практика: Входная диагностика – оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации к занятиям шахматами.

Раздел 1. Общая физическая подготовка

1.1. Тема «Ходьба»

Теория: Понятие «общая физическая подготовка». Компоненты здоровья. Роль ходьбы в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Ходьба на носках, пятках, внешнем и внутреннем крае стопы, с высоким подниманием бедра, по прямой, по кругу, парами, в колонне по одному, с перешагиванием через предметы. Ходьба коротким (25-30 см), средним (50-55 см), длинным (60-65 см) шагом, змейкой, с остановкой в полуприседе, с поворотами в тройках (по 3-4 человека), левым, правым боком, приставным шагом, с изменением направления, со сменой направляющего, с сохранением осанки

1.2. Тема «Бег»

Теория: Средства сохранения и укрепления здоровья. Роль бега в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Бег на носках, с высоким подниманием бедра, парами, в колонне по одному в различных направлениях, с остановкой по сигналу, с переноской предметов (мячи), коротким (50-55 см), средним (70-80 см), длинным (90-100 см) шагом. Бег с изменением направления и темпа, со сменой направляющего, с захлестом голени назад. Бег на выносливость до 500 м, на скорость отрезки 10, 20 м, челночный бег 3 x 5 м, 3 x 10 м, бег в сочетании с ходьбой до 600 м.

1.3. Тема «Общеразвивающие упражнения»

Теория: Назначение общеразвивающих упражнений. Техника выполнения упражнений. Гигиена занимающегося.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов: вращение и наклоны головы, для рук, ног, туловища (пресс, спина). Исходные положения: сидя, стоя на коленях, лежа на спине, стоя у опоры (стена), махи ногами в упоре присев, лежа на животе. Поднимание рук вверх, вперед, в сторону, отведение за спину из различных исходных положений. Махи руками назад, вперед. Вращение согнутыми в локтях руками. Приседание с опорой и без опоры руками. Повороты вправо, влево, наклоны вперед, назад, в сторону, из различных исходных положений (стоя, сидя на полу, скамейке). Лежа на спине и сидя поднимать и опускать ноги. Махи ногами у опоры.

С предметами: малыми и большими надувными мячами, обручем, гимнастической палкой, скакалкой, ленточкой, платочком, флажками, кубиками, кеглями и др.

1.4. Тема «Подвижные игры»

Теория: Значение подвижных игр в жизни людей. Правила проведения подвижных игр.

Практика: Подвижные игры, совершенствующие технику бега и прыжков: «Караси и щука», «Белые медведи», «Эстафета зверей», «Команда быстроногих», «Лиса и куры», «Прыжки по полоскам», «Кто обгонит?», «Совушка» и др.

Подвижные игры, совершенствующие ориентирование в пространстве: «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди», «Космонавты».

Подвижные игры, совершенствующие меткость и координацию движений: «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «Попади в мяч».

Подвижные игры, развивающие быстроту и ловкость: «Эстафета с элементами равновесия», «День и ночь», «Встречная эстафета».

Раздел 2. Шахматы

2.1. Тема «Дебют»

Теория: Понятие о физической культуре. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Первоначальные понятия. Правила шахматной игры. Нотация. Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития дебюта. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Простые открытые, полуоткрытые, закрытые дебюты.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием компьютерной программы Chess Base.

2.2. Тема «Эндшпиль»

Теория: Распространение шахмат на Востоке. Чатуранга и шантрадж. Табии. Мансуба. 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.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

2.3. Тема «Миттельшпиль»

Теория: История развития шахмат на Тамбовщине. 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.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

Раздел 3. Развитие творческого мышления

3.1. Тема «Игровые партии»

Правила соревнований. Правила судейства.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.2. Тема «Разбор сыгранных партий»

Индивидуальный и коллективный разбор и обсуждение сыгранных партий.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.3. Тема «Анализ типовых позиций»

Индивидуальный и коллективный анализ типовых позиций.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.4. Тема «Конкурсы решения шахматных задач»

Знакомство с условиями проведения и оценки конкурсов решения задач.

Практика: Решение конкурсных задач.

Раздел 4. Медицинский контроль

Теория: Назначение медицинских осмотров юных спортсменов. Правила поведения в медицинском учреждении.

Практика: Углубленное медицинское обследование.

Раздел 5. Педагогический контроль

5.1 Тема «Промежуточная и итоговая аттестация»

Теория: Требования к результатам освоения программы. Контрольные нормативы.

Практика: Тестирование по общей физической подготовке. Оценка уровня специальной подготовки. Оценка теоретических знаний. Психолого-педагогическое наблюдение и диагностика психологического состояния и уровня мотивации к занятиям

№ п/п	Наименование раздела, темы занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Теоретическая подготовка	24	7	17	Тестирование
I.	Общая физическая подготовка	60			Текущий контроль
1.1.	Ходьба	15	5	10	Текущий контроль
1.2.	Бег	15	5	10	Текущий контроль
1.3.	Общеразвивающие упражнения	15	5	10	Текущий контроль, соревнования
1.4.	Подвижные игры	15	5	10	
II.	Шахматы	90			Текущий контроль, соревнования
2.1	Дебют	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.2	Миттельшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.3	Эндшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
III	Развитие творческого мышления	72			
3.1.	Игровые партии	18	6	12	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.2.	Разбор сыгранных партий	18	8	10	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.3.	Анализ типовых позиций	18		18	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.4.	Конкурсы решения шахматных задач	18		18	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
IV.	Медицинский контроль	8		8	Медицинское обследование
V.	Педагогический контроль	18	6	12	Тестирование по общей физической подготовленности, специальной подготовленности, участие в турнирах для начинающих шахматистов
	Вступительное и итоговое занятие	4	2	2	Фестиваль достижений
	ИТОГО	276	79	197	

1.4.5. Содержание учебного плана. 2 год обучения

Теория: «Шахматы – наука, искусство, спорт». Исторический обзор развития шахмат. Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Цели, задачи и основное содержание программы. Особенности организации тренировочной деятельности и режим занятий. Шахматный кодекс. Техника безопасности на занятиях.

Практика: Входная диагностика – оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации к занятиям шахматами.

Раздел 1. Общая физическая подготовка

1.1. Тема «Ходьба»

Теория: Понятие «общая физическая подготовка». Компоненты здоровья. Роль ходьбы в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Ходьба на носках, пятках, внешнем и внутреннем крае стопы, с высоким подниманием бедра, по прямой, по кругу, парами, в колонне по одному, с перешагиванием через предметы. Ходьба коротким (25-30 см), средним (50-55 см), длинным (60-65 см) шагом, змейкой, с остановкой в полуприседе, с поворотами в тройках (по 3-4 человека), левым, правым боком, приставным шагом, с изменением направления, со сменой направляющего, с сохранением осанки

1.2. Тема «Бег»

Теория: Средства сохранения и укрепления здоровья. Роль бега в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Бег на носках, с высоким подниманием бедра, парами, в колонне по одному в различных направлениях, с остановкой по сигналу, с переноской предметов (мячи), коротким (50-55 см), средним (70-80 см), длинным (90-100 см) шагом. Бег с изменением направления и темпа, со сменой направляющего, с захлестом голени назад. Бег на выносливость до 500 м, на скорость отрезки 10, 20 м, челночный бег 3 x 5 м, 3 x 10 м, бег в сочетании с ходьбой до 600 м.

1.3. Тема «Общеразвивающие упражнения»

Теория: Назначение общеразвивающих упражнений. Техника выполнения упражнений. Гигиена занимающегося.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов: вращение и наклоны головы, для рук, ног, туловища (пресс, спина). Исходные положения: сидя, стоя на коленях, лежа на спине, стоя у опоры (стена), махи ногами в упоре присев, лежа на животе. Поднимание рук вверх, вперед, в сторону, отведение за спину из различных исходных положений. Махи руками назад, вперед. Вращение согнутыми в локтях руками. Приседание с опорой и без опоры руками. Повороты вправо, влево, наклоны вперед, назад, в сторону, из различных исходных положений (стоя, сидя на полу, скамейке). Лежа на спине и сидя поднимать и опускать ноги. Махи ногами у опоры.

С предметами: малыми и большими надувными мячами, обручем, гимнастической палкой, скакалкой, ленточкой, платочком, флажками, кубиками, кеглями и др.

1.4. Тема «Подвижные игры»

Теория: Значение подвижных игр в жизни людей. Правила проведения подвижных игр.

Практика: Подвижные игры, совершенствующие технику бега и прыжков: «Караси и щука», «Белые медведи», «Эстафета зверей», «Команда быстроногих», «Лиса и куры», «Прыжки по полоскам», «Кто обгонит?», «Совушка» и др.

Подвижные игры, совершенствующие ориентирование в пространстве: «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди», «Космонавты».

Подвижные игры, совершенствующие меткость и координацию движений: «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «Попади в мяч».

Подвижные игры, развивающие быстроту и ловкость: «Эстафета с элементами равновесия», «День и ночь», «Встречная эстафета».

Раздел 2. Шахматы

2.1. Тема «Дебют»

Теория: Понятие о физической культуре. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Первоначальные понятия. Правила шахматной игры. Нотация. Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития дебюта. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Простые открытые, полуоткрытые, закрытые дебюты. Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов. Прорыв центра.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием компьютерной программы Chess Base.

2.2. Тема «Миттельшпиль»

Теория: История развития шахмат на Тамбовщине.

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. Комбинации с мотивом «спертого мата», использования слабости последней горизонтали, разрушения пешечного центра, освобождения поля, линии, перекрытия, блокировки, превращения пешки, уничтожения защиты.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

2.3. Тема «Эндшпиль»

Теория: Распространение шахмат на Востоке. Чатуранга и шантрадж. Табии. Мансуба.

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. Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Пешечный прорыв. Слон против пешки. Конь против пешки.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

Раздел 3. Развитие творческого мышления

3.1. Тема «Игровые партии»

Теория: Правила соревнований. Правила судейства.

Практика: Разыгрывание шахматных партий. Тренировка со спарринг-партнером.

3.2. Тема «Разбор сыгранных партий»

Теория: Индивидуальный и коллективный разбор и обсуждение сыгранных партий.

Практика: Разыгрывание шахматных партий. Разбор сыгранных партий, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, индивидуальные занятия.

3.3. Тема «Анализ типовых позиций»

Теория: Индивидуальный и коллективный анализ типовых позиций.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.4. Тема «Конкурсы решения шахматных задач»

Теория: Конкурсы решения задач – путь к шахматному мастерству.

Практика: Решение конкурсных задач.

Раздел 4. Медицинский контроль

Теория: Назначение медицинских осмотров юных спортсменов. Правила поведения в медицинском учреждении.

Практика: Углубленное медицинское обследование.

Раздел 5. Педагогический контроль

5.1 Тема «Промежуточная и итоговая аттестация»

Теория: Требования к результатам освоения программы. Контрольные нормативы.

Практика: Тестирование по общей физической подготовке. Оценка уровня специальной подготовки. Оценка теоретических знаний. Психолого-педагогическое наблюдение и диагностика психологического состояния и уровня мотивации к занятиям

№ п/п	Наименование раздела, темы занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
Теоретическая подготовка		24	7	17	Тестирование
I.	Общая физическая подготовка	60			Текущий контроль
1.1.	Ходьба	15	5	10	Текущий контроль
1.2.	Бег	15	5	10	Текущий контроль
1.3.	Общеразвивающие упражнения	15	5	10	Текущий контроль
1.4.	Подвижные игры	15	5	10	Текущий контроль, соревнования
II.	Шахматы	90			
2.1	Дебют	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.2	Миттельшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
2.3	Эндшпиль	30	10	20	Текущий контроль, соревнования
III	Развитие творческого мышления	72			
3.1.	Игровые партии	18	6	12	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.2.	Разбор сыгранных партий	18	8	10	Текущий контроль, педагогическая оценка, фестиваль, соревнования
3.3.	Анализ типовых позиций	18		18	Текущий контроль, фестиваль, соревнования, турниры
3.4.	Конкурсы решения шахматных задач	18		18	Текущий контроль, фестиваль, соревнования, турниры
IV.	Медицинский контроль	8		8	Медицинское обследование
V.	Педагогический контроль	18	6	12	Тестирование по общей физической подготовленности, специальной подготовленности, участие в турнирах для начинающих шахматистов
Вступительное и итоговое занятие		4	2	2	Фестиваль спортивных достижений
ИТОГО		276	79	197	

1.4.7.

Содержание учебного плана. 3 год обучения

Теория: «Шахматы – наука, искусство, спорт». Исторический обзор развития шахмат. Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Цели, задачи и основное содержание программы. Особенности организации тренировочной деятельности и режим занятий. Шахматный кодекс. Техника безопасности на занятиях.

Практика: Входная диагностика – оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации к занятиям шахматами.

Раздел 1. Общая физическая подготовка

1.1. Тема «Ходьба»

Теория: Понятие «общая физическая подготовка». Компоненты здоровья. Роль ходьбы в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Ходьба на носках, пятках, внешнем и внутреннем крае стопы, с высоким подниманием бедра, по прямой, по кругу, парами, в колонне по одному, с перешагиванием через предметы. Ходьба коротким (25-30 см), средним (50-55 см), длинным (60-65 см) шагом, змейкой, с остановкой в полуприседе, с поворотами в тройках (по 3-4 человека), левым, правым боком, приставным шагом, с изменением направления, со сменой направляющего, с сохранением осанки

1.2. Тема «Бег»

Теория: Средства сохранения и укрепления здоровья. Роль бега в жизни человека. Техника выполнения упражнений.

Практика: Бег на носках, с высоким подниманием бедра, парами, в колонне по одному в различных направлениях, с остановкой по сигналу, с переноской предметов (мячи), коротким (50-55 см), средним (70-80 см), длинным (90-100 см) шагом. Бег с изменением направления и темпа, со сменой направляющего, с захлестом голени назад. Бег на выносливость до 500 м, на скорость отрезки 10, 20 м, челночный бег 3 x 5 м, 3 x 10 м, бег в сочетании с ходьбой до 600 м.

1.3. Тема «Общеразвивающие упражнения»

Теория: Назначение общеразвивающих упражнений. Техника выполнения упражнений. Гигиена занимающегося.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов: вращение и наклоны головы, для рук, ног, туловища (пресс, спина). Исходные положения: сидя, стоя на коленях, лежа на спине, стоя у опоры (стена), махи ногами в упоре присев, лежа на животе. Поднимание рук вверх, вперед, в сторону, отведение за спину из различных исходных положений. Махи руками назад, вперед. Вращение согнутыми в локтях руками. Приседание с опорой и без опоры руками. Повороты вправо, влево, наклоны вперед, назад, в сторону, из различных исходных положений (стоя, сидя на полу, скамейке). Лежа на спине и сидя поднимать и опускать ноги. Махи ногами у опоры.

С предметами: малыми и большими надувными мячами, обручем, гимнастической палкой, скакалкой, ленточкой, платочком, флажками, кубиками, кеглями и др.

1.4. Тема «Подвижные игры»

Теория: Значение подвижных игр в жизни людей. Правила проведения подвижных игр.

Практика: Подвижные игры, совершенствующие технику бега и прыжков: «Караси и щука», «Белые медведи», «Эстафета зверей», «Команда быстроногих», «Лиса и куры», «Прыжки по полоскам», «Кто обгонит?», «Совушка» и др.

Подвижные игры, совершенствующие ориентирование в пространстве: «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди», «Космонавты».

Подвижные игры, совершенствующие меткость и координацию движений: «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «Попади в мяч».

Подвижные игры, развивающие быстроту и ловкость: «Эстафета с элементами равновесия», «День и ночь», «Встречная эстафета».

Раздел 2. Шахматы

2.1. Тема «Дебют»

Теория: Понятие о физической культуре. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Первоначальные понятия. Правила шахматной игры. Нотация. Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития дебюта. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Простые открытые, полуоткрытые, закрытые дебюты. Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с флангов. Прорыв центра. План в дебюте. Оценка позиций в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем.

Стратегические идеи в открытых, полуоткрытых, закрытых дебютах (защита двух коней, защита Филидора, шотландская партия и др.).

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием компьютерной программы Chess Base.

2.2. Тема «Миттельшпиль»

Теория: История развития шахмат на Тамбовщине.

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. Комбинации с мотивом «спертого мата», использования слабости последней горизонтали, разрушения пешечного центра, освобождения поля, линии, перекрытия, блокировки, превращения пешки, уничтожения защиты. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей Комбинационные мотивы. Тактические приемы. Сложные комбинации на сочетании идей.

Форпост. Вторжение на седьмую (вторую) горизонталь. Открытые и полуоткрытые линии и атака на короля. Борьба за открытую линию.

Хорошие и плохие слоны. Слон против коня. Разноцветные слоны в миттельшпиле. Выключение фигуры.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

2.3. Тема «Эндшпиль»

Теория: Распространение шахмат на Востоке. Чатуранга и шантрадж. Табии. Мансуба.

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. Пешечные окончания. Король и пешка против короля и пешки. Король и пешка против короля и двух пешек. Отдаленная проходная пешка. Защищенная проходная пешка. Пешечный прорыв. Слон против пешки. Конь против пешки. Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях. Конь с пешкой против двух и более пешек. Конь против пешек. Слон с пешкой против двух и более пешек. Слон против пешек. Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи.

Практика: Разыгрывание типовых позиций. Выполнение практических заданий с использованием электронного ресурса Chess.com

Раздел 3. Развитие творческого мышления

3.1. Тема «Игровые партии»

Теория: Правила соревнований. Правила судейства.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.2. Тема «Разбор сыгранных партий»

Теория: Индивидуальный и коллективный разбор и обсуждение сыгранных партий.

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.3. Тема «Анализ типовых позиций»

Теория: Индивидуальный и коллективный анализ типовых позиций. Разбор сыгранных партий, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировка со спарринг-партнером

Практика: Разыгрывание шахматных партий.

3.4. Тема «Конкурсы решения шахматных задач»

Теория: Подготовка конкурсов решения задач.

Практика: Решение конкурсных задач.

Раздел 4. Медицинский контроль

Теория: Назначение медицинских осмотров юных спортсменов. Правила поведения в медицинском учреждении.

Практика: Углубленное медицинское обследование.

Раздел 5. Педагогический контроль

5.1 Тема «*Промежуточная и итоговая аттестация*»

Теория: Требования к результатам освоения программы. Контрольные нормативы.

Практика: Тестирование по общей физической подготовке. Оценка уровня специальной подготовке. Оценка теоретических знаний. Психолого-педагогическое наблюдение и диагностика психологического состояния и уровня мотивации к занятиям

1.5. Планируемые результаты

Основной результат – достижение учащимся максимально возможного уровня *индивидуального* интеллектуального и физического развития.

Учащийся в процессе освоения программы должен:

- освоить теоретические знания в сфере физической культуры и спорта, истории шахмат, их отличительных особенностей, гигиенической культуры и культуры здорового образа жизни;
- усвоить понятия шахматной игры;
- овладеть приёмами тактики и стратегии шахматной игры;
- научиться играть шахматную партию с записью;
- научиться решать комбинации различного уровня сложности и анализировать позицию;
- развить фантазию, логическое и аналитическое мышление, память, внимание;
- сформировать устойчивый интерес к истории шахмат, творчеству ведущих шахматистов России и мира;
- развить творческую активность;
- развить волевые качества личности.
- приобрести положительные качества личности: вежливость, смелость, искренность, честность, скромность, самоконтроль, волю, целеустремленность, трудолюбие, ответственность и др.
- освоить позитивные ценностные ориентации: ориентации на здоровье и здоровый образ жизни, совершенствование, развитие, верность в дружбе, уважение к окружающим, любовь к родному краю и её истории, в том числе спортивной.
- приобрести навыки здорового образа жизни;
- развить физические качества.

Блок №2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Обучение шахматам»

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель – 46
 Количество учебных дней -276/828
 Учебный период – с 1.09.по 19.07.

Таблица 6

Календарный учебный график

№ п.п.	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	В соответствии с календарем		В соответствии с расписанием	Тренировочное занятие	2	Введение в образовательную программу.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	Входная диагностика
2.				Тренировочное занятие	2	Введение в образовательную программу. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	Текущий контроль
3.				Тренировочное занятие	2	Шахматные фигуры. Правила шахматной игры. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
4.				Тренировочное занятие	2	Нотация. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	

5.			Тренировочное занятие	2	Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
6.			Тренировочное занятие	2	Основные принципы разыгрывания дебюта. Разыгрывание типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
7.			Тренировочное занятие	2	Основные принципы разыгрывания дебюта. Разыгрывание типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
8.			Тренировочное занятие	2	Основные принципы разыгрывания дебюта. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
9.			Тренировочное занятие	2	Мобилизация фигур. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
10.			Тренировочное занятие	2	Мобилизация фигур. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
11.			Тренировочное занятие	2	Борьба за центр. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

12.			Тренировочное занятие	2	Борьба за центр. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
13.			Тренировочное занятие	2	Безопасность короля. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
14.			Тренировочное занятие	2	Безопасность короля. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
15.			Тренировочное занятие	2	Простые открытые дебюты. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
16.			Тренировочное занятие	2	Простые полуоткрытые дебюты. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
17.			Тренировочное занятие	2	Простые закрытые дебюты. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
18.			Тренировочное занятие	2	Разыгрывание типовых позиций. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

19.			Конкурс	2	Решение конкурсных задач. Подвижные игры	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
20.			Тренировочное занятие	2	Понятие тактики. Понятие комбинации. Основные тактические приемы. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
21.			Тренировочное занятие	2	Связка, полусвязка. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
22.			Тренировочное занятие	2	Двойной удар. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
23.			Тренировочное занятие	2	Вилка. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
24.			Тренировочное занятие	2	Вскрытое нападение. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
25.			Тренировочное занятие	2	Вскрытый шах. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

26.			Тренировочное занятие	2	Двойной шах. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
27.			Тренировочное занятие	2	Отвлечение. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
28.			Тренировочное занятие	2	Размен. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
29.			Тренировочное занятие	2	Определение стратегии. Разыгрывание типовых позиций. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
30.			Тренировочное занятие	2	Разыгрывание типовых позиций. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
31.			Конкурс	2	Решение конкурсных задач. Подвижные игры	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
32.			Тренировочное занятие	2	Определение стратегии. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
33.			Тренировочное занятие	2	Принципы реализации материального преимущества. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

34.			Тренировочное занятие	2	Разыгрывание типовых позиций. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
35.			Тренировочное занятие	2	Простейшие принципы разыгрывания середины партии. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
36.			Тренировочное занятие	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
37.			Тренировочное занятие	2	Простейшие принципы разыгрывания середины партии. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
38.			Тренировочное занятие	2	Простейшие принципы разыгрывания середины партии. Разыгрывание типовых позиций. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
39.			Конкурс	2	Решение конкурсных задач. Подвижные игры	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
40.			Тренировочное занятие	2	Разыгрывание типовых позиций. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
41.			Тренировочное занятие	2	Определение эндшпиля. Разыгрывание типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

42.			Тренировочное занятие	2	Правила соревнований. Правила судейства. Разыгрывание шахматных партий.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
43.			Турнир	2	Турнир для начинающих шахматистов	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
44.			Тренировочное занятие	2	Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
45.			Тренировочное занятие	2	Разыгрывание шахматных партий. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
46.			Тренировочное занятие	2	Введение в образовательную программу. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
47.			Тренировочное занятие	2	Шахматные фигуры. Правила шахматной игры. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
48.			Тренировочное занятие	2	Нотация. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
49.			Тренировочное занятие	2	Турнир для начинающих шахматистов	МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	

50.				Тренировочное занятие	2	Решение конкурсных задач. Подвижные игры	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
51.				Тренировочное занятие	2	Разыгрывание типовых позиций. Анализ типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
52.				Тренировочное занятие	2	Определение эндшпиля. Разыгрывание типовых позиций.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
53.				Тренировочное занятие	2	Шахматные фигуры. Правила шахматной игры. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
54.				Тренировочное занятие	2	Нотация. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
55.				Тренировочное занятие	2	Турнир для начинающих шахматистов	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
56.				Тренировочное занятие	2	Шахматные фигуры. Правила шахматной игры. Подвижные игры.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	
57.				Тренировочное занятие	2	Нотация. Общая физическая подготовка.	МБОУ ДО ДЮСШ , СП «Зал бокса»	

58.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
59.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
60.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
61.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
62.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
63.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
64.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	
65.				Тренировочное занятие	2		МБОУ ДО ДЮСШ, СП «Зал бокса»	

66.				Тренировочное занятие	2			
67.				Тренировочное занятие	2			
68.				Тренировочное занятие	2			
69.				Тренировочное занятие	2			
70.				Тренировочное занятие	2			
71.				Тренировочное занятие	2			
72.				Тренировочное занятие	2			
73.				Тренировочное занятие	2			

74.				Тренировочное занятие	2			
75.				Тренировочное занятие	2			
76.				Тренировочное занятие	2			
77.				Тренировочное занятие	2			
78.				Тренировочное занятие	2			
79.				Тренировочное занятие	2			
80.				Тренировочное занятие	2			
81.				Тренировочное занятие	2			

82.				Тренировочное занятие	2			
83.				Тренировочное занятие	2			
84.				Тренировочное занятие	2			
85.				Тренировочное занятие	2			
86.				Тренировочное занятие	2			
87.				Тренировочное занятие	2			
88.				Тренировочное занятие	2			
89.				Тренировочное занятие	2			

90.				Тренировочное занятие	2			
91.				Тренировочное занятие	2			
92.				Фестиваль спортивных достижений	2			
93.				Фестиваль спортивных достижений	2			
94				Тренировочное занятие	2			
95				Тренировочное занятие	2			
96				Тренировочное занятие	2			
97				Тренировочное занятие	2			

98				Тренировочное занятие	2			
99				Тренировочное занятие	2			
100				Тренировочное занятие	2			
101				Тренировочное занятие	2			
102				Тренировочное занятие	2			
103				Тренировочное занятие	2			
104				Тренировочное занятие	2			
105				Тренировочное занятие	2			

106				Тренировочное занятие	2			
107				Тренировочное занятие	2			
108				Тренировочное занятие	2			
109				Тренировочное занятие	2			
110				Тренировочное занятие	2			
111				Тренировочное занятие	2			
112				Тренировочное занятие	2			
113				Тренировочное занятие	2			

114				Тренировочное занятие	2			
115				Тренировочное занятие	2			
116				Тренировочное занятие	2			
117				Тренировочное занятие	2			
118				Тренировочное занятие	2			
119				Тренировочное занятие	2			
120				Тренировочное занятие	2			
121				Тренировочное занятие	2			

122				Тренировочное занятие	2			
123				Тренировочное занятие	2			
124				Тренировочное занятие	2			
125				Тренировочное занятие	2			
126				Тренировочное занятие	2			
127				Тренировочное занятие	2			
128				Тренировочное занятие	2			
120				Тренировочное занятие	2			

130				Тренировочное занятие	2			
131				Тренировочное занятие	2			
132				Тренировочное занятие	2			
133				Тренировочное занятие	2			
134				Тренировочное занятие	2			
135				Тренировочное занятие	2			
136				Тренировочное занятие	2			
138				Тренировочное занятие	2			

2.2.

Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение

Учебные занятия проводятся в оборудованном турнирном зале, площадь которого рассчитывается, исходя из 2 кв. м на одного занимающегося. Необходимый инвентарь и оборудование представлены в таблице 1.

Таблица 1

Спортивный инвентарь и оборудование для занятий шахматами

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	1
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3.	Мат гимнастический	штук	2
4.	Мяч	штук	2
5.	Скакалка	штук	10
6.	Секундомер	штук	1
7.	Стол шахматный	штук	8
8.	Стулья	штук	16
9.	Часы шахматные	штук	15

2.2.2. Информационное обеспечение программы

Научно-методическая литература.
Тематические медиапрезентации.
Ресурсы Интернет.

2.2.3. Методические материалы

Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы» включает в себя следующие разделы: «Теоретическая подготовка», «Общая физическая подготовка», «Шахматы», «Развитие творческого мышления», «Педагогический контроль». Открывает программу «Введение в образовательную программу», завершает обучение итоговое занятие «Фестиваль спортивных достижений».

Формы организации образовательной деятельности:

- групповая;
- индивидуально-групповая;
- индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

- тренировочное занятие;
- игра;
- турнир, соревнование;
- аттестация (входная диагностика, промежуточное и итоговое тестирование)
- фестиваль и др.

Ведущие педагогические технологии.

Комфортная развивающая среда, оказывающая благотворное влияние на личность ребенка, обеспечивается активным использованием в практике образовательной деятельности здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий. В программе представлены:

1. *Личностно-ориентированные технологии.* Образовательная деятельность организуется таким образом, чтобы каждый ребенок имел возможность удовлетворить познавательные и развить свои способности интересы на максимально возможном для него уровне.

2. *Технологии развития творческого мышления.* Данная технология ориентирована на развитие творческого потенциала личности средствами шахмат, умение принимать нестандартные решения в условиях различных игровых ситуаций.

3. *Информационно-коммуникационные технологии.* Предполагает дозированное использование электронных образовательных ресурсов и компьютерных программ.

4. *Здоровьесформирующие и здоровьесберегающие технологии.* Включают гигиеническое обучение, обучение жизненно важным навыкам, осознанное соблюдение техники безопасности на занятиях, профилактику вредных привычек. Обеспечивают создание безопасных условий для занятий и рациональную организацию образовательной деятельности.

5. Эффективное освоение программного материала обеспечивает использование *игровых технологий*, так как именно игра для детей – это наиболее понятный и востребованный вид деятельности.

Основные методы:

– *словесные*: рассказ, описание, объяснение, разбор, задание, указание, команда, беседа, дискуссия.

– *наглядные*: показ, демонстрация, визуализация.

– *практические*: метод упражнения, игровые и соревновательные методы.

В программе используются следующие *общепедагогические принципы обучения*:

1. *Принцип воспитывающего обучения* - осуществление воспитания через содержание, методы и организацию обучения.

2. *Принцип сознательности и активности* - изучение программного материала должно стимулировать мыслительную активность, обеспечивать сознательное освоение учебного материала. Приобретаемые знания, умения и навыки неразрывно связаны с практической деятельностью.

3. *Принцип наглядности* – наглядная демонстрация шахматных партий с выделением их ключевых моментов призвана актуализировать внимание учащихся. Соблюдение принципа наглядности, обращение к конкретным примерам является действенным стимулом мыслительной активности и творческой самостоятельности.

4. *Принцип систематичности и последовательности*. В задачу обучения в соответствии с этим принципом входит связывание разрозненных знаний, представлений и понятий в единую, стройную систему.

5. *Принцип доступности*. Этот принцип означает, что учебный материал должен соответствовать возрасту, индивидуальным особенностям, уровню подготовленности.

6. *Принцип прочности*. Прочность знаний, умений и навыков обеспечивается повторением, закреплением учебного материала, анализом проведенных учащимися партий.

Алгоритм организации учебного занятия

Учебное занятие, как правило, включает в себя три части: подготовительную, основную, заключительную. Обязательным является включение в учебное занятие динамических пауз.

В ходе занятия решаются образовательные, развивающие и воспитывающие задачи.

Содержание занятия, методы и средства обучения отбираются так, чтобы они были направлены на приобретение учащимися знаний, умений и навыков в области шахматного образования, развитие их познавательной активности и творческой мысли, формирование качеств личности, необходимых в спорте и жизни.

2.2.4. Кадровое обеспечение и взаимодействие с родителями

Образовательную деятельность организует педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель), имеющий высшее или среднее

профессиональное образование в области физической культуры и спорта либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физической культуры и спорта.

Педагогическая позиция: тренер-преподаватель в рамках реализации настоящей программы может выступать в качестве наставника, организатора групповой работы, тьютора.

Взаимодействие с родителями: совместное формирование образовательной политики, консультирование родителей, взаимодействие при разработке индивидуальных маршрутов, очное участие в образовательной деятельности (соревнования, фестивали и др.)

2.3. Формы аттестации и представления образовательных результатов

Формы промежуточной и итоговой аттестации: тестирование уровня общей физической подготовленности, специальной подготовленности, оценка теоретических знаний, оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации.

Результаты аттестации фиксируются в протоколах.

Педагог осуществляет мониторинг и анализ результатов аттестации и иных оценочных процедур, что находит отражение в аналитических справках.

Публичное представление результатов освоения программы осуществляется в форме Фестиваля спортивных достижений.

2.4. Оценочные и диагностические материалы
2.4.1. Нормативы для оценки физической подготовленности

Таблица 10

Контрольные нормативы для оценки ОФП

Физические качества	Показатель значимости для шахмат (в баллах ⁴)	Контрольные упражнения	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	Примечания
			Мальчики	Мальчики	Мальчики	
			Девочки	Девочки	Девочки	
Сила	3	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, количество раз	ниже 13 ниже 8	13 8	выше 13 выше 8	Качество результатов освоения программы определяется не только достижением количественных показателей того или иного уровня, но и ростом индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся относительно их предшествующих результатов
Координация	3	Челночный бег 3 x 10 м, с	11,2 и выше 11,7 и выше	10,8-10,3 11,3-10,6	9,9 и ниже 10,2 и ниже	
Силовая выносливость	3	Вис на перекладине, с	до 9 до 6	9 6	выше 9 выше 6	
Гибкость	2	Наклон вперед из положения сидя, см	1 и ниже 2 и ниже	3-5 6-9	+9 и выше +12,5 и выше	
Скорость	3	Бег 30 м, с	7,5 и выше 7,6 и выше	7,3-6,2 7,5-6,4	5,6 и ниже 5,8 и ниже	

⁴ 1 балл - незначительное влияние на результат
 2 балла – среднее влияние на результат
 3 балла - значительное влияние на результат

Методические указания к контрольным нормативам для оценки ОФП

Сгибание-разгибание рук в упоре лежа выполняется максимальное количество раз. И.п. – упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют единую линию. Засчитывается результат, при котором учащийся, коснувшись грудью пола, возвращается в и.п. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах.

Челночный бег 3x10 метров выполняется с максимальной скоростью. Испытуемый встает у стартовой линии, стоя лицом к стойкам, по команде обегает препятствие. Время фиксируется до десятой доли секунды. Разрешается одна попытка.

Вис выполняется на перекладине на прямых руках хватом сверху, руки на ширине плеч, ноги вместе. Руки, туловище и ноги составляют прямую линию. Тело держать прямо, мышцы плечевого пояса умеренно напряжены, живот подтянут. Время фиксируется до десятой доли секунды. Разрешается одна попытка.

Наклон вперед из положения сидя выполняется из и.п. - сидя на полу, ноги на ширине плеч, носки вытянуты, голени прижаты к поверхности пола, колени прямые. На выдохе делаются два предварительных наклона, третий наклон задерживается не менее чем на 3 секунды, фиксируется результат. Результат измеряется с помощью специальной линейки. Ее середина принимается за «0» (ноль). По одну сторону от центра через один сантиметр нанесены отметки со знаком «+», а по другую – со знаком «-». Нулевая отметка располагается на уровне пяток учащегося. Точность измерения – 1 см.

Бег 30 м выполняется с высокого старта с максимальной скоростью. Время фиксируется до десятой доли секунды. Разрешается одна попытка.

2.4.2. Комплекс программных требований и контрольных упражнений по тестированию уровня специальной подготовленности

- уметь ставить мат одинокому королю: ферзем, ладьей, двумя слонами;
- знать правило квадрата, владеть понятиями «оппозиция», «цугцванг»;
- владеть приемом «лестница» в эндшпиле «ферзь против пешек»;
- участвовать в трех турнирах для начинающих.

2.4.3. Нормативы оценки теоретических знаний

Учащемуся предлагается 5 вопросов из раздела «Теоретическая подготовка для шахматистов». Выставляется педагогическая оценка:

«5» - учащийся не допустил ошибок.

«4» - допущена 1 ошибка.

«3» - допущены 2 ошибки.

Если учащийся допустил более 2 ошибок, положительная оценка не выставляется.

2.4.5. Методики диагностирования психоэмоционального состояния и мотивации к занятиям спортом (адаптированные)

- 1) Диагностика мотивации посещения занятий Л.Г. Орловой;
- 2) Диагностика психологического климата в группе А.Л. Реан (Методика «Человечек»);
- 3) Методика оценки уровня спортивной мотивации младших школьников Н.Г. Лускановой.

2.5. Список литературы

Основная литература

1. Голенищев В. Программа подготовки шахматистов I разряда. - М.: Русский дом, 2017.
2. Голенищев В. Программа подготовки шахматистов II разряда. - М.: Русский дом, 2016.
3. Голенищев В. Программа подготовки шахматистов IV-III разрядов. - М.: Русский дом, 2015.
4. Шааб А.А. Развитие личности детей средствами дополнительного образования: шахматы - Новокузнецк. 2004.

Дополнительная литература

Для тренера-преподавателя

1. Авербах Ю. Котов А. Тайманов М. и др. Шахматная академия. 24 лекции. - Ростов-на-Дону, 2003.
2. Авербах Ю. Котов Л. Юдович М. Шахматная школа. - Ростов-на-Дону, 2000.
3. Авербах Ю. Школа середины игры. - М., 2000.
4. Блох М. 600 комбинаций - М. 2001.
5. Волчок А.С. Уроки шахматной тактики - Николаев, 2003..
6. Эйве М. Стратегия и тактика. Курс шахматных лекций. - Ростов-на-Дону, 2002.

Для детей и родителей

1. Костров В., Рожков П. Решебник. 1000 шахматных задач. - С-Петербург, 2001.
2. Костров В., Белявский Б. Решебник. 2000 шахматных задач. -С.-Петербург, 2003.
3. Костров В., Белявский Б. Как играть шахматные окончания. Тест-партии. - С.-Петербург, 2003.
4. Калиниченко Н.М. Энциклопедия шахматных комбинаций. - М., 2003.
5. Калиниченко Н.М. Энциклопедия шахматных окончаний. - М., 2003.

Аудиовизуальные средства

1. Координатный шахматный тренажер (Board) – программа для изучения шахматной доски.
2. Программа боевые шахматы (BATTLE CHESS)
3. Программа CHESSBASE 11.0

Интернет-ресурсы

1. www.chess.com
2. www.crestbook.com
3. www.chesspro.ru
4. www.russiachess.org
5. www.chessplanet.ru
6. www.gambler.ru
7. www.playchess.com

Приложения

Приложение 1

Требования техники безопасности при реализации программы

К занятиям шахматами допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности и правилам поведения.

Опасными факторами на занятиях шахматами являются:

- 1) физические факторы: неисправная или несоответствующая требованиям СанПиН мебель; опасное напряжение в электрической сети; технические средства обучения;
- 2) химические: пыль;
- 3) психофизиологические: напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статистические нагрузки и монотонность труда.

Работа учащихся на занятиях шахматами разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.

Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения тренера-преподавателя.

Во время перерывов между занятиями проводится обязательное проветривание помещения с обязательным выходом учащихся из класса.

Каждый обучающийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях.

Правильная поза:

- длина сиденья должна соответствовать длине бедер учащегося;
- высота ножек стула должна равняться длине голени;
- голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;
- между краем стола и грудной клеткой сидящего учащегося необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;
- расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;
- позвоночник опирается на спинку стула;
- предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно;
- надплечья - на одном уровне.

Учащиеся не должны приносить посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.

Учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Учащиеся должны место нахождения аптечки и уметь оказать первую доврачебную помощь

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

Учащимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющемуся в классе оборудованию, закрытым книжным шкафам.

Перед началом занятий необходимо проверить правильность установки стола, стула, подготовить к работе рабочее место, убрав все лишнее со стола, а портфель или сумку в специально отведенное место.

Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру-преподавателю.

На занятиях по шахматам категорически запрещается находиться в классе в верхней одежде; находиться в классе с напитками и едой.

Во время занятий учащиеся должны неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя, поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.

Учащиеся должны соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперед; предплечья должны опираться на поверхность стола.

Не допускается самостоятельное включение компьютера.

Рекомендуется использовать на занятиях оздоровительные моменты: физкультминутки, динамические паузы; минуты релаксации; дыхательная гимнастика; гимнастика для глаз; речевая гимнастика и др.

При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий необходимо прекратить проведение занятий и сообщить администрации учреждения. Занятия можно продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.

При плохом самочувствии учащийся прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

При получении травмы необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

При возникновении пожара следовать инструкциям. Немедленно эвакуировать учащихся из зала через имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации школы и в пожарную часть.

По окончании занятий привести в порядок рабочее место, при обнаружении неисправности мебели или оборудования сообщить об этом тренеру-преподавателю.

Выходить из класса только с разрешения тренера-преподавателя, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

Протокол промежуточной (итоговой) аттестации

Наименование программы _____ Учебная группа _____ Дата проведения _____

№ п.п.	Ф.И.О.	Возраст (лет)	Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Подтягивание на перекладине из виса (мальчики) (кол-во раз)	Специальные навыки (педагогическая оценка)	Участие в турнирах начинающих (количество турниров)	Теоретические знания (педагогическая оценка)

Председатель аттестационной комиссии _____ Ф.И.О

Члены комиссии _____

Ф.И.О.

