

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА

Департамент по спорту и молодежной политике

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ИГРОВЫМ  
ВИДАМ СПОРТА»

СОГЛАСОВАНО:

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ ДО ДЮСШ

по игровым видам спорта

В.В.Полетаев \_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017г.

*ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ  
ПО ШАХМАТАМ*

Возраст занимающихся: с 6 до 14 лет

Срок реализации программы: 2 года

Автор составитель:

Логинов А.В. –

тренер-преподаватель по шахматам

город Нижний Новгород

2017 год

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка.....  | 3  |
| 2. Учебный план .....  | 5  |
| 2.1. Формирование групп и определение объема недельной нагрузки...6  |    |
| 2.2. Примерный годовой учебный план распределения часов по шахматам по годам обучения.....6                                |    |
| 2.3. Примерный помесечный план-график (в часах) подготовки шахматистов в общеразвивающих группах 1-ого года обучения.....8 |    |
| 2.4. Теоретическая подготовка.....9  |    |
| 2.5. Физическая подготовка.....9   |    |
| 2.6. Специальная подготовка шахматиста.....10  |    |
| 2.7. Психологическая подготовка.....16   |    |
| 2.8. Участие в соревнованиях. Условия выполнения квалификационных требований.....17  |    |
| 3. Методическое обеспечение программы.....   | 19 |
| 4. Медицинский контроль.....   | 20 |
| 5. Требования безопасности проведения занятий по шахматам.....   | 21 |
| 6. Ожидаемые результаты и система контроля.....  | 22 |
| Используемая литература.....   | 22 |

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеразвивающая программа на спортивно-оздоровительном этапе по шахматам ДЮСШ по игровым видам спорта составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Принятые документы определяют порядок, организацию и осуществление образовательной деятельности. Общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта направлена на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получения ими знаний в избранном виде спорта.

Также данная программа по шахматам подготовлена на основе полного курса шахмат для ДЮСШ, изданной коллективом авторов С.Б.Губницким, М.Г.Хануковым и С.А.Шедей, а также научно-методических разработок тренеров-преподавателей по шахматам. Данная программа является учебной программой дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и рассчитана на подготовку учащихся в возрасте от 6 до 14 лет. Срок реализации программы – 2 года. Программа представляет систему подготовки учащихся шахматного отделения ДЮСШ по ИВС.

В основе программы представлен весь учебный материал последовательно в двух учебных циклах. В каждом из циклов представлены традиционные разделы (сектора знаний): «теория», «тактика», «эндшпиль», «дебют», «миттельшпиль». Сектор охватывает ту или иную группу тем, изложенных в уроках и так называемых необычных уроках. Неотъемлемой частью каждого сектора являются серии заданий для закрепления и контроля знаний. Каждый учебный цикл снабжен тестом для оценки знаний и навыков шахматиста.

Первый учебный цикл предназначен для оснащения шахматиста знаниями и навыками, способствующими выполнению нормы четвертого разряда, второй цикл – третьего.

От занятия к занятию задания упорядочены так, что сложность выполнения заданий возрастает постепенно и плавно. Вместе с тем, чтобы настроить учащегося на преодоление неожиданных трудностей, в некоторые серии включены задания, сложность которых немного превышает сложность последующих заданий.

Данная учебная программа соответствует тому минимальному кругу знаний, усвоив который, шахматист может достичь уровня мастерства современного шахматиста третьего-четвертого разряда. На основе элементов научного подхода построена и непосредственно используется в уроках система терминов, понятий, их связей и обобщений, необходимых на первом этапе познания игры в шахматы. Эта система способствует выработке системного мышления учащегося, которое может стать основой для создания индивидуальной схемы мышления шахматиста, применяемой им в игре.

#### **Цели обучения:**

- развитие личности учащихся, воспитание морально-этических и волевых качеств;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном развитии;
- выявление задатков и способностей детей, поддержка талантливых детей;
- способствовать профессиональной ориентации учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- стабильность состава занимающихся, посещаемость ими занятий;
- подготовка и выполнение нормативных требований соответствующих году обучения;
- социализация и адаптация учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся;
- развитие данного вида спорта в микрорайоне нахождения спортивной школы.

### **Задачи обучения:**

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям шахматами;
- формирование здорового образа жизни;
- выработка системного мышления, индивидуального стиля игры;
- всестороннее развитие физических способностей, укрепления здоровья;
- овладение основами шахматной игры.

### **Формы занятий**

Формы занятий определяются в зависимости от контингента занимающихся, задач и условий подготовки и различаются по типу организации (урочные и неурочные), направленности (общеобразовательные, специализированные, комплексные), содержанию учебного материала (теоретические, практические). Основной формой являются урочные практические занятия, проводимые под руководством тренера по общепринятой схеме согласно расписанию, которое составляется с учетом режима учебы и работы занимающихся.

## **2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

Одним из важнейших факторов успешного осуществления спортивной подготовки является планирование. Планирование осуществляется в следующих формах:

- перспективное (многолетнее) планирование
- текущее (годовое) планирование
- оперативное (месячное, недельные циклы) планирование

Учебный план составлен в расчете на 39 недель занятий непосредственно в условиях детско-юношеской спортивной школы. Количество часов на отдельные темы показано в зависимости от того, насколько велик и сложен рассматриваемый теоретический материал в смысле его восприятия и запоминания. Нельзя забывать, что некоторые определения и выводы в шахматах выступают часто как аксиомы, игнорирование которых в шахматной борьбе неизбежно влечет за собой поражение.

Разбить темы на отдельные занятия может каждый тренер в зависимости от состава групп. Количество часов, отводимых на практику и теорию, дано условно с тем, чтобы предоставить тренеру известную свободу выбора, в зависимости от роста квалификации учащихся.

Таким образом, практические занятия должны быть логическим продолжением и развитием теоретических, обогащенных наглядным показом упражнений и самостоятельной творческой работой юных шахматистов. Учебный план изложен в кратком описательном виде, без подробного показа аналитического материала к изучаемой теме. Подбор такого материала по силу каждому квалифицированному тренеру-преподавателю шахматисту.

Для общей ориентировки тренеру служат примерные методические разработки и перечень шахматной литературы, помещенные в конце работы. Необходимо также отметить важность занятий физкультурой. Такие подвижные игры как футбол, настольный теннис и т.п., занятия на свежем воздухе укрепляют здоровье шахматиста, способствуют развитию психологической устойчивости и выносливости спортсмена.

### 2.1. Формирование групп и определение объема недельной нагрузки

| Этап обучения   | Период      | Возраст  | Минимальная наполняемость групп | Максимальный количественный состав | Максимальный объем часов работы в неделю |
|-----------------|-------------|----------|---------------------------------|------------------------------------|--|
| общеразвивающий | весь период | 6-14 лет | 10 человек                      | 25 человек                         | 6 часов                                  |

Проведение занятий в группах, согласно утвержденного расписания.

Объединение групп запрещается.

### 2.2. Примерный годовой учебный план распределения часов по шахматам по годам обучения

| Содержание                                   | Количество часов |
|--|------------------|
| <b>СОГ 1 года обучения</b>                   |                  |
| 1. Теоретическая подготовка (ТП)             | 8                |
| 2. Физическая подготовка (ФП)                | 20               |
| 3. Специальная подготовка (СП), в том числе: | 160              |

|  |            |
|--|------------|
| -первоначальные сведения о шахматной игре (ПС) | 20         |
| -дебют (Д)                                     | 22         |
| -эндшпиль (Э)                                  | 24         |
| -тактика, понятие о комбинации (Т)             | 24         |
| -самостоятельные занятия (СЗ)                  | 22         |
| -решение задач, этюдов (РЗ)                    | 18         |
| -сеансы одновременной игры (СОИ)               | 10         |
| -разбор партий (РП)                            | 20         |
| 4.Психологическая подготовка                   | 12         |
| 5.Участие в соревнованиях                      | 34         |
| <b>ИТОГО:</b>                                  | <b>234</b> |
| <b>СОГ свыше 1 года обучения</b>               |            |
| 1.Теоретическая подготовка                     | 10         |
| 2.Физическая подготовка                        | 20         |
| 3.Специальная подготовка, в том числе:         | 144        |
| -дебют   | 18         |
| -миттельшпиль                                  | 10         |
| -эндшпиль                                      | 22         |
| -тактика                                       | 26         |
| -самостоятельные занятия                       | 28         |
| -решение задач, этюдов                         | 10         |
| -сеансы одновременной игры                     | 5          |
| -разбор партий                                 | 15         |

|                                    |            |
|------------------------------------|------------|
| 4. Психологическая подготовка (ПП) | 12         |
| 5. Участие в соревнованиях (УС)    | 48         |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>234</b> |

### 2.3. Примерный помесечный план-график (в часах) подготовки шахматистов в общеразвивающих группах 1-ого года обучения

| Виды подготовки/<br>недели |    | ТП | ФП | Специальная подготовка |    |    |    |    |    |     | ПП | УС | Всего |     |
|----------------------------|----|----|----|------------------------|----|----|----|----|----|-----|----|----|-------|-----|
|                            |    |    |    | ПС                     | Д  | Э  | Т  | СЗ | РЗ | СОИ |    |    |       | РП  |
|                            |    | 8  | 20 | 20                     | 22 | 24 | 24 | 22 | 18 | 10  | 20 | 12 | 34    | 234 |
| сентябрь                   | 1  | 2  |    | 3                      |    |    | 1  |    |    |     |    |    |       | 6   |
|                            | 2  |    | 1  | 3                      | 1  |    | 1  |    |    |     |    |    |       | 6   |
|                            | 3  |    |    | 3                      |    | 1  |    | 1  | 1  |     |    |    |       | 6   |
|                            | 4  |    | 1  | 3                      |    |    | 1  |    | 1  |     |    |    |       | 6   |
| октябрь                    | 5  |    |    | 3                      | 1  |    |    | 1  | 1  |     |    | 1  |       | 6   |
|                            | 6  | 1  | 1  | 3                      |    |    |    |    |    |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 7  |    |    | 2                      |    | 1  | 1  |    | 1  |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 8  |    | 1  |                        | 1  |    |    |    |    | 2   |    | 2  |       | 6   |
| ноябрь                     | 9  |    |    |                        |    | 1  |    | 1  |    |     | 2  |    | 2     | 6   |
|                            | 10 |    | 1  |                        | 1  |    | 1  |    |    |     |    |    | 4     | 6   |
|                            | 11 | 1  |    |                        |    | 1  |    | 1  | 1  |     | 2  |    |       | 6   |
|                            | 12 |    | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    |       | 6   |
|                            | 13 |    |    |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    | 1  |       | 6   |
| декабрь                    | 14 |    | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  |    |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 15 |    |    |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 16 | 1  | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  |    |     |    |    |       | 6   |
|                            | 17 |    |    |                        |    | 1  | 1  |    |    | 2   |    | 2  |       | 6   |
| январь                     | 18 |    | 1  |                        |    |    |    |    |    |     | 1  |    | 4     | 6   |
|                            | 19 |    |    |                        | 1  | 1  | 1  |    |    |     | 1  |    | 2     | 6   |
|                            | 20 |    | 1  |                        |    |    | 1  | 1  | 1  |     | 2  |    |       | 6   |
|                            | 21 | 1  |    |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    |       | 6   |
|                            | 22 |    | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    |       | 6   |
| февраль                    | 23 |    |    |                        |    | 1  | 1  | 1  |    | 2   |    | 1  |       | 6   |
|                            | 24 |    | 1  |                        |    | 1  | 1  |    |    |     | 2  |    | 1     | 6   |
|                            | 25 |    |    |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 26 |    | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  |    |     |    |    | 1     | 6   |
| март                       | 27 | 1  |    |                        | 1  | 1  | 1  |    |    |     | 2  |    |       | 6   |
|                            | 28 |    | 1  |                        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |     |    |    |       | 6   |
|                            | 29 |    |    |                        |    | 1  | 1  |    |    | 2   |    | 2  |       | 6   |
|                            | 30 |    | 1  |                        | 1  |    |    |    |    |     |    |    | 4     | 6   |
| апрель                     | 31 |    |    |                        |    |    | 1  | 1  | 1  |     | 2  | 1  |       | 6   |
|                            | 32 | 1  | 1  |                        | 1  | 1  | 1  |    |    |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 33 |    |    |                        | 1  | 1  |    | 1  | 1  |     |    |    | 1     | 6   |
|                            | 34 |    | 1  |                        |    | 1  |    |    | 1  |     | 2  |    | 1     | 6   |
|                            | 35 |    |    |                        | 1  |    |    |    | 1  | 2   |    | 2  |       | 6   |



|     |    |  |   |  |   |   |  |   |   |  |   |  |   |   |
|-----|----|--|---|--|---|---|--|---|---|--|---|--|---|---|
| май | 36 |  | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 |   |  |   |  | 2 | 6 |
|     | 37 |  |   |  |   |   |  | 1 | 1 |  | 2 |  | 2 | 6 |
|     | 38 |  | 1 |  |   |   |  | 1 |   |  | 2 |  | 2 | 6 |

## 2.4. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретическая подготовка включает в себя знание правил шахматной игры, систему проведения соревнований по шахматам, видов шахмат в зависимости от контроля времени, знание чемпионов мира по шахматам. Важным разделом теоретической подготовки является знание об общей координации фигур и факторах их развития в начале партии (дебюте), середине партии (миттельшпиле) и окончании партии (эндшпиле).

## 2.5. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Для шахматиста важна хорошая физическая подготовка. Учёными доказано, что для организма умственная нагрузка гораздо тяжелее, нежели физическая. Помещения, в которых играют шахматисты, не всегда соответствуют стандартам, но, не смотря на это — игроки часами сидят за шахматной доской, рассчитывая сложные ходы. И не каждый организм может такое выдержать. Во время игровых турниров бывали случаи, когда от невыносимой умственной нагрузки у шахматиста подскакивало давление, и он терял сознание. Из этого следует, то, что шахматисту просто необходимо быть в хорошей физической и психологической форме.

Для подготовки к игровому сезону современный шахматист не в состоянии обойтись без пары гантелей и беговой дорожки. И это ещё самый минимальный набор инструментов. Очень часто из-за плохой физической формы игрок, который начал турнир удачно — к концу проигрывает во всех партиях. Если игрок будет слаб телом, то он вряд ли сможет добиться больших результатов в этом не простом, как оказалось, виде спорта шахматы.

Физическая подготовка, как одна из составляющих элементов комплексной спортивной подготовки шахматистов, оказывает существенное влияние на рост спортивных результатов высококвалифицированных спортсменов.

Известны случаи, когда именитые шахматисты допускали грубейшие ошибки во время игры, ведущие моментально к поражению. Поскольку продолжительность шахматной партии, в зависимости от квалификации игроков и регламента соревнований, колеблется от 1,5 до 6 часов, то во время игры неизбежно наступает утомление и после 3 часов игры на первый план выходят далеко не специфические шахматные факторы, а такие как физическая и психическая выносливость, помехоустойчивость, состояние сердечно-сосудистой системы шахматиста. Вот почему любому шахматисту, если он хочет дойти до победы и не сойти с дистанции из-за плохой физической формы, нужна физическая нагрузка.

В первую очередь обязательна ежедневная утренняя гимнастика. Отлично насыщает мозг кислородом беговая дорожка в спортзале, но бег в парке, на

свежем воздухе был бы предпочтительнее. Доказано, что шахматистам не противопоказаны, а напротив, очень полезны упражнения с гантелями разного веса, ещё лучше штанга. Регулярные лыжные прогулки в зимний период или коньки помогают эмоциональному и физическому насыщению спортсмена. Плавание в бассейне или гребля летом – те занятия, которые способствуют разностороннему укреплению организма.

## 2.6. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ШАХМАТИСТА

### ШАХМАТНАЯ ДОСКА.

Знакомство с шахматной доской. Белые и черные поля. Чередование белых и черных полей на шахматной доске. Шахматная доска и шахматные поля квадратные. Расположение доски между партнерами. Горизонтальная линия. Количество полей в горизонтали. Количество горизонталей на доске. Вертикальная линия. Количество полей в вертикали. Количество вертикалей на доске. Чередование белых и черных полей в горизонтали и вертикали. Дидактические задания и игры “Горизонталь”, “Вертикаль”.

Диагональ. Отличие диагонали от горизонтали и вертикали. Количество полей в диагонали. Большая белая и большая черная диагонали. Короткие диагонали. Центр. Форма центра. Количество полей в центре. Дидактическое задание “Диагональ”.

### ШАХМАТНЫЕ ФИГУРЫ И ИХ РАСПОЛОЖЕНИЕ НА ШАХМАТНОЙ ДОСКЕ:

Белые и черные. Ладья, конь, слон, ферзь, король, королева, пешка. Дидактические задания и игры “Волшебный мешочек”, “Угадай-ка”, “Секретная фигура”, “Угадай”, “Что общего?”, “Большая и маленькая”. Расстановка фигур перед шахматной партией. Правило: “Ферзь любит свой цвет”. Связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальным положением фигур. Дидактические задания и игры “Мешочек”, “Да и нет”, “Мяч”.

### ЛАДЬЯ.

Место ладьи в начальном положении. Ход. Ход ладьи. Взятие. Дидактические задания и игры “Лабиринт”, “Перехитри часовых”, “Один в поле воин”, “Кратчайший путь”.

Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (ладья против ладьи, две ладьи против одной, две ладьи против двух), “Ограничение подвижности”.

## СЛОН.

Место слона в начальном положении. Ход слона, взятие. Белопольные и чернопольные слоны. Разноцветные и одноцветные слоны. Качество. Легкая и тяжелая фигура. Дидактические задания “Лабиринт”, “Перехитри часовых”, “Один в поле воин”, “Кратчайший путь”.

Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (слон против слона, два слона против одного, два слона против двух), “Ограничение подвижности”.

## ЛАДЬЯ ПРОТИВ СЛОНА.

Дидактические задания “Перехитри часовых”, “Сними часовых”, “Атака неприятельской фигуры”, “Двойной удар”, “Взятие”, “Защита”, “Выиграй фигуру”. Термин “стоять под боем”. Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (ладья против слона, две ладьи против слона, ладья против двух слонов, две ладьи против двух слонов, сложные положения), “Ограничение подвижности”.

## ФЕРЗЬ.

Место ферзя в начальном положении. Ход ферзя, взятие. Ферзь – тяжелая фигура. Дидактические задания “Лабиринт”, “Перехитри часовых”, “Один в поле воин”, “Кратчайший путь”.

Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (ферзь против ферзя), “Ограничение подвижности”.

## ФЕРЗЬ ПРОТИВ ЛАДЬИ И СЛОНА.

Дидактические задания “Перехитри часовых”, “Сними часовых”, “Атака неприятельской фигуры”, “Двойной удар”, “Взятие”, “Выиграй фигуру”. Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (ферзь против ладьи, ферзь против слона, ферзь против ладьи и слона, сложные положения), “Ограничение подвижности”.

КОНЬ. Место коня в начальном положении. Ход коня, взятие. Конь – легкая фигура. Дидактические задания “Лабиринт”, “Перехитри часовых”, “Один в поле воин”, “Кратчайший путь”.

Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (конь против коня, два коня против одного, один конь против двух, два коня против двух), “Ограничение подвижности”.

#### КОНЬ ПРОТИВ ФЕРЗЯ, ЛАДЬИ, СЛОНА.

Дидактические задания “Перехитри часовых”, “Сними часовых”, “Атака неприятельской фигуры”, “Двойной удар”, “Взятие”, “Защита”, “Выиграй фигуру”. Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (конь против ферзя, конь против ладьи, конь против слона, сложные положения), “Ограничение подвижности”.

#### ПЕШКА.

Место пешки в начальном положении. Ладейная, коневая, слоновая, ферзевая, королевская пешка. Ход пешки, взятие. Взятие на проходе. Превращение пешки. Дидактические задания “Лабиринт”, “Один в поле воин”.

Дидактические игры “Игра на уничтожение” (пешка против пешки, две пешки против одной, одна пешка против двух, две пешки против двух, многопешечные положения), “Ограничение подвижности”.

#### ПЕШКА ПРОТИВ ФЕРЗЯ, ЛАДЬИ, КОНЯ, СЛОНА.

Дидактические задания “Перехитри часовых”, “Атака неприятельской фигуры”, “Двойной удар”, “Взятие”, “Защита”, Дидактические игры “Игра на уничтожение” (пешка против ферзя, пешка против ладьи, пешка против слона, пешка против коня, сложные положения), “Ограничение подвижности”.

#### КОРОЛЬ.

Место короля в начальном положении. Ход короля, взятие. Короля не бьют, но и под бой его ставить нельзя. Дидактические задания “Лабиринт”, “Перехитри часовых”, “Один в поле воин”, “Кратчайший путь”.

Дидактическая игра “Игра на уничтожение” (король против короля).

#### КОРОЛЬ ПРОТИВ ДРУГИХ ФИГУР.

Дидактические задания “Перехитри часовых”, “Сними часовых”, “Атака неприятельской фигуры”, “Двойной удар”, “Взятие”. Дидактические игры “Захват контрольного поля”, “Защита контрольного поля”, “Игра на уничтожение” (король против ферзя, король против ладьи, король против

слона, король против коня, король против пешки), “Ограничение подвижности”.

## ШАХ.

Шах ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Защита от шаха. Дидактические задания “Шах или не шах”, “Дай шах”, “Пять шахов”, “Защита от шаха”. Игра всеми фигурами из начального положения.

Открытый шах. Двойной шах. Дидактические задания “Дай открытый шах”, “Дай двойной шах”. Дидактическая игра “Первый шах”. Игра всеми фигурами из начального положения.

## МАТ.

Цель игры. Мат ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Дидактическое задание “Мат или не мат”. Игра всеми фигурами из начального положения.

Мат в один ход. Мат в один ход ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой (простые примеры). Дидактическое задание “Мат в один ход”. Игра всеми фигурами из начального положения.

Мат в один ход: сложные примеры с большим числом шахматных фигур. Дидактическое задание “Дай мат в один ход”. Игра всеми фигурами из начального положения.

## НИЧЬЯ, ПАТ.

Отличие пата от мата. Варианты ничьей. Примеры на пат. Дидактическое задание “Пат или не пат”. Игра всеми фигурами из начального положения.

## РОКИРОВКА.

Длинная и короткая рокировка. Правила рокировки. Дидактическое задание “Рокировка”. Игра всеми фигурами из начального положения.

## ШАХМАТНАЯ ПАРТИЯ.

Самые общие рекомендации о принципах разыгрывания дебюта. Игра всеми фигурами из начального положения (без пояснений о том, как лучше начинать шахматную партию). Дидактическая игра “Два хода”.

## КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ШАХМАТ.

Происхождение шахмат. Легенды о шахматах. Чатуранга и шатрандж. Шахматы проникают в Европу. Чемпионы мира по шахматам. Игровая практика.

## ШАХМАТНАЯ НОТАЦИЯ.

Назови вертикаль”, “Назови горизонталь”, “Назови диагональ”, “Какого цвета поле”, “Кто быстрее”. “Вижу цель”. Игровая практика. На этом занятии дети, делая ход, проговаривают, какая фигура с какого поля на какое идет. Например: “Король с e1 – на e2”.

Обозначение шахматных фигур и терминов. Запись начального положения. Краткая и полная шахматная нотация. Запись шахматной партии. Игровая практика (с записью шахматной партии или фрагмента шахматной партии).

## ЦЕННОСТЬ ШАХМАТНЫХ ФИГУР.

Ценность фигур. Сравнительная сила фигур. Дидактические задания “Кто сильнее”, “Обе армии равны”. Достижение материального перевеса. Дидактическое задание “Выигрыш материала” (выигрыш ферзя). Игровая практика. Достижение материального перевеса. Дидактическое задание “Выигрыш материала” (выигрыш ладьи, слона, коня). Игровая практика. Достижение материального перевеса. Дидактическое задание “Выигрыш материала” (выигрыш пешки). Способы защиты. Дидактическое задание “Защита”(уничтожение атакующей фигуры, уход из-под боя). Игровая практика. Защита атакованной фигуры другой своей фигурой, перекрытие, контратака). Игровая практика.

## ТЕХНИКА МАТОВАНИЯ ОДИНОКОГО КОРОЛЯ.

Две ладьи против короля. Дидактические задания “Шах или мат”, “Мат или пат”, “Мат в один ход”, “На крайнюю линию”, “В угол”, “Ограниченный король”, “Мат в два хода”. Игровая практика. Ферзь и ладья против короля. Дидактические задания “Шах или мат”, “Мат или пат”, “Мат в один ход”, “На крайнюю линию”, “В угол”, “Ограниченный король”, “Мат в два хода”. Игровая практика. Ферзь и король против короля. Дидактические задания “Шах или мат”, “Мат или пат”, “Мат в один ход”, “На крайнюю линию”, “В угол”, “Ограниченный король”, “Мат в два хода”. Игровая практика. Ладья и король против короля. Дидактические задания “Шах или мат”, “Мат или пат”, “Мат в один ход”, “На крайнюю линию”, “В угол”, “Ограниченный король”, “Мат в два хода”. Игровая практика.

## ДОСТИЖЕНИЕ МАТА БЕЗ ЖЕРТВЫ МАТЕРИАЛА.

Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле. Цугцванг. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Защита от мата. Дидактическое задание

“Защитись от мата”. Игровая практика. Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Защита от мата. Дидактическое задание “Защитись от мата”. Игровая практика. Учебные положения на мат в два хода в дебюте. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Защита от мата. Дидактическое задание “Защитись от мата”. Игровая практика.

**ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ.** Матовые комбинации. Темы комбинаций. Тема отвлечения. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Матовые комбинации. Тема завлечения. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Матовые комбинации. Тема блокировки. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Матовые комбинации. Тема освобождения пространства. Тема уничтожения защиты. Тема “рентгена”. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Матовые комбинации. Другие темы комбинаций и сочетание тематических приемов. Дидактическое задание “Объяви мат в два хода”. Игровая практика. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема отвлечения. Тема завлечения. Дидактическое задание “Выигрыш материала”. Игровая практика. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема уничтожения защиты. Тема связки. Дидактическое задание “Выигрыш материала”. Игровая практика. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема освобождения пространства. Тема перекрытия. Дидактическое задание “Выигрыш материала”. Игровая практика. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема превращения пешки. Дидактическое задание “Проведи пешку в ферзи”. Игровая практика. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Сочетание тактических приемов. Дидактическое задание “Выигрыш материала”. Игровая практика. Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации. Дидактическое задание “Сделай ничью”. Игровая практика. Комбинации для достижения ничьей. Комбинации на вечный шах. Дидактическое задание “Сделай ничью”. Игровая практика. Типичные комбинации в дебюте. Дидактическое задание “Проведи комбинацию”. Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры). Дидактическое задание “Проведи комбинацию”. Игровая практика.

**ШАХМАТНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.** Турниры и сеансы одновременной игры. Правила.

**ШАХМАТНЫЕ ЧАСЫ**

Устройство шахматных часов. Регламент игры на время. Виды и правила шахмат в зависимости от лимита времени. Правила игры в цейтноте. Требование ничьей.

## **2.7. 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.

## **2.8. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ. УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ ТРЕБОВАНИЙ**

В ЕВСК (Единая Всероссийская Спортивная Классификация) для шахмат установлены следующие спортивные звания: международный гроссмейстер, гроссмейстер России, международный мастер, мастер спорта России и спортивные разряды.

Условия выполнения спортивных разрядов едины для мужчин и женщин, а также для всех возрастов.

Учебная программа предусматривает подготовку спортсменов до 3-4 разряда, поэтому в дальнейшем приведены условия выполнения разрядных требований.

### **1,2,3 разряды:**

набрать 75% очков или занять первое место в турнире с коэффициентом соответственно 2,3,4.

### **4 разряд:**

набрать 60% очков в турнире с коэффициентом 5. Для турниров с дробными коэффициентами нормы (проценты к числу партий) устанавливаются по следующей таблице:

| Раздел первый       |         |         | Раздел второй       |        |
|---------------------|---------|---------|---------------------|--------|
| Коэффициент турнира | разряды |         | Коэффициент турнира | Разряд |
|                     | 1 (2,3) | 2 (3,4) |                     |        |
| 1,00                | 50      | 30      | 4,00                | 50     |
| 1,01-1,10           | 53      | 32      | 4,01-4,10           | 51     |
| 1,11-1,20           | 55      | 34      | 4,11-4,20           | 52     |

|           |    |    |           |    |
|-----------|----|----|-----------|----|
| 1,21-1,30 | 58 | 36 | 4,21-4,30 | 53 |
| 1,31-1,40 | 60 | 38 | 4,31-4,40 | 54 |
| 1,41-1,50 | 63 | 40 | 4,41-4,50 | 55 |
| 1,51-1,60 | 65 | 42 | 4,51-4,60 | 56 |
| 1,61-1,70 | 68 | 44 | 4,61-4,70 | 57 |
| 1,71-1,80 | 70 | 46 | 4,71-4,80 | 58 |
| 1,81-1,90 | 73 | 48 | 4,81-4,90 | 59 |
| 1,91-2,00 | 75 | 50 | 4,91-5,00 | 60 |

### **Примечания:**

1. При коэффициенте турнира от 2 до 3 или от 3 до 4 надо в первом найти строчку с соответствующим числом после запятой. Тогда в столбцах 2 и 3 определяются нормы соответственно 2 и 3 или 3 и 4 разрядов. При коэффициенте меньше 1 в столбце 3 определяются нормы 1 разряда.

2. Для определения коэффициента турнира применяются следующие показатели: без разряда – 5, 4, 3, 2, 1 р.- соответственно 4,3,2,1;. Число участников каждого разряда умножается на показатель этого разряда, полученные произведения складываются, и сумма делится на количество участников турнира.

3. В соревнованиях по швейцарской системе и в командных соревнованиях коэффициент турнира определяются для каждого участника как среднее значение коэффициентов его соперников плюс коэффициент его самого.

4. Все разряды присваиваются на 3 года, 4 р. – подтверждения не требует.

### **Подтверждение разрядов:**

1. Для подтверждения квалификации соответствующего разряда надо выполнить соответствующие разрядные требования.

Неподтверждение (неуспех) фиксируется, если участник набрал менее 75% очков от соответствующей разрядной нормы.

2. Если в соревнованиях по швейцарской системе в 9 туров и более с участием не менее 6 КМС у кого-либо из них не окажется нормы подтверждения, то неподтверждение фиксируется, когда он не набирает 75% от вычисленной обычным порядком нормы подтверждения.

В командных соревнованиях и в соревнованиях по швейцарской системе, в которых было сыграно минимум 9 партий, выполнение и подтверждение разрядных норм засчитывается на 3 года, при меньшем числе партий - на 2 года.

3. 1, 2, 3-й разряд – невыполнение соответствующей нормы подряд в трех соревнованиях влечет за собой досрочный перевод на разряд ниже, невыполнение шахматистами 1, 2, 3 разрядов соответственно норм 2, 3, 4 разрядов фиксируется как два неподтверждения. Шахматистам 1-го разряда фиксируется не более 2-х баллов, каждый из которых действителен в течение 3-х лет с момента окончания турнира.

### **3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях.

Расписание занятий составляется администрацией ДЮСШ по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Теоретические занятия могут проводиться самостоятельно и в комплексе с практическими занятиями (например, в виде беседы, рассказа в течение 10-12 мин в начале практического урока). При проведении теоретических занятий целесообразно отдельные положения теории подкреплять примерами из практики, иллюстрировать их схемами, таблицами, рисунками и дугими. наглядными пособиями.

Практические занятия могут различаться по цели (на учебные, тренировочные, контрольные и соревновательные), количественному составу

занимающихся (индивидуальные, групповые, индивидуально-групповые), степени разнообразия решаемых задач (на однородные и разнородные).

На учебных занятиях усваивается новый материал, осуществляется обучение основам техники и тактики шахмат.

На учебно-тренировочных занятиях, наряду с разучиванием нового материала и закреплением пройденного, большое внимание уделяется повышению общей и специальной подготовленности.

Контрольные занятия обычно применяются в конце отдельных этапов подготовки или в случаях проверки качества работы тренеров.

Соревновательные занятия применяются для формирования соревновательного опыта. Они проводятся в виде неофициальных соревнований – классификационные соревнования, прикидки для окончательной коррекции состава команды, матчевые встречи.

В качестве внеурочных форм занятий в ДЮСШ рекомендуется проводить различные воспитательные и оздоровительные мероприятия (спортивные вечера, походы, игры на свежем воздухе и т.п.)

Учебные группы комплектуются с учетом возраста и степени подготовленности занимающихся.

Занятия в группах начальной подготовки и в учебно-тренировочных группах проводятся главным образом групповым методом, редко – индивидуальным и индивидуально-групповым.

Проведение занятий по шахматам возлагается на тренеров-преподавателей, имеющих специальную педагогическую и спортивную подготовку.

Помимо учебных занятий по расписанию, спортсмены должны ежедневно выполнять индивидуальные домашние задания, данные тренером, разбор партий и задач.

Продолжительность одного занятия в группах начальной подготовки 1-го года обучения не должна превышать двух академических часов.

#### **4. МЕДИЦИНСКИЙ КОНТРОЛЬ В ШАХМАТАХ**

Основная задача медицинского контроля в спорте – предупреждение развития нарушений здоровья и заболеваний, возникающих в результате чрезмерно интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок. Рационально организованный медицинский контроль должен способствовать сохранению на

высоком уровне здоровья, спортивной формы и спортивного долголетия. В спортивной медицине разработаны методы контроля за состоянием здоровья спортсменов, которые выполняют интенсивные физические нагрузки. Шахматы же, как известно, относят к спорту, несмотря на то, что игра в них не сопряжена с усиленной мышечной деятельностью. Более того, шахматисты в период подготовки к выступлениям и, особенно во время самой игры, часто ведут малоподвижный образ жизни. В связи с этим, шахматы по существу должны быть отнесены к гиподинамическому виду спорта, при этом характерной особенностью игры является то, что она сопровождается значительным эмоциональным и интеллектуальным напряжением. Именно, значительное эмоциональное напряжение в процессе игры и после ее завершения таит определенную опасность для здоровья шахматистов.

В процессе шахматной игры отрицательное влияние эмоций на организм не гасится мышечной активностью. Следует также учитывать и то, что в перерывах между игрой эмоциональное напряжение в различной степени у различных шахматистов сохраняется. Это незавершенное мышечной деятельностью эмоциональное напряжение вызывает существенные сдвиги психофизиологического состояния человека, которые могут в некоторых случаях приводить к развитию заболеваний сердечно-сосудистой и центральной нервной систем. Речь идет о гипертонической болезни, о заболевании коронарных сосудов – ишемической болезни сердца, о нарушении мозгового кровообращения, а также о душевных заболеваниях. Опыт показывает, что хронические заболевания сердечно-сосудистой и центральной нервной системы могут резко обостряться у шахматистов в период участия в шахматных соревнованиях.

## **5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ШАХМАТАМ**

С разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия надеть удобную одежду и обувь. Под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия подготовить спортивный инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия. Приступить к занятиям после проверки готовности места проведения.

Во время занятий обучающийся обязан:

- неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- внимательно слушать и выполнять все команды тренера-преподавателя,

проводящего занятия.

Обучающимся запрещается:

- выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия;
- использовать спортивное оборудование не по прямому назначению;

При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия в спортивно зале. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия, и действовать в соответствии с его указаниями.

При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю, проводящему занятия. При необходимости и возможности помочь тренеру-преподавателю, проводящему занятия оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

По окончании занятий сдать использованное оборудование и инвентарь тренеру-преподавателю, проводящему занятия. С разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия, организованно покинуть место проведения занятий. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя, проводящего занятия.

## **6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СИСТЕМА КОНТРОЛЯ**

По итогам обучения в первый год предполагается выполнение половиной обучающихся нормы 4 разряда. По итогам 2 года обучения выполнение 50% учащихся нормы 3 разряда и 50% учащихся нормы 4 разряда. Для успешного выполнения разрядов учащийся не менее 3 раз в год (осенние, зимние и весенние каникулы) должен принимать участие в турнирах с учащимися других групп и школ, а также в тематических турнирах внутри группы.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Губницкий С.Б., Хануков М.Г., Шедей С.А. – Полный курс шахмат – 64 урока для новичков и не очень опытных игроков. Издательство «Фолио» - М, 2004.
2. Голенищев В.Е., Программа подготовки юных шахматистов IV-III разрядов, М., «Советская Россия», 1979.
3. Зак В.Г., Длуголенский Я.Н. «Я играю в шахматы», С.-Петербург, «Санта», 1994.
4. Костьев А.Н. Уроки шахмат. М., Физкультура и спорт», 1980, 1984 г.
5. Пожарский В.А. Шахматный учебник на практике. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2004.