

Управление образования администрации
муниципального образования Выселковский район
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования детско-юношеская спортивная школа станицы
Выселки муниципального образования Выселковский район

Принята на заседании
педагогического совета
от « 16 » апреля 2021 г.
протокол № 4



Утверждаю
Директор МБУ ДО ДЮСШ
станицы Выселки
Дробышева Н.Н.
от « 16 » апреля 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
по виду спорта «Шахматы»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 3 года

Возрастная категория: от 4 до 10 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: авторская

Программа реализуется на бюджетной основе

ID – НОМЕР Программы в АИС «Навигатор» - 31041

Составители:

Попов В.В. зам. директора

по спортивно-массовой работе;

Алексеев И.Ю. методист;

Алексеев Ю.А. тренер-преподаватель;

Пляшник С.А. тренер-преподаватель.

ст. Выселки, 2021

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая ознакомительная программа «Шахматы» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Программа физкультурно-спортивной направленности в системе дополнительного образования ориентирована на развитие мышления. Требуется не только усвоения готовых знаний, но и, самое главное, их понимания, осознания и применения в различных областях.

Шахматы, как вид спорта, признаны Международным Олимпийским Комитетом и являются уникальной дисциплиной, которая сочетает в себе как элементы спорта, так и элементы игры. Кроме того, шахматы, очевидно, развивают логическое мышление. История шахмат насчитывает полторы-две тысячи лет. Однозначного мнения об их происхождении до сих пор нет. Правила и некоторые принципы менялись со временем. Игры, подобные шахматам, существовали и в Индии, и в арабских странах. Первые серьезные соревнования начали проводиться в конце 19 века, когда были окончательно установлены классические (применяющиеся ныне) правила. Тогда же стали устраиваться международные чемпионаты. Но окончательно статус спортивной дисциплины за шахматами был закреплен в первой половине 20 века с образованием Международной шахматной федерации - ФИДЕ. Шахматная игра - это не просто игра, она помогает становить личность, развивать лучшие качества человека.

Программа направлена на развитие логических способностей детей, обеспечивает физическое, нравственное, интеллектуальное развитие, познание жизни, самих себя, других людей с помощью активного вовлечения ребят в разнообразную спортивную деятельность, наряду с этим развиваются организаторские способности и задатки, психические свойства личности.

Новизна данной образовательной программы заключается в опоре на развитие интеллекта, логического мышления, морально - волевых и нравственных качеств. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди детей и школьников, являясь увлекательной спортивной игрой.

Обучение по данной Программе обеспечивает развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной деятельности. Личностные результаты освоения программы отражают индивидуальные качества, которые обучающиеся должны приобрести в процессе освоения программного материала. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний и умений, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации именно в младшем дошкольном и школьном возрасте, что повышает самооценку ребёнка, и его оценку в глазах окружающих. Вырабатываются личностные качества:

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;

- уважительное отношение к иному мнению;
- умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формирование навыков творческого подхода при решении различных задач;
- формирование основ шахматной культуры.

Организация занятий по концентрическому методу прохождения программного материала позволяет за различные сроки усвоить его в полном объеме и перейти на базовый уровень.

Актуальность занятий шахматами с дошкольниками и школьниками обусловлена общественной потребностью развития грамотного, умеющего логически мыслить. Способность формулировать, аргументировать отстаивать свое мнение, вести дискуссию, обсуждать содержание и результат совместной деятельности. Умение донести свою точку зрения до других и отстаивать собственную позицию, а также уважать и учитывать позицию партнеров. Возможность организовать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с тренером-преподавателем и сверстниками, адекватно передавать информацию и отображать предметное содержание и результат совместной деятельности. Способность строить логические цепи рассуждений, анализировать и просчитывать результаты своих действий, воспроизводить по памяти информацию, устанавливать причинно-следственные связи, предвидеть реакцию соперника. Уметь сопоставлять факты, концентрировать внимание находить нестандартные решения.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что шахматы, как индивидуальная, а в некоторых случаях командная игра способствует развитию у обучающихся многих весьма ценных качеств и навыков, необходимых им в дальнейшей жизни. Игра учит думать и принимать решение за доли секунды. Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблемы творческого или поискового характера. К принятию правильного решения ребенок придет путем многих проб и ошибок, а этот опыт пригодится в жизни. Способность строить логические цепи рассуждений. Анализировать и просчитывать результат своих действий, воспроизводить по памяти информацию. Игровая деятельность способствует совершенствованию всех функций организма. В связи с этим важное значение имеет воспитание волевых качеств, умение заставлять себя продолжать работу с заданной интенсивностью, несмотря на трудности.

Во время учебных занятий тренер постоянно осуществляет педагогический контроль реакции организма детей на физическую нагрузку, следит за их самочувствием. Программа предполагает формирование у детей необходимых навыков гигиены, самоконтроля за состоянием своего здоровья, соблюдения техники безопасности при самостоятельных занятиях. Программа разработана с целью создания в учреждениях образования детей условий для разностороннего развития обучающихся. Содержание программы включает - изучение теоретического материала, учитывая

недостаток двигательной активности, включает элементы ОФП в небольшом объеме, практико-соревновательной деятельности, изучение истории развития шахмат, решения контрольных заданий различного уровня сложности.

Адресат программы.

На обучение по данной программе зачисляются дети в возрасте с 4 до 10 лет, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие письменное разрешение врача.

Уровень программы, объём и сроки реализации.

Программа является общеразвивающей, рассчитана на 1-3 года обучения. Учебный план программы рассчитан на 46 недель в год, сроки реализации с 1 сентября по 31 августа.

Программа цикличная и в зависимости от возраста обучающихся, принятых на данную программу, может быть реализована за 1-3 года.

Цель дополнительной общеразвивающей программы «Шахматы»:

- укрепление здоровья и развитие логического мышления;
- формирование представления о виде спорта шахматы;
- знакомство с правилами игры, основными ее особенностями;
- умение объяснять шахматные термины, знать шахматные фигуры;
- ориентироваться на шахматной доске;
- правильно располагать шахматную доску и фигуры на шахматной доске;
- знать цену каждой шахматной фигуры;
- уметь записывать шахматную партию;
- усвоить технику матования одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, ферзем и королем;
- заинтересовать данным видом спорта с переходом в дальнейшем к изучению на базовом уровне.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Шахматы»:

- формирование основ шахматной культуры;
- общая физическая подготовка;
- развитие логического мышления и умения решать рационально задачи с разветвленными возможными исходами;
- формирование широкого круга умственных умений и способностей;
- формирование интереса к занятиям спортом;
- овладение теоретическими основами физической культуры и навыками самоконтроля.

Программа направлена на:

- формирование и развитие умственных способностей;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- создание условий для воспитания и развития;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление

здоровья;

- организацию свободного времени.

Основными показателями выполнения программных требований являются: стабильность состава обучающихся; посещаемость тренировочных занятий; динамика индивидуальных показателей развития физических, умственных и логических качеств обучающихся; уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

В зависимости от целевой задачи и организационной формы тренировочного занятия используются следующие формы проведения занятий: игровая спортивная тренировка, двухсторонние игры, турнир, товарищеская встреча, самостоятельная работа по решению задач.

Предполагаемый результат.

Обучающийся должен:

- соблюдать гигиенические требования при занятиях спортом, соблюдать режим дня и вести здоровый образ жизни;

- овладеть элементарной техникой, простейшими комбинациями шахматной игры;

- изучить первичные правила игры;

- участвовать в соревнованиях школьного уровня;

- подготовиться к обучению по программе базового уровня.

Формы обучения и режим занятий.

Форма обучения очная, возможно в дистанционном режиме или частично в смешанном режиме. Продолжительность занятий составляет по 30-45 мин - 4 раза в неделю или 60-90 мин 2 раза в неделю по очной форме обучения; 15 - 30 минут 4 - 6 раз в неделю в дистанционном режиме. Недельная нагрузка 4 ч, на учебный год $4 \times 46 = 184$ ч.

Наполняемость групп.

Максимальный состав группы определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях, отражен в таблице № 1

**Наполняемость ознакомительных общеразвивающих групп
и режим учебно-тренировочной работы**

Таблица № 1

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Наполняемость в группах	Максимальное количество учебных часов в неделю	Продолжительность одного занятия
1-й год	4 года	12-30	4	30 мин
2-й год	5 лет	12-30	4	30 мин
3-й год	6 лет	12-30	4	45 мин

Формы организации занятий.

Основными формами учебно-тренировочной работы являются: групповые занятия, индивидуальные тренинги, самостоятельная работа над решением задач, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), культурно-массовые мероприятия, разбор партий выдающихся гроссмейстеров.

Формы проведения занятий.

Основными формами проведения занятий являются тренировка, беседа, спарринги. Самостоятельная работа с задачами и игра.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план (таблицы № 2,3) рассчитан на 4 недельных часа, 46 недель в год. Выбор количества занятий остается за тренером-преподавателем (с учетом возраста обучающихся). Занятия проводятся 2 - 4 раза в неделю.

Каждый год обучения изучается весь программный материал в полном объеме, но в зависимости от возраста обучающегося требует различный уровень освоения данного материала.

Процентное распределение учебного материала в процентах.

Таблица № 2

N п/п	Наименование предметных областей /формы учебной нагрузки/	Распреде- ние часов 1 год	Распреде- ние часов 2 год	Распреде- ние часов 3 год
1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	15	15	15
2.	Общая физическая подготовка	15	15	15
3.	Специальная подготовка (базовые понятия шахматной игры)	40	40	40
4.	Игровая подготовка спаринги, динамические шахматные игры.	28	28	28
5.	Промежуточная и итоговая аттестация. Медосмотр	2	2	2
6.	ИТОГО	100	100	100

Распределение учебного материала по часам.

Таблица № 3

N п/п	Наименование предметных областей /формы учебной нагрузки/	Распреде лие часов 1 год	Распреде лие часов 2 год	Распреде лие часов 3 год
1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	28	28	28
2.	Общая физическая подготовка	28	28	28
3.	Специальная подготовка (базовые понятия шахматной игры)	72	72	72
4.	Игровая подготовка спаринги, динамические шахматные игры.	52	52	52
5.	Промежуточная и итоговая аттестация. Медосмотр	4	4	4
6.	ИТОГО	184	184	184

1. Теоретические основы физической культуры и спорта (28ч)

Физическая культура и спорт в России. (3часа)

Понятие «физическая культура». Физическая культура как составляющая часть общей культуры. Ее значение для укрепления здоровья и физического развития.

Состояние и развитие шахмат. (6часов)

Рождение шахмат. От чатуранги к шатранджу. Шахматы проникают в Европу. История развития шахмат в мире и в нашей стране. Чемпионы мира по шахматам. Советские и российские чемпионы мира. Количество обучающихся в России и в мире.

Влияние умственных и физических упражнений на организм спортсмена. (3часа)

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение.

Гигиенические требования занимающимся спортом. (6часа)

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Профилактика вредных привычек.

Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте. (3часа)

Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания. Травматизм в процессе занятий: оказание первой помощи при несчастных случаях. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и соревнованиям. Инструкция по технике безопасности на занятиях по шахматам.

Правила игры и спортивные соревнования. (7 часа)

Правила игры и соревнований по шахматам. Индивидуальные и командные соревнования. Судейская терминология. Классификация спортсменов. Рейтинг ФИДЕ. Игра с часами. Правила поведения шахматистов, шахматный этикет.

2. Общая физическая подготовка (ОФП) (28ч)

Общая физическая подготовка обеспечивает всестороннее развитие шахматиста и создает предпосылки для наиболее эффективного проявления специальных умственных и физических качеств в избранном виде спорта. Она должна иметь специфическую направленность, а именно: укреплять организм спортсмена применительно к требованиям шахматам, способствовать переносу тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные действия.

Под физическими качествами понимают определенные социально обусловленные совокупности биологических и психологических свойств человека, выражающих его физическую готовность осуществлять активную умственную деятельность. К физическим (двигательным) качествам относят силу, выносливость, гибкость, быстроту, ловкость. Применительно к динамике физических качеств употребляют термины «развитие» и «воспитание». Термин «развитие» характеризует естественный ход изменений качества, а «воспитание» предусматривает активное и направленное воздействие на рост его показателей.

1. Общеразвивающие упражнения без предметов. (7 часов)

Для мышц рук и плечевого пояса:

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

Для мышц шеи и туловища;

- наклоны (вперед, в сторону, назад), повороты (направо, налево), наклоны с поворотами, вращения.

Для мышц ног:

- поднятие и опускание ноги (прямой и согнутой, вперед, в сторону и назад), сгибание и разгибание ног стоя (полуприсед, присед, выпад), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону,

назад), подскоки (ноги вместе, врозь, скрестно, на одной ноге), передвижение прыжками на одной и двух ногах.

Для мышц всего тела:

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

2. Легкоатлетические упражнения (8 часов)

- ходьба на носках, на пятках, на внутренней, наружной стороне стопы, в полуприседе и приседе, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками.

Бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону.

Бег на короткие дистанции 30, 60 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных естественных и искусственных препятствий.

Бег с переменной скоростью на различные дистанции.

Прыжки в длину с разбега и с места.

Спортивные и подвижные игры.

Туризм: Экскурсии и прогулки.

3. Общеразвивающие упражнения с предметами. (5 часов)

со скакалкой (короткой):

- подскоки на одной и двух ногах, с ноги на ногу;

- пробегания под вращающейся скакалкой, подскоки на одной и двух ногах.

С гимнастической палкой:

- наклоны и повороты туловища (стоя, сидя, на коленях, лежа), с различными положениями палки (вверх, вперед, вниз, за голову, за спину), перешагивание и перепрыгивание через палку, круты, упражнения с сопротивлением партнера.

С баскетбольными мячами:

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

С набивными мячами (вес до 1 кг):

- сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх и ловля с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и вдвоем из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переноска мяча, броски ногами, эстафеты и игры с мячом.

4. Дыхательная гимнастика (8 часов)

1-е упражнение:

- в движении шагом выполняется полный, глубокий вдох на протяжении 4-х шагов, руки свободно опущены вниз. После произвольного полного вдоха и

короткого отдыха (3-5 шагов) упражнение повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха увеличивается. Через некоторое время спортсмен довольно легко выполняет серии вдохов на 8,12, 16, 20 и более шагов.

2-е упражнение:

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

3-е упражнение:

- стоя, вытянув руки вверх, прогнуться, сделать полный глубокий вдох. Руки опустить резко вниз, сделать дополнительный короткий вдох. В этом упражнении спортсмен должен почувствовать, что при опускании рук создались дополнительные условия для вдоха и это позволило вдохнуть дополнительную порцию воздуха. Упражнение выполняется 6-8 раз.

4-е упражнение:

- выполняется в движении или стоя на месте. Исходное положение: руки опущены вдоль туловища, мышцы плечевого пояса расслаблены, голова слегка наклонена вперед. Спортсмен делает максимально глубокий вдох, затем поднимаясь на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз. Эффективность дыхательных упражнений очень велика, даже если им уделять в день по 5-6 минут. Улучшение в системе дыхания наступает уже через несколько занятий. Дыхание становится более глубоким и более редким. Жизненная емкость легких часто уже за 2-3 месяца систематических занятий увеличивается на 400-600 куб.см. Упражнения рекомендуется выполнять на свежем воздухе. Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать с гигиеническими процедурами и закаливанием.

3. Специальная подготовка(базовые понятия шахматной игры)(72ч)

Знакомство с основными понятиями:

- Горизонтали; Вертикали; Диагонали;
- Центр, фланги.

Знакомство с шахматными фигурами:

- Пешка;
- Король;
- Ладья;
- Слон;
- Ферзь;
- Конь.

Расстановка фигур перед шахматной партией. Правило: «Ферзь любит свой цвет».

Ценность фигур. Сравнительная сила фигур. Достижение материального перевеса.

Что такое шах. Понятие о шахе. Защита от шаха. «Шах или мат». Шах или мат черному королю?

Шах ферзем, ладьёй, слоном, конем, пешкой.

Понятие шахматного термина «мат». Мат цель шахматной игры.

Две ладьи против короля.

Ферзь и ладья против короля.

Король и ферзь против короля.

«Шах или мат». Шах или мат черному королю?

Ничья. Варианты ничьей.

Пат. Отличие пата от мата.

Рокировка. Длинная и короткая рокировка. Правила рокировки. Определить, можно ли рокировать в тех или иных случаях.

Шахматная партия. Начало шахматной партии. Правила и законы дебюта.

Правила хода и взятия каждой из фигур.

Игра «на уничтожение».

Белопольные и чернопольные слоны, одноцветные и разноцветные слоны. Легкие и тяжелые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки.

Взятие на проходе, превращение пешки.

4. Игровая подготовка спаринги, динамические шахматные игры. (52ч)

ШАХМАТНАЯ ДОСКА.

Дидактические игры и задания:

«Горизонталь». Двое играющих по очереди заполняют одну из горизонтальных линий шахматной доски кубиками (фишками, пешками и т. п.).

«Вертикаль». То же самое, но заполняется одна из вертикальных линий шахматной доски.

«Диагональ». То же самое, но заполняется одна из диагоналей шахматной доски.

ШАХМАТНЫЕ ФИГУРЫ.

Дидактические игры и задания:

«Волшебный мешочек». В непрозрачном мешочке по очереди прячутся все шахматные фигуры, каждый из учеников на ощупь пытается определить, какая фигура спрятана.

«Угадайка». Тренер-преподаватель словесно описывает одну из шахматных фигур, дети должны догадаться, что это за фигура.

«Секретная фигура». Все фигуры стоят на столе учителя в один ряд, дети по очереди называют все шахматные фигуры, кроме «секретной», которая выбирается заранее; вместо названия этой фигуры надо сказать: «Секрет».

«Угадай».

НАЧАЛЬНАЯ РАССТАНОВКА ФИГУР.

Дидактические игры и задания:

«Мешочек». Ученики по одной вынимают из мешочка шахматные фигуры и постепенно расставляют начальную позицию.

«Да и нет». Тренер-преподаватель берет две шахматные фигурки и спрашивает детей, стоят ли эти фигуры рядом в начальном положении.

«Мяч». Тренер-преподаватель произносит какую-нибудь фразу о начальном положении, к примеру: «Ладья стоит в углу», и бросает мяч кому-то из учеников. Если утверждение, верно, то мяч следует поймать.

ХОДЫ И ВЗЯТИЕ ФИГУР.

Дидактические игры и задания:

«Игра на уничтожение» - важнейшая игра курса. У ребенка формируется внутренний план действий, развивается аналитико-синтетическая функция мышления и др. Педагог играет с учениками ограниченным числом фигур (чаще всего фигура против фигуры). Выигрывает тот, кто побьет все фигуры противника.

«Один в поле воин». Белая фигура должна побить все черные фигуры, расположенные на шахматной доске, уничтожая каждым ходом по фигуре (черные фигуры считаются заколдованными, недвижимыми).

«Лабиринт». Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не становясь на «заминированные» поля и не перепрыгивая их.

«Перехитри часовых». Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не становясь на «заминированные» поля и на поля, находящиеся под ударом черных фигур.

«Сними часовых». Белая фигура должна побить все черные фигуры, избирается такой маршрут передвижения по шахматной доске, чтобы белая фигура ни разу не оказалась под ударом черных фигур.

«Кратчайший путь». За минимальное число ходов белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски.

«Захват контрольного поля». Игра фигурой против фигуры ведется не с целью уничтожения, а с целью установить свою фигуру на определенное поле. При этом запрещается ставить фигуры на клетки, находящиеся под ударом фигуры противника.

Примечание.

Все дидактические игры и задания из этого раздела (даже такие на первый взгляд странные, как «Лабиринт», «Перехитри часовых» и т. п., где присутствуют «заколдованные» фигуры и «заминированные» поля) моделируют в доступном для детей 5-6 лет виде. Это реальные ситуации, с которыми сталкиваются шахматисты в игре на шахматной доске. При этом все игры и задания являются занимательными и развивающими, эффективно способствуют тренингу образного и логического мышления.

ЦЕЛЬ ШАХМАТНОЙ ПАРТИИ.

Дидактические игры и задания:

«Шах или не шах». Приводится ряд положений, в которых ученики должны определить: стоит ли король под шахом или нет.

«Дай шах». Требуется объявить шах неприятельскому королю.

«Пять шахов». Каждой из пяти белых фигур нужно объявить шах черному королю.

«Защита от шаха». Белый король должен защититься от шаха.

«Мат или не мат». Приводится ряд положений, в которых ученики должны определить: дан ли мат черному королю.

«Первый шах». Игра проводится всеми фигурами из начального положения. Выигрывает тот, кто объявит первый шах.

«Рокировка». Ученики должны определить, можно ли рокировать в тех или иных случаях.

ИГРА ВСЕМИ ФИГУРАМИ ИЗ НАЧАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ Дидактические игры и задания:

«Два хода». Для того чтобы ученик научился создавать и реализовывать угрозы, он играет с тренером-преподавателем следующим образом: на каждый ход учителя ученик отвечает двумя своими ходами.

3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

3.1. Рекомендации по проведению тренировочных занятий

Подготовительная часть. Продолжительность подготовительной части занятия составляет 3-5 минут. Ее содержание должно обеспечивать выполнение двух «частных» задач: подготовить организм обучающихся к выполнению заданий, реализуемых в основной части тренировки. Концентрация внимания.

Основная часть. После завершения подготовительной части тренировки следует основная часть. В ней раскрывается основная часть изучаемого материала. В зависимости от возраста и частоты проведения занятий эта часть составляет 80-85% всего учебного времени. Обязательными являются физкультминутки 2-3 раза в зависимости от продолжительности занятия.

Заключительная часть. Традиционно в конце тренировки подводят итоги.

Упражнения ОФП при 2-х часовых занятиях выполняются в начале или конце отдельных занятий по 15-20 мин и служат разрядкой до или после интенсивной умственной работы обучающихся. Создают позитивный настрой для занятий. На эти занятия обучающиеся приходят в спортивной форме. При организации занятий 4 раза в неделю по часу занятия ОФП могут занимать все занятие.

В учреждении используется в основном очная форма обучения, (возможна дистанционная форма) так как спортивная деятельность связана с практическими методами обучения, воспитания и контроля.

Дистанционная форма обучения возможна по просьбе родителей или в условиях пандемии.

Очно-заочная форма обучения организуется посредством домашнего задания в целях самостоятельного освоения режима занятий спортом, организации своего личного времени, освоения комплексов упражнений и др.

Дистанционно возможна проверка теоретических знаний обучающихся, в условиях сетевого взаимодействия - возможна рекомендация тренера (ссылки на сайты) для изучения и освоения особенностей вида спорта, анализа возможных ошибок в сравнении с правилами, характеристик личностных качеств спортсмена в целях совершенствования собственных и др.

3.2. Техника безопасности на тренировочных занятиях и соревнованиях.

Общие требования

К занятиям допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

Обучающиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности.

Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

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

-При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру-преподавателю или администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

-При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

-При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения тренера-преподавателя, исключив панику.

Рекомендации по проведению типовых занятий при организации 2-х часовых занятий (общее количество занятий 92 всего часов 184ч)

Занятие 1-2. КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ШАХМАТ. Происхождение шахмат. Легенды о шахматах. Чатуранга и шатрандж. Шахматы проникают в Европу. Просмотр диафильма «Книга шахматной мудрости. Второй шаг в мир шахмат». Чемпионы мира по шахматам. Просмотр диафильма «Анатолий Карпов - чемпион мира». *Упражнения ОФП.*

Занятие 3-4. ШАХМАТНОЕ КОРОЛЕВСТВО. Просмотр мультфильма «Приключения в Шахматной стране. Первый шаг в мир шахмат». Поля, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр. Ходы шахматных фигур. Шах, мат, пат. Начальное положение. *Упражнения ОФП.*

Занятие 5-6. ШАХМАТНАЯ ДОСКА. Чтение и инсценировка дидактической сказки «Удивительные приключения шахматной доски». Знакомство с шахматной доской. Белые и черные поля. Чередование белых и черных полей на шахматной доске. Шахматная доска и шахматные поля квадратные. Чтение и инсценировка дидактической сказки «Котята-хвастунишки». *Упражнения ОФП.*

Занятие 7. ШАХМАТНАЯ ДОСКА. 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».

Занятие 8-9. ШАХМАТНАЯ ДОСКА. 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. Чтение и инсценировка дидактической сказки из книги И.Г.Сухина «Приключения в Шахматной стране» (М.: Педагогика, 1991. - с. 132-135) или дидактической сказки «Лена, Оля и Баба Яга» (читается и инсценируется фрагмент сказки; с. 3-14). Дидактическое задание «Диагональ». *Упражнения ОФП.*

Занятие 10. ШАХМАТНЫЕ ФИГУРЫ. Белые и черные. Ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король. Просмотр диафильма «Приключения в Шахматной стране. Первый шаг в мир шахмат». Дидактические задания и игры «Волшебный мешочек», «Угадай-ка», «Секретная фигура», «Угадай», «Что общего?», «Большая и маленькая».

Занятие 11. 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».

Занятие 12. ПЕШКА. Дидактические игры «Игра на уничтожение» (пешка против пешки, две пешки против одной, одна пешка против двух,

две пешки против двух, многопешечные положения), «Ограничение подвижности».

Занятие 12-14. 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». *Упражнения ОФП.*

Занятие 15-16. НАЧАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ. Расстановка фигур перед шахматной партией. Правило: «Ферзь любит свой цвет». Связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальным положением фигур. Просмотр диафильма «Книга шахматной мудрости. Второй шаг в мир шахмат».

Дидактические задания и игры «Мешочек», «Да и нет», «Мяч».

Занятие 17. ЛАДЬЯ. Место ладьи в начальном положении. Ход. Ход ладьи. Взятие.

Дидактические задания и игры «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Один в поле воин», «Кратчайший путь».

Занятие 18. ЛАДЬЯ. Дидактические игры «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля», «Игра на уничтожение» (ладья против ладьи, две ладьи против одной, две ладьи против двух), «Ограничение подвижности».

Занятие 19. 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».

Занятие 20. СЛОН.

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

Занятие 21. 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). Чтение и инсценировка сказки «Лена, Оля и Баба Яга».

Занятие 22-23. 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». *Упражнения ОФП.*

Занятие 24-25. 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». *Упражнения ОФП.*

Занятие 26. ФЕРЗЬ. Место ферзя в начальном положении. Ход ферзя, взятие. Ферзь - тяжелая фигура.

Дидактические задания «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Один в поле воин», «Кратчайший путь».

Просмотр диафильма «Волшебные шахматные фигуры. Третий шаг в мир шахмат».

Занятие 27. ФЕРЗЬ.

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

Занятие 28-29. 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». *Упражнения ОФП.*

Занятие 30-31. КОНЬ. Место коня в начальном положении. Ход коня, взятие. Конь - легкая фигура.

Дидактические задания «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Один в поле воин», «Кратчайший путь».

Упражнения ОФП.

Занятие 32. КОНЬ.

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».

Занятие 33-34. 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».

Упражнения ОФП.

Занятие 35-36. 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. *Упражнения ОФП.*

Занятие 37-38. ЦЕННОСТЬ ШАХМАТНЫХ ФИГУР. Достижение материального перевеса.

Дидактическое задание «Выигрыш материала» (выигрыш ладьи, слона, коня).

Игровая практика. Спаринг. *Упражнения ОФП.*

Занятие 39-40. ЦЕННОСТЬ ШАХМАТНЫХ ФИГУР. Достижение материального перевеса.

Дидактическое задание «Выигрыш материала» (выигрыш пешки). Способы защиты.

Дидактическое задание «Защита» (уничтожение атакующей фигуры, уход из-под боя).

Игровая практика. *Упражнения ОФП.*

Занятие 41. ЦЕННОСТЬ ШАХМАТНЫХ ФИГУР. Защита.

Дидактическое задание «Защита» (защита атакованной фигуры другой своей фигурой, перекрытие, контратака).

Игровая практика.

Занятие 42. ШАХ. Шах ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Защита от шаха. Дидактические задания «Шах или не шах», «Дай шах», «Пять шахов», «Защита от шаха».

Занятие 43-44. ШАХ. Открытый шах. Двойной шах.

Дидактические задания «Дай открытый шах», «Дай двойной шах».

Дидактическая игра «Первый шах».

Упражнения ОФП.

Занятие 45. МАТ. Цель игры. Мат ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой.

Дидактическое задание «Мат или не мат».

Занятие 46. МАТ. Мат в один ход. Мат в один ход ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой (простые примеры).

Дидактическое задание «Мат в один ход».

Занятие 47. МАТ. Мат в один ход: сложные примеры с большим числом шахматных фигур.

Дидактическое задание «Дай мат в один ход».

Занятие 48-49. 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.

Упражнения ОФП.

Занятие 50-51. ДОСТИЖЕНИЕ МАТА БЕЗ ЖЕРТВЫ МАТЕРИАЛА.

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.

Занятие 52. ДОСТИЖЕНИЕ МАТА БЕЗ ЖЕРТВЫ МАТЕРИАЛА.
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.

Занятие 53. 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.

Занятие 54-55. ТЕХНИКА МАТОВАНИЯ ОДИНОКОГО КОРОЛЯ.
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. *Упражнения ОФП.*

Занятие 56. ТЕХНИКА МАТОВАНИЯ ОДИНОКОГО КОРОЛЯ. 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.

Занятие 57-58. ТЕХНИКА МАТОВАНИЯ ОДИНОКОГО КОРОЛЯ.
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. *Упражнения ОФП.*

Занятие 59. НИЧЬЯ, ПАТ. Отличие пата от мата. Варианты ничьей.
Примеры на пат.

Дидактическое задание «Пат или не пат».

Занятие 60. РОКИРОВКА. Длинная и короткая рокировка. Правила рокировки. Дидактическое задание «Рокировка».

Занятие 61. ШАХМАТНАЯ ПАРТИЯ. Игра всеми фигурами из начального положения (без пояснений о том, как лучше начинать шахматную партию).

Дидактическая игра «Два хода».

Занятие 62. ШАХМАТНАЯ ПАРТИЯ. Самые общие рекомендации о принципах разыгрывания дебюта. Игра всеми фигурами из начального положения.

Занятие 63. ШАХМАТНАЯ ПАРТИЯ. Демонстрация коротких партий.
Игра всеми фигурами из начального положения.

Занятие 64-65. ПОВТОРЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА.
Рокировка. Взятие на проходе. Превращение пешки. Варианты ничьей. Самые общие рекомендации о принципах разыгрывания дебюта. Задания на мат в один ход. Демонстрация коротких партий.

Дидактические игры и задания «Две фигуры против целой армии», «Убери лишние фигуры», «Ходят только белые», «Неотвратимый мат». Игровая практика. *Упражнения ОФП.*

Занятие 66. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Темы комбинаций. Тема отвлечения.

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода». Игровая практика.

Занятие 67-68. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Тема завлечения.

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода».

Игровая практика. *Упражнения ОФП.*

Занятие 69-70. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Тема блокировки.

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода».

Игровая практика.

Занятие 71. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия.

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода».

Игровая практика.

Занятие 72. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Тема освобождения пространства. Тема уничтожения защиты. Тема «рентгена».

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода».

Игровая практика.

Занятие 73. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Матовые комбинации. Другие темы комбинаций и сочетание тематических приемов.

Дидактическое задание «Объяви мат в два хода».

Игровая практика.

Занятие 74. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема отвлечения. Тема завлечения.

Дидактическое задание «Выигрыш материала».

Игровая практика.

Занятие 75. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема уничтожения защиты. Тема связи.

Дидактическое задание «Выигрыш материала». Игровая практика.

Занятие 76. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема освобождения пространства. Тема перекрытия.

Дидактическое задание «Выигрыш материала».

Игровая практика.

Занятие 77. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема превращения пешки.

Дидактическое задание «Проведи пешку в ферзи».

Игровая практика.

Занятие 78. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Сочетание тактических приемов. Дидактическое задание «Выигрыш материала».

Игровая практика.

Занятие 79. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации.

Дидактическое задание «Сделай ничью».

Игровая практика.

Занятие 80. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Комбинации для достижения ничьей. Комбинации на вечный шах.

Дидактическое задание «Сделай ничью».

Игровая практика.

Занятие 81. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Типичные комбинации в дебюте.

Дидактическое задание «Проведи комбинацию».

Занятие 82. ШАХМАТНАЯ КОМБИНАЦИЯ. Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры).

Дидактическое задание «Проведи комбинацию».

Игровая практика.

Занятие 83. ПРАКТИКА МАТОВАНИЯ одинокого короля (дети играют попарно).

Игровая практика с записью шахматной партии.

Занятие 84. ОСНОВЫ ДЕБЮТА. Двух- и трехходовые партии. Выявление причин поражения в них одной из сторон.

Дидактическое задание «Мат в 1 ход» (на втором либо третьем ходу партии).

Занятие 85. РЕШЕНИЕ ЗАДАНИЯ «Мат в 1 ход».

Игровая практика.

Занятие 86. ОСНОВЫ ДЕБЮТА. Невыгодность раннего ввода в игру ладей и ферзя.

Дидактические задания «Поймай ладью», «Поймай ферзя».

Занятие 87. РЕШЕНИЕ ЗАДАНИЯ «Поймай ладью», «Поймай ферзя».

Игровая практика.

Занятие 88. ОСНОВЫ ДЕБЮТА. Игра «на мат» с первых ходов партии. Детский мат. Защита. Дидактические задания «Поставь детский мат», «Защитись от мата».

Занятие 89. РЕШЕНИЕ ЗАДАНИЙ.

Игровая практика. *Упражнения ОФП.*

Занятие 90. ОСНОВЫ ДЕБЮТА. Вариации на тему детского мата. Другие угрозы быстрого мата в дебюте. Защита. Как отражать скороспелый дебютный наскок противника.

Дидактические задания «Поставь детский мат», «Мат в 1 ход», «Защитись от мата».

Занятие 91. РЕШЕНИЕ ЗАДАНИЙ. Игровая практика.

Занятие 92. ПОВТОРЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА.
Упражнения ОФП.

Примечание. Повысить интерес детей к шахматным занятиям поможет чтение по ролям сказок из книги «Приключения в Шахматной стране». Хотя при этом остается меньше времени на проведение дидактических игр, многие выбирают именно этот путь. Для них рекомендуется читать детям сказки «Шахматная беседа».

4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ.
ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Контрольные нормативы, обучающиеся на всех годах обучения не сдают.

Качественной оценкой работы тренера-преподавателя является сохранность контингента обучающихся и переход обучающихся на программы базового уровня по изучению ознакомительной программы.

Для оценки разносторонней физической подготовки обучающихся и для перевода на образовательную программу базового уровня по данному виду спорта проводятся контрольно-переводные нормативы.

В общеразвивающей ознакомительной группе они не являются обязательным и по окончании программы выполняются только теми, кто подал заявление на продолжение обучение в школе по программе базового уровня. Всего сдается 6 нормативов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы базового уровня подготовки первого года обучения (таблица № 4).

Таблица № 4

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	
	мальчики	девочки
Скоростные качества	Бег 30 м со старта (не более 7,1 с)	Бег 30 м со старта (не более 7,4 с)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 105 см)	Прыжок в длину с места (не менее 100 см)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 6 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 3 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 7 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 4 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 1 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 3 раз)
Выносливость	Приседание без остановки	Приседание без остановки

	(не менее 5 раз)	(не менее 5 раз)
Координация	Челночный бег 3 x 10 (не более 10,6 с)	Челночный бег 3 x 10 (не более 11,1 с)
Гибкость	Наклон вперед из положение, стоя с выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола)	

Примечание: Упражнение на силу для сдачи на базовый уровень выбирается произвольно тренером одно из трех, причём для различных обучающихся может быть выбрано разное.

Обучающиеся сдавшие контрольные нормативы и изучившие программный материал в полном объеме, при подаче заявления на образовательную программу базового уровня по данному виду спорта, переводятся на обучение в группу базового уровня подготовки при наличии мест и открытии такой группы. При этом имеют приоритет перед остальными обучающимися на зачисление.

Обучающиеся соответствующего возраста могут быть зачислены в группу базового уровня второго и последующих годов обучения при их наличии и выполнении контрольных нормативов предусмотренных для зачисления в данную группу на общих основаниях.

Обучающиеся, не сдавшие нормативы, а также не подавшие заявления на образовательную программу базового уровня по данному виду отчисляются.

5. УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. №1726-р;
- Федеральный закон Российской Федерации от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

5.1. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. В.А.Пожарский, Шахматный учебник. Издательство МЭС, 1996 г.
2. В. Г.Оленищев, Программа подготовки юных шахматистов IV и III разрядов, М. 1996 г. Бобби Фишер учит играть в шахматы. - Киев: Здоровья, 1991.
3. Бондаревский И. Комбинации в миттельшпиле. - М.: ФиС, 1965.
4. Бондаревский И. Учитесь играть в шахматы. - Л.: Лениздат, 1966.
5. Бронштейн Д. Самоучитель шахматной игры. - М.: ФиС, 1980, 1982.
6. Вайнштейн Б. Комбинации и ловушки в дебюте. - М.: ФиС, 1965.
7. Горенштейн Р. Подарок юному шахматисту. - М.: ТОО «Синтез», АО «Марвик-М», 1994.
8. Журавлев Н. В стране шахматных чудес. - М.: Международная книга, 1991.
9. Журавлев Н. Шаг за шагом. - М.: ФиС, 1986.
10. Иващенко С. Сборник шахматных комбинаций. - Киев: Радянська школа, 1986.
11. Каган И. В ваших руках короли. - Петрозаводск: Карелия, 1986.
12. Капабланка Х.Р. Учебник шахматной игры. - М.: ФиС, 1983.
13. Кобленц А. Волшебный мир комбинаций. - М.: ФиС, 1980. Сухин И. Шахматы, второй год, или Играем и выигрываем. - 2002.
14. Сухин И. Шахматы, второй год, или Учусь и учу. - 2002.
15. Хенкин В. Последний шах. - М.: ФиС, 1979.
16. Шахматы детям. - СПб.: Респекс, 1994.
17. Шахматы как предмет обучения и вид соревновательной деятельности. - М.: ГЦОЛИФК, 1986.
18. Шумилин Н. Практикум по тактике. - М.: Андреевский флаг, 1993.
19. Шумилин Н. Шахматный задачник. - М.: ФиС, 1964.
20. Юдович М. Занимательные шахматы. - М.: ФиС, 1966.
21. Яковлев Н., Костров В. Шахматный задачник. - СПб.: ЦНТИ, 1994.

Для детей:

1. Весела И., Веселы И. Шахматный букварь. - М.: Просвещение, 1983.
2. Гончаров В. Некоторые актуальные вопросы обучения дошкольника шахматной игре. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.
3. Гришин В., Ильин Е. Шахматная азбука. - М.: Детская литература, 1980
4. Зак В., Длуголенский Я. Я играю в шахматы. - Л.: Детская литература, 1985.
5. Князева В. Уроки шахмат. - Ташкент: Укитувчи, 1992.
6. Сухин И. Волшебные фигуры, или Шахматы для детей 2-5 лет. - М.: Новая школа, 1994.
7. Сухин И. Волшебный шахматный мешочек. - Испания: Издательский центр Маркота. Международная шахматная Академия Г. Каспарова, 1992.
8. Сухин И. Необыкновенные шахматные приключения.
9. Сухин И. Приключения в Шахматной стране. - М.: Педагогика, 1991.
10. Сухин И. Удивительные приключения в Шахматной стране. - М.:

Поматур, 2000.

11. Сухин И. Шахматы для самых маленьких. - М.: Астрель, АСТ, 2000, 2001.
12. Сухин И. Шахматы, первый год, или Там клетки черно-белые чудес и тайн полны: Учебник для 1 класса четырёхлетней и трёхлетней начальной школы. - Обнинск: Духовное возрождение, 1998.
13. Сухин И. Шахматы, первый год, или Учусь и учу: Пособие для учителя – Обнинск: Духовное возрождение, 1999.
14. Шахматы - школе /Сост. Б. Гершунский, А. Костьев. - М.: Педагогика, 1991.
15. Дидактические шахматные сказки .
16. Сухин И. Котята-хвастунишки //Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. - М.: Новая школа, 1994. - Вып. 3.
17. Сухин И. Лена, Оля и Баба Яга //Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. - М.: Новая школа, 1995. - Вып. 5.
18. Сухин И. От сказки - к шахматам.
19. Сухин И. Удивительные превращения деревянного кругляка //Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. - М.: Издательство фирмы АСТ, 1993.
20. Сухин И. Удивительные приключения шахматной доски.
21. Сухин И. Хвастуны в Паламеде.
22. Сухин И. Черно-белая магия Ущелья Великанов //Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. - М.: Новая школа, 1994. - Вып.2.
23. Сухин И. Шахматная сказка //Сухин И. Приключения в Шахматной стране. - М.: Педагогика, 1991.
24. Аматауни П. Королевство Восемью Восемь.
25. Гришин В., Осипов Н. В гостях у Короля // Гришин В., Осипов Н. Малыши открывают спорт. - М.: Педагогика, 1978.
26. Драгунский В. Шляпа гроссмейстера.
27. Ильин Е. В стране деревянных королей. - М.: Малыш, 1982.
28. Кумма А., Рунге С. Шахматный Король.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В РАБОТЕ:

1. <http://witheladia.jimdo.com/> - ДЮСШ «Белая ладья».
2. <http://www.fide.com/> - сайт Международной Федерации шахмат (ФИДЕ).
3. <http://www.ruchess.ru/> - Федерация шахмат России.
4. <http://kubanchess.org/> - Федерация шахмат Краснодарского края.
5. <http://chessplanet.ru/> - игра в шахматы через интернет.
6. <http://webchess.ru/> - шахматный портал.
7. <http://chess-master.net/> - все о шахматах.
8. <http://www.sdchess.ru/> - шахматные Программы.
9. <http://chess555.narod.ru/> - шахматы для детей.

