Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа Новооскольского района Белгородской области имени Александра Ефимовича Щербака»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ДЮСШ
им. А.Е. Щербака»
_____ С.В. Сушков
Приказ № 47-ОД от «27» августа 2018г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА «ШАХМАТЫ»

(для спортивно-оздоровительных групп)

Срок реализации программы – 1 год
Программа рассчитана на детей и подростков 7-18 лет

г. Новый Оскол

2018 г.

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического Совета
МБУДО «ДЮСШ им. А.Е. Щербака»
протокол № 1 от «27» августа 2018 г.

Авторы программы:

Сушков Сергей Викторович – директор МБУДО «ДЮСШ им. А.Е. Щербака»

Гончарук Сергей Валерьевич – тренер-преподаватель по шахматам МБУДО «ДЮСШ им. А.Е. Щербака»

Программа составлена в соответствии с действующими нормативно - правовыми законодательными актами.

Программа предназначена для организации работы в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа Новооскольского района Белгородской области имени Александра Ефимовича Щербака» Программа может использоваться организациями дополнительного образования, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта.

Раскрывает содержание тренировочной и воспитательной работы, приводятся планы распределения учебного материала по разделам подготовки, базовый материал и система контрольных испытаний.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА..... 4
1.1. Характеристика вида спорта шахматы..... 5
1.2. Отличительные особенности вида спорта шахматы..... 5
1.3. Специфика организации обучения.....6
1.4. Особенности формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапа подготовки..... 7
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....9
3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ..... 11
3.1. Содержание и методика работы по программе..... 12
3.2. Методическое обеспечение и условия реализации программы…….. 21
4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ..... 22
4.1. Результаты освоения программы..... 22
4.2. Формы контроля..... 22
4.3. Контрольные испытания……..... 23
5. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ..... 24
5.1. Список литературы…… 24
5.2. Примерный перечень интернет-ресурсов, необходимый для использования в работе..... 24

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа по игровому виду спорта «Шахматы» (далее - Программа) разработана в соответствии:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 года N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской федерации»;
- приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Программа может использоваться организациями дополнительного образования, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта.

Цели образовательной программы:

- воспитание всесторонне развитой личности путем приобщения детей к шахматной культуре;
- развитие творческих способностей, навыков логического и абстрактного мышления, навыков принятия решений в различных ситуациях.

Используемый в Программе материал объединен в целостную систему и предполагает решение следующих **задач:**

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в шахматах.
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Актуальность программы взаимосвязана с ее воспитательными и развивающими возможностями. Шахматы оказывают благотворное, формирующее влияние на развитие качеств личности, которые сегодня

востребованы в самых различных областях профессиональной деятельности. Это целеустремленность, воля, самодисциплина, способность к стратегическому мышлению. Сегодня, в эпоху компьютеров и информационных технологий, важное значение приобретает умение быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, анализировать ее и делать логические выводы. Шахматы способны сыграть существенную роль в формировании логического и системного мышления, повышении уровня интеллектуального развития детей, выработке умения концентрировать внимание на решении задач в условиях ограниченного времени. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение шахматной партии, позволяет отнести шахматы не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа, помимо узко специальных задач, учитывает именно эти возможности обучения игре в шахматы.

1.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДА СПОРТА ШАХМАТЫ

Шахматы относят к абстрактно-игровым видам спорта, где исход соревнований в решающей мере определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника. Шахматы являются уникальной дисциплиной, которая сочетает в себе как элементы спорта, так и элементы игры. Статус спортивной дисциплины за шахматами был закреплен в первой половине 20 века с образованием Международной шахматной федерации - ФИДЕ. Тем не менее, шахматы всегда стояли несколько особняком от других видов спорта. В первую очередь, потому что они не предполагают физических усилий. И, несмотря на то, что ФИДЕ является членом МОК, по шахматам проводятся свои собственные Олимпийские игры.

1.2. ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВИДА СПОРТА ШАХМАТЫ

Особенность шахмат: исход состязаний определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника. Э то оказывает определенное влияние и на систему подготовки, в которой в отличие от других видов спорта, центральное место занимает профессиональная шахматная подготовка, а физическая подготовка решает лишь задачи общего характера, например, развитие общей выносливости.

Процесс шахматной тренировки состоит из общей и специальной подготовки, которые взаимосвязаны друг с другом. Общая подготовка направлена, прежде всего, на всестороннее шахматное образование и развитие необходимых качеств шахматиста-спортсмена. Специальная подготовка шахматиста осуществляется в непосредственной связи с овладением и совершенствованием мастерства на базе уже приобретенных навыков и умений общей подготовки.

Вид спорта шахматы включает в себя следующие дисциплины: классические шахматы (классика), быстрые шахматы (рапид), блиц.

Развивающее влияние шахмат особенно органично проявляется у детей в возрасте 5-12 лет. В этот период складывается специфическая интеллектуальная способность общего характера - умение действовать в уме. Как нельзя лучше этот процесс мышления представлен в шахматной игре. Развитие мышления в шахматах складывается как искусственно-естественный процесс, в котором «искусственная» составляющая определяется усилиями обучающего.

Развитое мышление шахматиста характеризуется такими показателями, как самостоятельность, практичность, дисциплинированность, изобретательность, самообладание. Эти 5 показателей являются основополагающими при формировании шахматиста как личности.

Занятия шахматами по данной программе предусматривает знакомство учащихся с «Шахматным кодексом», способствует формированию у детей основ правового сознания на примере таких понятий, как «правила», «исключения», «судья», «дисквалификация» и т.д.

Овладение игровым мастерством на уровне, предусматриваемом данной программой, предполагает не только дальнейший рост шахматного мастерства, но и значительное расширение содержательного досуга учащихся, как за счет собственно игры в шахматы, так и за счет изучения учебно-методической литературы.

1.3. СПЕЦИФИКА ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ

Структура тренировочного процесса шахматистов состоит из таких взаимосвязанных и взаимодействующих частей как: общая, специальная: теоретическая, тактическая, психологическая и физическая подготовка. Особенность шахматной игры, несомненно, оказывает определенное влияние на систему подготовки, в которой в отличие от других видов спорта центральное место занимает теоретическая шахматная подготовка.

В содержание подготовки шахматиста входит развитие таких качеств, как мастерство анализа, комбинационные способности, специальная память, внимание и воля к победе, выносливость и пр.

Подготовка шахматистов различной квалификации к соревнованиям проводится круглогодично - в подготовительном и соревновательном периодах, а также после соревнований. В подготовку во время соревнований следует включать:

1) построение тактического плана борьбы в зависимости от турнирного положения и подмеченных сильных и слабых сторон противника;

2) уточнение в выборе дебютных схем к каждому противнику;

3) анализ позиций отложенных партий;

4) четкое соблюдение гигиенического режима;

5) физзарядку, прогулки, занятия спортом;

6) отдых.

В наши дни появились новые методы подготовки шахматиста, связанные с применением компьютеров. Компьютерные программы применяются для развития специальных качеств шахматиста. Среди таких программ следует отметить:

1. Chessmaster Grand Master Edition
2. Fritz-9
3. Chessmaster 10000
4. Chess Planeta
5. Chess Asisstent.

Спортивно-оздоровительные группы комплектуются из числа желающих заниматься шахматами детей, подростков, юношей и девушек, не имеющих медицинских противопоказаний.

Возраст обучающихся на момент зачисления должен быть не менее 7 лет.

Программа рассчитана на систематические занятия в спортивно-оздоровительных группах на протяжении 36 недель, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Срок реализации программы - 1 год.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Шахматы» реализуется на базе муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Новооскольского городского округа.

1.4. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ГРУПП И ОПРЕДЕЛЕНИЯ ОБЪЕМА НЕДЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ С УЧЕТОМ ЭТАПА ПОДГОТОВКИ (В АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСАХ)

Этап подготовки	Минимальный возраст обучающегося для зачисления, лет	Количество обучающихся в группе	Максимальное кол-во учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год	Уровень спортивной подготовленности
Спортивно-оздоровительный	7	15-20	4	144	Прирост показателей по ОФП, теории и практике

Формы организации тренировочного процесса:

- тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом вида спорта шахматы, возрастных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися;

- самостоятельная работа учащихся;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- контрольные испытания.

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программы рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и не может превышать 2-х часов.

Большое значение для реализации целей спортивной подготовки шахматистов имеет использование в образовательном процессе передовых методов обучения, тренировки и организации тренировочного процесса с помощью единой методической системы.

В процессе обучения шахматной игре по Программе перед обучающимися раскрывается уже готовая, сложившаяся система знаний (теория шахматной игры), созданная человечеством в ходе всей его предшествующей истории. Учащиеся должны освоить с помощью тренера-преподавателя эти, уже известные человечеству знания. Важно, чтобы процесс изучения «добытых ранее знаний» шел в единстве с развитием индивидуальной мыслительной деятельности, с органичным усвоением и собственным «открытием старых истин» каждым учеником.

Теоретический и практический материал Программы адаптированы к уровню младшего, среднего и старшего подросткового возраста. Учащиеся осваивают законы игры, которые принципиально различны для трех стадий игры: дебюта, миттельшпиля и эндшпиля. Учащиеся могут принимать участие в официальных, товарищеских, квалификационных соревнованиях в зависимости от календарного плана ДЮСШ. Помимо теоретических и практических занятий, в учебную работу входят занятия ОФП.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

С учетом изложенных выше задач в таблице ниже представлено учебно-тематическое планирование с расчетом реализации программы в течение 36 недель в год. В данном плане часы распределены по времени на основные предметные области.

№ п/п	Содержание подготовки	Количество часов		
		Всего	В том числе	
			Теория	Практика
1	Физическая культура и спорт в России	1	1	
2	Правила вида спорта « шахматы». Правила ФИДЕ. Судейство и организация соревнований.	4	4	0
3	Исторический обзор развития шахмат. Основы игры.	10	4	6
4	Тактика	20	8	12
5	Стратегия	20	8	12
6	Дебют	20	8	12
7	Миттельшпиль	19	7	12
8	Эндшпиль	19	7	12
9	Анализ партий и типовых позиций. Индивидуальные занятия.	9	9	
10	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	1	1	
11	ОФП	11	1	10
12	Контрольные испытания	4	2	2
13	Участие в соревнованиях	6		6
	Итого часов	**144**	**60**	**84**

ПРИМЕРНЫЙ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН НА 36 НЕДЕЛЬ

Содержание занятий	**Количество учебных часов по месяцам**									**Всего часов**
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	
Теоретическая подготовка										
Физическая культура и спорт в России	1									1
Правила вида спорта «шахматы». Правила ФИДЕ. Судейство и организация соревнований.	4									4
Исторический обзор развития шахмат.	4									4

Основы игры.										
Тактика		2	2	1	1	1	1			8
Стратегия		2	2	1	1	1	1			8
Дебют		1	1	1	1	1	1	2		8
Миттельшпиль		1	1	1	1	1	1	1		7
Эндшпиль				1	1	1	1	2	1	7
Анализ партий и типовых позиций. Индивидуальные занятия.		1	1	1	1	1	1	1	2	9
Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	1									1
ОФП	1									1
Контрольные испытания									2	2
Всего часов	**11**	**7**	**7**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**5**	**60**
Практическая подготовка										
Исторический обзор развития шахмат. Основы игры.	6									6
Тактика		1	1	1	1	2	2	2	2	12
Стратегия		2	2	2	2	2	1	1		12
Дебют		1	1	2	2	1	2	2	1	12
Миттельшпиль		1	2	1	1	1	2	2	2	12
Эндшпиль		2	1	2	2	2	1	1	1	12
ОФП	1	1	1	1	1	1	1	1	2	10
Контрольные испытания									2	2
Участие в соревнованиях										6
Всего часов	**7**	**8**	**8**	**9**	**9**	**9**	**9**	**9**	**10**	**84**

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной форме. В зависимости от конкретных условий работы в план можно вносит коррективы.

На занятиях по шахматам в группах применяются разнообразные методы и формы, которые вводят детей в удивительный мир деревянных королей. Широко используются шахматные сказки, ребусы, загадки, занимательные задания, головоломки. И каждый, даже, казалось бы, самый простой шахматный термин рекомендуется изучать всесторонне.

Предлагаемый курс разработан с учётом многолетнего опыта преподавания шахмат и опирается на ряд нестандартных разработок:

• Детальное изучение возможностей каждой шахматной фигуры;

• Фигура против фигуры;

• Инсценирование на уроках оригинальных дидактических сказок;

• Применение нестандартных заданий и игр.

Подведение итогов по каждой теме, разделу, периоду обучения производится участием в конкурсе «Шахматы и Я», оценивается каждое занятие с нарастанием баллов.

В зависимости от уровня занимающегося, его возрастных особенностей, готовности к определенным видам соревнований, при обучении по данной Программе применяются следующие основные методы обучения:

- вербально-словесный метод: (рассказ, описания, лекция, беседа, работа с шахматной книгой);

- метод демонстрации (таблицы, планы, диаграммы, плакаты, раздаточный материал в виде карточек с учебными позициями);

- метод упражнений (решение специально подобранных тематических шахматных позиций, направленных на выработку специальных умений и навыков);

- игровой метод (разыгрывание с партнером учебных позиций или фрагментов из партий, сеансы одновременной игры, конкурсы решения задач);

- соревновательный метод (игра в тематических турнирах, с коротким контролем, блиц-партии и т.д.);

- метод анализа шахматных партий и типовых позиций (разбор партий гроссмейстеров, мастеров, учебных партий, разбор партий учащихся на индивидуальных или групповых занятиях; анализ типовых позиций дебюта, миттельшпиля, эндшпиля);

- метод современных технологий - компьютерное обучения (изучение шахматных компьютерных программ, умение использовать компьютер в

качестве партнера, тренера, помощника, умение пользоваться различными шахматными базами, модулями, энциклопедиями).

Программа предоставляет возможность педагогу использовать на занятиях как любой из вышеперечисленных методов отдельно, так и в комплексе.

3.1. СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА РАБОТЫ ПО ПРОГРАММЕ

Физическая культура и спорт в России.

Понятие о физической культуре. Физическая культура, как составная часть гармоничного развития личности. Задачи физического воспитания:

укрепление здоровья, всестороннее развитие человека. Единая Всероссийская спортивная классификация. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания. Основные формы организации занятий в ДЮСШ.

Всероссийские соревнования для обучающихся, спартакиады, всероссийский турнир школьных команд «Белая ладья». Международные связи российских шахматистов.

Шахматный кодекс Российской Федерации. Судейство и организация соревнований.

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило «тронул - ходи», требования записи турнирной партии. Основные положения шахматного кодекса.

Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Судейство на соревнованиях. Воспитательная роль судьи.

Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская.

Контроль времени на обдумывание ходов в партии. Таблица очередности игры в соревнованиях. Правило определения цвета фигур.

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях. Регламент. Подготовка места соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Инструкторская и судейская практика.

Исторический обзор развития шахмат.

Происхождение шахмат. Легенда о радже и мудреце. Распространение шахмат на Востоке. Проникновение шахмат в Европу. Реформа шахмат. Шахматные трактаты. Запрет шахмат церковью.

Испанские и итальянские шахматисты XVI-XVII веков. Ранняя итальянская школа. Шахматы как придворная игра.

Выдающиеся зарубежные шахматисты. Выдающиеся советские шахматисты. Творчество Роберта Фишера, Анатолия Карпова, Гарри Каспарова. Молодые зарубежные и российские шахматисты.

Дебют.

Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Классификация дебютов. Основные принципы разыгрывания дебютов. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля. Значение флангов. Дебютный захват центра с флангов. Подрыв центра. План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем. Понятие инициативы в дебюте. Жертва пешки в дебюте за инициативу. Гамбиты. Характеристика современных дебютов.Методы работы над дебютами. Принципы составления дебютного репертуара. Понятие дебютной новинки. Концентрический метод изучения дебютных схем. Стратегия идеи основных дебютных схем.

Миттельшпиль.

Понятие о тактике. Понятие о комбинации. Основные тактические приемы.

Связка, полусвязка, двойной шах, скрытое нападение, вскрытый шах, двойной шах, отвлечение, завлечение. Размен.

Комбинация с мотивами «спертого мата», использование слабости первой (последней) горизонтали, разрушение пешечного прикрытия короля, освобождение поля и линии, перекрытия, блокировки, превращение пешки, уничтожение защиты. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей. Сложные комбинации на сочетание идей.

Атака в шахматной партии. Инициатива и темп в атаке. Атака пешками. Атака фигурами. Пешечно-фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Атака на короля. Атака на нерокировавшегося короля. Атака короля при односторонних и разносторонних рокировках. Контрудар в центре в ответ на фланговую атаку.

Защита в шахматной партии. О роли защиты в шахматной партии. Пассивная и активная защиты. Требования к защите: определение момента, с которого необходимо переходить к защите, составление плана защиты, перегруппировка сил, экономизм в защитительных мероприятиях. Тенденция перехода в контр-атаку.

Стратегическая и тактическая защита. Приемы тактической защиты: отражение непосредственных угроз, неожиданные тактические удары, ловушки. Типичные комбинации в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле. Определение стратегии. Элементы стратегии, оценки позиции, выбора плана. Принцип реализации материального преимущества. Простейшие принципы разыгрывания середины игры: целесообразность в развитии фигур, мобилизация сил, определение ближайших и последующих задач. План игры. Оценка позиции.

Центр. Централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях. Форпост. Вторжение в седьмую горизонталь.

Проблема центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный клин. Подвижный пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечно - фигурный центр, открытый центр. Центр и фланги. Осада центров с флангов в миттельшпиле. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра. Ограничение подвижности фигур: ограничение «жизненного»пространства противника, выключение фигур из игры, связка, блокада, торможение освобождающихся ходов.

Подвижность слона и коня в миттельшпиле. Слабые и сильные поля. Слабость комплекса полей. Пешечные слабости. Теория «островков». Создание слабости в лагере противника.

Пешечный перевес: в центре, на ферзевом фланге, на королевском фланге.

Пешечные цепи. Блокада пешки и пешечной цепи. Пешечный прорыв. Размен как средство получения перевеса. Преимущество двух слонов.

Стратегическая атака при разноцветных слонах, по большой диагонали, пешечного меньшинства. Приемы стратегической защиты: размен атакующих фигур противника, упрощения, создание максимальных трудностей противнику, ослабление позиции противника, жертва материала ради перехода в эндшпиль, в котором реализация перевеса вызывает большие трудности.

Компенсация за ферзя. Ладью, легкую фигуру.

Стратегическая инициатива. Изолированные и висячие пешки.

Позиционная жертва: пешки, качества. Игра на двух флангах. Маневренная борьба в закрытых позициях. Типовые позиции. Понятие схемы как плана сторон в типовых позициях, получающихся из определенных дебютных систем.

Эндшпиль.

Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность фигур в эндшпиле. Матование одного короля.

Пешечные окончания. Систематизация пешечных окончаний по тематическому содержанию. Основные идеи и технические приемы в пешечных окончаниях: правило квадрата, оппозиция, виды оппозиции, король и пешка против короля, защищенная и отдаленная проходные пешки, игра королей с двойной целью, «треугольник», прорыв, сочетание угроз, поля соответствия.

Многопешечные окончания. Реализация лишней пешки в многопешечных окончаниях.

Сложные пешечные окончания. Ферзь против пешки. Слон против пешки.

Конь против пешки.

Коневые окончания. Слоновые окончания. Одноцветные и разноцветные слоны. Сравнительная сила слона и коня в эндшпиле.

Ладейные окончания. Ладья против пешек. Ладья с пешкой против ладьи.

Ладья и крайняя пешка против ладьи. Активность короля и ладьи в ладейных окончаниях. Сложные ладейные окончания.

Ферзевые окончания. Компенсация за ферзя, ладью и легкую фигуру. Ладья против легких фигур. Ладья и слон против ладьи.

Проблема перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль. Сложные окончания.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста.

Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему.

Понятие о гигиене. Краткая характеристика гигиены физических упражнений и спорта. Личная гигиена шахматиста.

Значение правильного режима для юного спортсмена. Режим шахматиста во время соревнований. Двигательная активность шахматиста.

Участие в соревнованиях организуется в соответствии с годовым календарным планом.

Анализ партий и типовых позиций.

Разбор с тренером-преподавателем сыгранных партий, анализ типовых положений, выполнение упражнений для улучшения техники расчета вариантов, тренировка со спарринг - партнером.

Индивидуальные занятия учащихся спортивной школы в соответствии с перспективными планами индивидуальной подготовки. Выполнение заданий дома.

Тренер-преподаватель, в первую очередь, должен:

1. Не подавлять своим авторитетом обучаемых, стараться чаще употреблять выражения типа: «Давайте вместе подумаем, как здесь сыграть», «Мне так кажется, а Вам?»

2. Приучать детей к самостоятельной работе, как дома, так и на занятиях.

3. При объяснении нового материала не пользоваться шпаргалкой, а в процессе объяснения ставить практические проблемы, решая их вместе с детьми.

4. Приучать к самостоятельному разбору и анализу партий, которые должны быть переписаны в отдельную тетрадь.

5. Соблюдать разумную меру по участию в соревнованиях.

6. Постоянно контролировать соблюдение кодекса, обращая особое внимание на этику.

Правила игры в шахматы

В шахматах на сегодняшний день сложились очень сложные правила игры.

Главные фигуры расставляются от a1 до hi, а пешки от a2 до h2. При этом фигуры, кроме пешек, имеют свои возможности передвижения. Пешки

могут передвигаться только на одну клетку, но при первом ходе пешкой можно походить через одну клетку и всегда только вперед. Рубят они только по диагонали.

Ладья, не имея ограничений, может передвигаться на любое расстояние по горизонтали и вертикали. Конь ходит буквой Г, делая ход через препятствующие фигуры. Слон ходит по диагонали на любое расстояние. Ферзь в принципе не имеет ограничений, и может ходить как по горизонтали и вертикали, так и по диагонали на любое количество клеток. Король также может передвигаться в любом направлении, но только на одну клетку. Вся игра сводиться к матованию короля. Кроме того, существует масса нюансов, связанных с рокировкой в короткую или длинную сторону. Дойдя до противоположной стороны игрового поля, пешка может стать любой другой фигурой (естественно кроме короля), в том числе и ферзем, который представляет значительную силу в «шахматном сражении». В настоящее время разработаны различные пособия, книги, в которых описываются разнообразные возникающие ситуации и возможности выхода из них.

Понятия, используемые в шахматной игре.

Нередко люди, не имеющие отношения к шахматам, слышат по телевидению, радио, СМИ или просто от людей, играющих в шахматы различные понятия, используемые в шахматной игре. Это в основном такие как мат, пат, гарде, эндшпиль и так далее. Эти понятия используются в шахматах при возникновении тех или иных позиций, ситуаций в ходе игры. Как известно, вся суть игры в шахматы сводиться к матованию короля. Таким образом, отсюда можно сделать вывод о том, что вся стратегия игры должна разрабатываться из защиты своего короля и нападению на короля противника.

Если королю угрожает, какая либо фигура противника, то в этом случае объявляется шах. В этом случае шахуемый король может либо уйти в сторону, либо закрыться какой - либо своей фигурой. Запрещается во время шаха производить рокировку. Рокировка в свою очередь также относится к одному из понятий шахматной игры. Она производиться в том случае, если королю ничто не угрожает и свободен путь от ладьи до короля в правую или левую сторону. При этом обязательным правилом должно являться то, что король и ладья не делали еще ни одного хода. В случае если королю угрожает фигура противника, а ходить некуда, то в этом случае объявляется мат и присуждается выигрыш атакующей стороне. В подобном же случае, при неимении хода, ни одной фигурой, но шах не был произведен, то в этом случае фиксируется пат, то есть ничья. И даже в том случае, если один игрок имеет значительное преимущество над другим.

Также возникают различные ситуации для ферзя. Если ферзь находится под угрозой сруба, то в этом случае объявляется гарде, но ферзем в определенных ситуациях можно и пожертвовать, если под угрозой находится король или того требуют обстоятельства игры. Эти понятия относятся к

основным при игре в шахматы и их необходимо знать даже начинающим игрокам.

Юные шахматисты должны получить более углубленные знания эндшпиля. Каждый шахматист должен уметь оценивать свои возможности в предстоящем эндшпиле. Методика оценки эндшпиля включает три критерия:

1) положение и функции фигур;

2) положение короля;

3) расположение пешек.

После оценки по этим критериям надо принимать решение о переходе в эндшпиль. Существует два типа эндшпилей:

1) точные - это такие, результат в которых известен.

2) проблемные - это такие, результат в которых не ясен. Проблемные эндшпили надо стараться свести к одной из знакомых позиций, результат в которой нам известен, и мы знаем, как в нем играть.

Наиболее часто встречаются ладейные эндшпили, поэтому им уделено больше времени для изучения. Выиграть ладейное окончание намного труднее, чем пешечное.

Так же надо строить процесс обучения игре в пешечных окончаниях.

Большое внимание при подготовке шахматистов тренер-преподаватель должен уделить важнейшей закономерности шахмат - переходу позиционного преимущества в материальное и наоборот.

Перед изучением дебютов необходимо убедиться, что обучаемые твердо усвоили 10 правил игры в дебюте.

Большое значение в начале игры имеет правильное понимание «шахматного времени» темпов.

В Программе имеются темы, посвященные стратегии и тактике. В шахматах к области стратегии следует отнести оценку позиции и выработку общего плана игры, к области тактики - способ конкретного осуществления выработанного плана, который проявляется в расчете вариантов.

Общефизическая подготовка

1 . Общеразвивающие упражнения без предметов.

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: поднимание 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.

Легкоатлетические упражнения: 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, 100 метров с низкого и высокого старта, бег с переменной скоростью на различные дистанции. Прыжки в длину с разбега и с места. Спортивные и подвижные игры.

2. Общеразвивающие упражнения с предметами.

Со скакалкой: с короткой - подскоки на одной и двух ногах ног, с ноги на ногу, бег со скакалкой, с длинной - пробегание 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 баскетболными 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 ив движении, игровые упражнения, эстафеты с мячами.

С набивными мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх и 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.

3. Дыхательная гимнастика

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 доводиться 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 на 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.

Воспитательная работа

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких морально-волевых качеств, преданности Родине, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-педагог, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, правильное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается прежде всего систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающей нагрузкой. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит

прежде всего от трудолюбия. Тем не менее в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

В целях эффективности воспитания тренеру необходимо так организовать тренировочных процесс, чтобы постоянно ставить перед юными спортсменами задачи ощутимого интеллектуального совершенствования.

Отрицательно сказывается на эффективности воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.

Ведущее место в формировании нравственного сознания юных спортсменов принадлежит методам обучения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным, для чего необходимы тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, опыт самих занимающихся.

Важным методом нравственного воспитания является поощрение юного спортсмена – выражение положительной оценки его действий и поступков. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых педагогических требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

Одним из методов воспитания является наказание, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий юного спортсмена. Виды наказания разнообразны: замечание, устный выговор, разборка поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий, соревнований. Проявление слабоволия, снижение активности вполне естественны у спортсменов, как естественны и колебания их работоспособности. В этих случаях большое мобилизационное значение имеют дружеское участие и одобрение, чем наказание. К последнему надо прибегать лишь иногда, когда слабоволие проявляется спортсменом систематически. Лучшим средством преодоления отдельных моментов слабоволия является привлечение юного спортсмена к выполнению заданий, требующих преодоления посильных для его состояния трудностей.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности юного спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всесторонне-нравственно, умственно и физически, здесь возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными коллективами. При решении задач сплочения спортивного коллектива и воспитания чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенгазет и спортивных листков, проведение туристических походов, экскурсий, тематических

вечеров, вечеров отдыха и художественной самодеятельности, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

Воспитание волевых качеств – одна из важнейших задач в деятельности педагога. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Для их преодоления используются необычные для спортсмена волевые напряжения. Поэтому основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемый в процессе тренировочных занятий и соревнований.

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

При подготовке шахматиста следует знать, что воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания.

3.2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ

№п/п	Наименование спортивного инвентаря и оборудования
1	Кабинет для шахмат, подготовленный к учебному процессу в соответствие с требованиями и нормами САНПиНа
2	Турнирный зал для проведения соревнований по шахматам, подготовленный к учебному процессу в соответствие с требованиями и нормами САН- ПиН
3	Комплекты шахмат
4	Шахматные часы
5	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур
6	Шахматные программы для ПК (информационно- поисковые-игровые системы, обучающие программы)
7	Стол для руководителя
8	Столы и стулья для учащихся
9	Судейские и организационные документы (турнирные таблицы, протоколы, карточки участников)
10	Шахматная литература (учебники, задачники и периодика) и др.

4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

4.1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения материала Программы учащиеся должны овладеть необходимыми теоретическими знаниями и навыками практической игры. Диагностика результативности выполнения образовательных задач проводится в форме тест-заданий и оценки итогов выступлений учащихся в соревнованиях (при наличии)

Учащиеся должны обладать следующими знаниями и умениями:

- знать шахматные термины, названия шахматных фигур;
- знать шахматные правила ФИДЕ;
- знать обозначение горизонталей, вертикалей, полей, шахматных фигур;
- знать ценность шахматных фигур;
- уметь ориентироваться на шахматной доске;
- правильно размещать доску между партнёрами и расставлять начальную позицию;
- составлять простейший план игры;
- играть без нарушений правил шахматного кодекса;
- знать различные шахматные дебюты и обладать хорошо отработанным дебютным репертуаром;
- знать и уметь разыгрывать различные теоретические окончания;
- знать и уметь применять типовые шахматные комбинации;
- решать шахматные задачи и этюды;
- уметь самостоятельно анализировать свои партии;
- пользоваться шахматными часами;
- самостоятельно пользоваться шахматной литературой;
- уметь пользоваться компьютерными шахматными программами.

4.2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Контрольные испытания в спортивно-оздоровительных группах носят главным образом контролирующий характер, их рекомендуется проводить в начале и в конце года. Контрольные испытания включают сдачу контрольных упражнений по ОФП, тестовые задания по теории шахмат и практике шахматной игры.

Формы контроля:

1. Проверка домашнего задания.
2. Участие в конкурсах, викторинах.
3. Участие в соревнованиях.
4. Мониторинг деятельности учащихся.
5. Контрольные испытания.

Возможно подведение итогов по каждой теме, разделу, участие в конкурсах, оценка каждого занятия с нарастанием баллов, стимулируется работа юных шахматистов награждением грамотами и дипломами за успехи.

Такой подход заставляет учеников старательно относиться к занятиям и увлекает в соревновательный мир.

По результатам освоения образовательной (общеразвивающей) программы выдается документ об обучении в соответствии с локальным нормативным актом образовательной организации «Положением о порядке и основаниях перевода, отчисления обучающихся МБУДО «ДЮСШ им. А.Е. Щербака», регламентирующим порядок выдачи и форму документа об обучении – «Справка».

4.3. КОНТРОЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Контрольные упражнения по ОФП

Нормативы/ Возрастные группы	Бег 30м		Бег 60м		Бег 100м		Прыжки в длину с места, м		Сгибание рук в упоре лёжа, раз	Подтягивание из виса, раз	Теория и практика (зачёт)
	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	Д	М	
7	6,4	6,5					1,1	1,0	2	1	
8	6,3	6,4					1,15	1,1	3	2	
9	6,0	6,1					1,2	1,15	5	3	
10	5,9	6,0					1,3	1,2	7	4	
11			11,3	11,5			1,4	1,3	9	5	
12			11,1	11,3			1,5	1,4	11	6	
13			10,9	11,1			1,6	1,5	13	7	
14			9,6	10,4			1,7	1,6	15	8	
15			9,5	10,3			1,8	1,7	17	9	
16					15,0	17,0	2,1	2,0	19	10	
17					14,5	16,5	2,3	2,2	21	11	
18					14,0	16,0	2,4	2,3	23	12	

Контрольные испытания по теории и практике

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
2. Знать историю вопроса о происхождении шахмат и распространения их на Востоке.
3. Показать знания простейших дебютных принципов.
4. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.
5. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.
6. Уметь ставить мат одинокому королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.

5. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

5.1. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. В.А.Пожарский, Шахматный учебник. Издательство МЭС, 1996 г.
2. В. Голенищев, 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.

5.2. 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.
10.http://whychess.ru/ - шахматная библиотека