Министерство спорта Кабардино-Балкарской Республики
Государственное казенное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа по неолимпийским видам спорта»

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО НЕОЛИМПИЙСКИМ ВИДАМ СПОРТА" МИНИСТЕРСТВА СПОРТА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО НЕОЛИМПИЙСКИМ ВИДАМ СПОРТА" МИНИСТЕРСТВА СПОРТА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
Дата: 2026.10.15 16:44:33 +03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»

уровень программы: базовый
адресат: от 8 до 15 лет
Тренировочный этап Срок реализации: 4 года Автор-составитель: Гедгафов Ч.А.

Нальчик

1. Пояснительная записка

Программа раскрывает комплекс параметров тренировки на тренировочном этапе подготовки в спортивной школе и является документом, регламентирующим тренировочную и воспитательную работу.

Основная цель тренировки на тренировочном этапе подготовки:

- 1 год обучения: развитие интереса к занятиям шахматами, изучение сложных комбинаций на сочетание идей, овладение элементарными техническими приемами пешечных и ладейных окончаний, ознакомление классическим шахматным наследием, усвоение понятия о тренировке и гигиене шахматиста.
- 2 год обучения: формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами, развитие тактического мышления, приобретение навыков самостоятельной работы над шахматами, ознакомление с приемами атаки в шахматной партии, проблемами центра, углубленное изучение легкофигурных окончаний и основных технических приемов ладейного эндшпиля, изучение понятия инициативы в дебюте, расширение знаний по истории шахмат, изучение элементарных основ судейства и организации шахматных соревнований.
- Свыше 2 лет обучения: расширение полученных знаний, изучение шахматной теории, углубленное изучение темы «Атака на короля», ознакомление с характеристикой современных дебютов, совершенствование в изучение приемов эндшпиля и миттельшпиля, приобретение углубленных знаний о режиме шахматиста и методике тренировки. Совершенствование теоретических знаний, изучение типовых позиций миттельшпиля, овладение принципами составление дебютного репертуара, углубленное изучение сложных окончаний, овладение глубокими знаниями по истории шахмат, получение сведений о психологической и волевой подготовке, практическая деятельность по организации и судейству шахматных соревнований, получение звания судьи по спорту и инструктора по виду спорта.

Рабочая программа рассчитана на: 4 года.
Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия 3 часа (1 час- 60 минут)

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная Наполняемость групп (человек)	Максимальная наполняемость групп (человек)
Тренировочный этап	4	8	6	16

Задачи спортивной подготовки на тренировочном этапе и требования к занимающимся

Тренировочный этап :

- продолжительность этапа составляет 4 года;
- возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки - с 8 до 15 лет;
- количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на тренировочном этапе - 6-16 человек.

Основными формами проведения спортивно-тренировочной работы являются(по стандарту)

- групповые теоретические занятия в виде бесед, лекций по темам, изложенным в плане тренировочных занятий;
- практические занятия и тренировки в соответствии с требованиями программы для каждой группы по расписанию, утвержденному директором филиала по шахматам.
- дистанционные занятия с применением компьютерных технологий - программа «Шахматы в школе», сервер ЫсЬезз.огд.
- индивидуальные занятия в соответствии с планами и заданиями, установленными для шахматистов;
- участие шахматистов в спортивных соревнованиях и восстановительных мероприятиях;
- участие в тренировочных сборах, спортивно-оздоровительных лагерях;
- инструкторская и судейская практика.

В процессе теоретических и практических занятий шахматисты должны получить знания и навыки тренера-общественника и спортивного судьи.

2. Планируемые результаты по итогам освоения Программы на тренировочном этапе.

Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую». Знать и применять все правила игры, в том числе взятие на проходе и исполнение рокировки.

-- Знать историю происхождения шахмат и распространения их на Востоке, в Европе -- Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей итальянской партии, шотландской партии, гамбита Эванса, защитыдвух коней.

-- Решать упражнения на основные тактические приемы: двойной удар, открытое нападение, связка.

-- Уметь составлять простейший план игры, давать оценку позиции.

-- Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать понятия: правило квадрата, оппозиция, защищённая проходная пешка, связанные проходные пешки Знать категории соревнований -- Знать основные положения теории Филидора.

-- Уметь составить план и дать оценку позиции в дебюте.

-- Показать знание стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней.

-- Находить комбинации на сочетание идей, иметь осуществлять простыестратегические приёмы.

-- Уметь разыгрывать окончания «легкая фигура против пешек», «ладья противпешек».

-- Уметь ставить мат конем или слоном.

-- Знать основные положения личной гигиены шахматиста.

-- Участвовать в квалификационных и отборочных турнирах.

3. Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса.

Годовой учебный план по виду спорта «шахматы» (далее - учебный план) определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки.

Учебный план составляется и утверждается учреждением на 52 недели (в часах).

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы устанавливается в часах и не должна превышать: на тренировочном этапе - трех часов. (1 час-60

3.1. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Учебно-тренировочный этап			
	1 год	2 год	3 год	Свыше 3 лет
Количество часов в неделю	12	13	14	15
Общее количество часов в год	624	676	728	832

3.2. ГОДОВОЙ ПЛАН ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИИ

№	Раздел подготовки	Спортивно-тренировочный этап			
		1 год	2 год	3 год	Свыше 3 лет
1	Общая физическая подготовка	31	34	36	41
2	Специальная физическая подготовка	24	28	30	34
3	Участие в спортивных соревнованиях	35	34	37	42
4	Техническая подготовка	218	236	254	291
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	280	304	327	374
6	Инструкторская и судейская практика	12	14	14	16
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	24	26	30	34
	Всего часов	624	676	728	832

Примерный план-график распределения тренировочных часов для шахматистов тренировочной групп 1 года (12 часов в неделю)

№ Виды подготовки Месяцы

			%	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Общая физическая подготовка	31	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	6
2	Специальная физическая подготовка	24	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	Участие в спортивных соревнованиях	35	5			9		5		5			8	8	
4	Техническая подготовка	218	35	18	19	18	20	18	20	18	19	18	18	15	17
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	280	45	28	25	19	24	23	24	23	25	28	20	20	21
6	Инструкторская и судейская практика	12	2		2		2		2		2				4
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	24	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Всего часов: 624				52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52

Примерный план-график распределения тренировочных часов для шахматистов тренировочной групп 2 года (13 часов в неделю)

№	Виды подготовки	часы	%	Месяцы											
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Общая физическая подготовка	34	5	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
2	Специальная физическая подготовка	28	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях	34	5	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
4	Техническая подготовка	236	35	18	20	19	21	21	19	20	20	19	19	20	20

5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	304	45	26	26	26	25	25	26	25	25	25	25	25	25
6	Инструкторская и судейская практика	14	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	26	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
Всего часов: 676				56	56	56	56	56	56	57	57	56	56	57	57

Примерный план-график распределения тренировочных часов для шахматистов тренировочной групп 3 года (14 часов в неделю)

№	Виды подготовки	часы	%	Месяцы											
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Общая физическая подготовка	36	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	Специальная физическая подготовка	30	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях	37	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
4	Техническая подготовка	254	35	21	22	22	21	21	21	21	21	21	21	21	21
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	327	45	27	28	28	28	28	29	27	27	27	25	26	27
6	Инструкторская и судейская практика	14	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	30	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
Всего часов: 728				60	61	61	60	60	61	61	61	61	60	61	61

Примерный план-график распределения тренировочных часов для шахматистов тренировочной групп свыше 3 лет (15 часов в неделю)

№	Виды подготовки	часы	%	Месяцы											
				сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Общая физическая подготовка	41	5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
2	Специальная физическая подготовка	34	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях	42	5	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
4	Техническая подготовка	291	35	25	24	24	25	24	24	25	24	24	24	24	24
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	374	45	31	32	33	31	33	32	31	30	30	30	31	30
6	Инструкторская и судейская практика	16	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	34	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
Всего часов: 832				69	69	70	69	69	70	70	69	69	69	70	69

4. Программный материал для групп тренировочного этапа.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретическая подготовка проводится в лекционной форме. 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.

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, интеллектуальное и культурное воспитание личности.

Единая Всероссийская спортивная классификация. Разрядные нормы и требования по шахматам. Почетные спортивные звания.

Основные формы организации занятий в Учреждениях, осуществляющих спортивную подготовку.

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

Шахматный кодекс России. 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 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 место соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Порядок оформления отчета о соревнованиях. Зачет по судейству и организации 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 чемпионов мира по шахматам. Классические зарубежные, советские 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.

Эволюция взглядов на дебютную теорию. Характеристика современных дебютов.

Методы работы над дебютами. Принципы составления дебютного репертуара. Понятие дебютной новинки. Концептуальный 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 контратаку.

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, отталкивание плечом, запасной темп, цугцванг, 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.

Основы методики тренировки шахматиста

Понятие об обучении и тренировке. Формы и методы тренировки шахматиста. Тренировка как процесс всесторонней подготовки шахматиста и приобретение им специальных знаний, навыков и качеств. Тренировочная нагрузка и работоспособность. Система восстановительных мероприятий.

Основные требования, предъявляемые к организации тренировочного процесса.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы в период между соревнованиями. Особенности построения учебно-тренировочных занятий перед соревнованиями. Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста.

Закономерности тренировки шахматиста: совершенствование, как многолетний тренировочный процесс, перспективное и годовое планирование, периодизация спортивной тренировки, общая подготовка (физическая, морально-волевая и психологическая, специальная выносливость), специальная подготовка (отработанный дебютный репертуар, наличие наигранных схем, знание основных эндшпильных позиций, быстрый и безошибочный расчет вариантов).

Методы совершенствования подготовки шахматистов: усвоение шахматной культуры (наследие прошлого и современные достижения), развитие комбинационного зрения и позитивного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, изучение принципов экономического расчета вариантов, анализ собственного творчества, постоянная аналитическая работа, создание продуманной системы подготовки к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста Краткие сведения о строении организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему.

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

Закаливание. Роль закаливания в деле предупреждения инфекционных и простудных заболеваний. Средства закаливания и методика их применения. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

Значение питания как фактора обеспечения и укрепления здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при различных физических и умственных нагрузках и восстановлении. Понятие о калорийности. Вредное воздействие курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность шахматиста.

Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятий спортом. Значение правильного режима для юного спортсмена. Место ежедневной утренней гимнастики и водных процедур в режиме дня шахматиста. Режим сна и питания шахматиста. Двигательная активность шахматиста. Требования к режиму шахматиста. Режим шахматиста во время соревнований. Врачебный контроль за физической подготовкой шахматиста. Содержание врачебного контроля и самоконтроля. Порядок осуществления врачебного контроля в спортивной школе.

Российская и зарубежная шахматная литература

Значение шахматной литературы для совершенствования шахматиста. Обзор мировой шахматной литературы: первые рукописи, средневековые трактаты, первые книги и журналы, литература XIX-XX веков, современная литература.

Шахматные журналы и турнирные сборники партий крупнейших соревнований. Обзор крупнейших соревнований. Обзор современной литературы (периодика, специальные издания, тематические серии). Методика работы с шахматной литературой. Принцип составления учебной и дебютной картотеки.

Перевод методических материалов в электронный вид.

5. Объем соревновательной деятельности

Виды соревнований	Тренировочный этап	
	до двух лет	свыше двух лет
Контрольные	5	4
Отборочные	3	4
Основные	2	3

6. План инструкторской и судейской практики

Одной из задач отделение шахмат является подготовка шахматиста к роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.

Решение этих задач целесообразно начинать на тренировочном этапе и продолжать тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шахматам. Воспитанники должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка место занятий, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность учащихся наблюдать за выполнением упражнений другими учениками, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения учащихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения на тренировочном этапе необходимо шахматистов самостоятельному ведению дневника: вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шахматных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Учащиеся этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять конспект учебно-тренировочного занятия и проводит занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по шахматам в школьных соревнованиях и соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря. Для этапа совершенствования спортивного мастерстваи высшего спортивного мастерства итоговым результатом является выполнение требований на присвоение звания инструктора по спорту и судейского звания - судьи по спорту.

7. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Содержание		Сроки	Ответственные
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации	1.Родительское собрание- Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры.	1 раз в год по месту проведения учебно-тренировочного занятия.	Инструктор-методист, тренер-преподаватель.
	2.Беседа с занимающимися на тему: «Антидопинг. Важные факты и основные моменты».	В течение года по месту проведения учебно-тренировочного занятия.	Тренеры-преподаватели
	3. Беседа с занимающимися на тему: «Последствия нарушения антидопинговых правил, санкции».	В течение года по месту проведения учебно-тренировочного занятия.	Инструктор-методист, тренер-преподаватель.
	4.Беседа с занимающимися на тему: «Последствия применения допинга для здоровья».	В течение года по месту проведения учебно-тренировочного занятия.	Инструктор-методист, тренер-преподаватель.
	5. Беседа с занимающимися на тему: «Вред, который наносит допинг духу спорта».	В течение года по месту проведения учебно-тренировочного занятия.	Инструктор-методист, тренер-преподаватель.

8. Нормативы общей физической, специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода в группы на учебно-тренировочном этапе по виду спорта «шахматы».

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6,7 с)	Бег на 30 м (не более 7 с)

Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
Выносливость	Приседание без остановки (не менее 10 раз)	Приседание без остановки (не менее 8 раз)
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)
	Подъем туловища лежа на спине (не менее 11 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)
	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 4 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 5 раз)
Координация	Челночный бег 3 х 10 м (не более 10,1 с)	Челночный бег 3 х 10 м (не более 10,7 с)
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз)	
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	

Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности тренировочного этапа:
□ формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «шахматы»;
□ обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности по виду спорта шахматы;
□ формирование спортивной мотивации;
□ укрепление здоровья спортсменов;
□ формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «шахматы».

9. Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 1 года обучения.

1. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую». Знать и применять все правила игры, в том числе взятие на проходе и исполнение рокировки.
2. Знать историю происхождения шахмат и распространения их на Востоке, в Европе
3. Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей итальянской партии, шотландской партии, гамбита Эванса, защиты двух коней.
4. Решать упражнения на основные тактические приемы: двойной удар, открытое нападение, связка.
5. Уметь составлять простейший план игры, давать оценку позиции.
6. Владеть основами пешечного эндшпиля. Знать понятия: правило квадрата, оппозиция, защищённая проходная пешка, связанные проходные пешки.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 2 года обучения

1. Знать категории соревнований
2. Знать основные положения теории Филидора.
3. Уметь составить план и дать оценку позиции в дебюте.

Показать знание стратегических идей защиты двух коней,дебютачетырех коней.

4. Находить комбинации на сочетание идей, уметь осуществлять простыестратег
5. Уметь разыгрывать окончания «легкая фигура против пешек», «ладья против пешек».
6. Уметь ставить мат конем или слоном.
7. Знать основные положения личной гигиены шахматиста.

Участвовать в квалификационных и отборочных турнирах.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 3 года обучения

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.
2. Знать системы соревнований по шахматам, уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур, знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.
3. Знать о французских и английских шахматистах первой XIXXX веков, немецких шахматистов середины XIX века. Показать роль П. Морфи в развитии шахматной теории.
4. Владеть понятием «инициатива в дебюте». Показать знания стратегических венской партии, шотландского гамбита, главных систем испанской партии, сицилианской защиты, защиты Каро-Канн, отказанного ферзевого гамбита.
5. Владеть понятием «атака в шахматной партии», знать основные проблемы и виды центра в шахматной партии.
6. Знать основные приемы борьбы в легкофигурных окончаниях, в окончаниях «ладья ипешка против ладьи».
7. Знать способы тренировки шахматиста. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний.
8. Участвовать в квалификационных, отборочных и городских турнирах.

Нормативные требования для перевода в учебно-тренировочную группу 4 года обучения

1. Иметь преставление о роли детско-юношеских спортивных школ в развитии спорта в нашей стране.
2. Уметь организовать и проводить простейшие шахматные соревнования.
3. Знать основные положения теории В. Стейница и их значение для развития шахматной теории.
4. Рассказать о начальном этапе борьбы за первенство мира.
5. Дать исторический обзор развития шахмат в России.
6. Дать характеристику современных дебютов. Показать знание стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, староиндийской защиты.
7. Владеть основными приемами атаки короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
8. Владеть основными приемами борьбы в многопешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».

9. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.
10. Участвовать в квалификационных, отборочных и городских турнирах.
11. Владеть методами работы с тренажерными компьютерными программами

Список использованной литературы

1. Авербах Ю.Л. Шахматы: методическое пособие. - М., Знание, 1990.
2. Алаторцев В.А. Вопросы методики тренировки шахматистов старших разрядов. - М.: ЦНИИФК, 1962.
3. Алексеев Н.Г.,Злотник Б.А. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов. - М.: ГЦОЛИФК, 1984.
4. Ботвинник М.М. Методы подготовки шахматиста / В кн. Теория и практика шахматной игры: Учеб. пособ. / Под ред. Я.Б. Эстрина. - М.: Высш. школа, 1981.
5. Гик ЕЯ. Компьютерные шахматы: эра новых чемпионов. - М: ФАИР, 1997.
6. Голенищев В.Е. Подготовка юных шахматистов: программа для Празряда. - М.: Сов. Россия, 1980.
7. Голенищев В.Е. Программа подготовки юных шахматистов IV и Шразрядов» ВШК. - М., 1969.
8. Дворецкий М.И. Методика работы тренера с шахматистами высших разрядов // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.
9. Дворецкий М.И., Юсупов А.М. Методы шахматного обучения. - Харьков:ФОЛИО, 1997.
10. Зак В.Г. Шахматы. Программа для детских спортивных школ по подготовке шахматистов IV и III разрядов. ЦШК. - М., 1959.
11. Злотник Б.А. Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М.: Высшая школа, 1990.
12. Злотник Б.А. Диагностика спортивного мастерства шахматистов // В кн.:Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.
13. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик по шахматам. - М., 1989.
14. Костьев А.Н. Программа «Шахматы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ Олимпийского резерва и школ ВСМ» утверждена Комитетом по физкультуре и спорту при Совете Министров СССР в 1978 году.
15. Крогиус Н.В. Психологическая подготовка шахматиста. - М: Физкультура и спорт, 1975.
16. Малкин В.Б. Проблемы психологической подготовки шахматиста. - М.: ГЦОЛИФК, 2001.
17. Малкин В.Б. Медико-биологические проблемы шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. - М: Высшая школа, 1990.
18. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов - Киев, Олимпийская литература, 1999.
19. Нейштадт Я.И. Шахматный практикум. - М.: ФиС, 1980.
20. Теория и практика шахматной игры: Науч.-метод, и практ. пособие / Под ред. Я.Б. Эстрина. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Высшая школа, 1984.
21. Проект Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы, разработанный ФГБУФНЦ ВНИИФК на основании Приказа Минспорта России от 24 декабря 2012 г. № 513 «Об утверждении Федеральному государственному бюджетному учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ) на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов», а также на основании Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
22. Закон РФ от 4 декабря 2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» (с изменениями № 412-ФЗ от 6 декабря 2011 года).

23. Чехов В., Архипов С., Комляков В. Программа подготовки шахматистов 1У-11 разрядов. - М., 2007.