

Содержание

- 1. Пояснительная записка.**
- 2. Основные задачи программы.**
- 3. Тематический план.**
- 4. Этапы многолетней подготовки.**
- 5. Критерий оценки выполнения программы на этапах многолетней спортивной подготовки.**
- 6. Перевод занимающихся на последующие года обучения.**
- 7. Нормативные требования по годам обучения.**
- 8. Восстановительные мероприятия**
- 9. Медико-биологический контроль.**
- 10. Оценка работы тренера –преподавателя.**

Объяснительная записка.

При написании настоящей программы использовались разработки и рекомендации ведущих тренеров России и их печатные труды утвержденные теоретическим отделом шахматной федерацией России.

В программе нашли отражение основные задачи групп начальной подготовки, учебно- тренировочных групп и групп спортивного совершенствования. Содержание учебного материала по теории и практике шахмат, распределение объемов нагрузки с тенденцией повышения коэффициента трудности материала на каждый год обучения. Нормативные требования для перехода учащихся с одного года обучения в другой. Программа дает возможность воспитать высококвалифицированного шахматиста – практика, шахматиста преподавателя, организатора, судью по шахматам.

Таким образом программа конспектирует содержание учебно – тренировочных групп , а также в группах спортивного совершенствования.

Основной задачей тренера –преподавателя является воспитать и подготовить шахматистов высокой квалификации, что соответствует основной цели в системе подготовки шахматиста в спортивных школах.

Программа подчеркивает конкретные задачи, целевые установки шахматистов на этапах начальной шахматной специализации, углублением изучаемого материала , прохождением более сильной практики, Отражает переход от простого к более сложному, с очень аккуратным переходом к самостоятельной аналитической работе, развивает способность к более лучшему запоминанию вариантов, вырабатывает и ускоряет умения считать варианты, планирует по возможности повышать психофизическое состояние учащихся. Подчеркивает и утверждает , что главным в подготовке Шахматиста является практика, т.е. соревнования.

И чем больше они выступают на соревнованиях , тем больше и сильнее становятся их опыт ведения тактических приемов быстрее идет спортивный рост учащихся. Время отведенное на практику составляет приблизительно $\frac{3}{4}$ общего количества часов , так как в основе шахматного совершенствования лежит спортивная борьба в которой играющие оттачивают свои знания, приобретают практический опыт, закаливают свою волю и наконец получают эстетическое наслаждение от сыгранных партий. Программа дает возможность правильно проследить знания и умения своих учеников , дает им возможность правильно составлять планы розыгрыша Эндшиля, что является главным показателем силы шахматиста .Программа рассчитана на подготовку детей от 7-17 лет, выполнение учениками спортивных разрядов, а также получение звание инструктора и судьи по шахматам.

Этапы многолетней подготовки в учебных группах.

Год обучения	Минимальный возраст уч-ся	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год	Требования по спортивной подготовке
	Группы	начальной	подготовки	
Первый	7	4	184	Требования программы
второй	8	6	276	
	Учебно	тренировочные	группы	
Первый	10-11	8	368	Выполнение 3 ю.р
Второй	12-13	10	460	Выполнение 2 ю.р
Третий	13-14	12	552	Выполнение 1 ю.р
Четвертый	14-15	15	690	Выполнение 4р
Пятый	15-16	18	828	Выполнение 2 раз.

Недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным. Обще годовой объем учебно-тренировочной работы , предусмотренный указанными режимами работы , начиная с учебно-тренировочного этапа подготовки, может быть сокращен не более чем на 25%. Минимальный возраст учащихся 8 лет , максимальный возраст учащихся 18 лет.

При объединении в одну группу занимающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровне их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов, а их количественный состав на этапе спортивного совершенствования в игровых видах спорта-12 человек ,единоборствах8.

Оценка результатов требований.

В приведенных таблицах даны шкалы единых нормативных требований для оценки уровня развития физических качеств и двигательных способностей.

По ряду упражнений, характеризующих главным образом подвижность суставов или некоторые важные для видов спорта психофизиологические механизмы. Нормативные требования

2. Динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся;
3. Освоение объемов тренировочных нагрузок , предусмотренных программой по шахматам;
4. Освоение теоретического раздела программы;
5. Результаты выступлений на областных соревнованиях.

Основные формы организации учебно-тренировочного процесса.

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам подготовки, которые на этапах спортивного совершенствования обязательны;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование;
- прохождение медицинского осмотра;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика.

Продолжительность одного занятия в группах начальной подготовки не должна превышать 2 академических часов, в учебно-тренировочных группах-3 часов и в группах спортивного совершенствования-4 часов. Количество занятий в неделю определяет спортивная школа, руководствующая задачами выполнения программных требований, подготовки к соревнованиям.

В объем нагрузки входят тренировочные , теоретические занятия, участие в соревнованиях, восстановительные мероприятия.

Воспитательная работа

Весь процесс учебно-тренировочной работы в ДЮСШ теснейшим образом связан с воспитанием морально-волевых черт характера юного спортсмена, осуществляемым всем педагогическим коллективом спортивной школы повседневно как на занятиях учебных групп, так и в период проведения соревнований и во внеурочное время.

Любое занятие в спортивной школе, каждое соревнование должно решать определенные воспитательные задачи.

Четкой организацией учебно-тренировочной работы , с соблюдением строгого порядка при выполнении упражнений, использование игрового

метода в обучении и тренировке воспитываются коллективные навыки, сознательная дисциплина и организованное поведение занимающихся. Использование на занятиях упражнений, требующих проявления смелости, настойчивости и решительности, помогают воспитывать волевые черты характера юных спортсменов.

Выполнение учащимися различных общественных обязанностей при организации и проведении спортивных занятий и соревнований в значительной мере способствуют воспитанию у них чувства ответственности за порученное дело.

Проводя воспитательную работу, тренер должен поддерживать постоянную связь с родителями учащихся и со школой, в которой занимаются его ученики. Тренер обязан периодически посещать семьи своих воспитанников, проводить беседы с родителями, изучать условия быта; регулярно контролировать успеваемость в общеобразовательной школе, встречаться с классным руководителем, интересоваться его успехами. Во внеурочное время наиболее действенными и доступными формами воспитательной работы являются групповые беседы на морально-этические темы; экскурсии в музеи, посещение театров и кино с последующим обсуждением, туристические походы и др.

Неизмеримо велико воспитательное значение личного примера тренера. Он должен являться образцом воспитанности, образованности и тактичности. Только в этом случае он может рассчитывать на успех в своей работе.

План воспитательной работы должен рационально сочетать массовые формы работы с работой в командах и индивидуальные работы.

Оптимальный срок проведения массовых мероприятий один раз в 2-3 месяца.

Использование групповых форм зависит от возраста юных спортсменов, их образовательного и культурного уровня, графика учебно-тренировочных и школьных занятий.

Контрольно- переводные нормативы по шахматам для групп начальной подготовки.

1. Ходы. 2. Нотация. 3. Мат в 1 ход. 4. Знание 2-х вариантов (бел. + черные)
5. Мат в два хода. 6. Пат.

Учебно-тренировочная группа (первый год)

1. Дебюты (2 бел+2 черн.)
2. Понятие : Центр; Открытая линия; Седьмая горизонталь;
3. Плохие и хорошие пешки их использование.
4. Понятие: Связка; Отвлечение; Заявление; Устранение защиты их использование;
5. Решение задач: Мат в два хода(на время 5 мин)
6. Пешечные окончания. Понятие : Оппозиция ее применение.

Учебно-тренировочная группа (второй год обучения).

1. Дебюты 3 бел+3 черн)4
2. Основные ловушки в дебютах ;
3. Использование пешечного перевеса:
 - на ферзевом фланге;
 - в центре
 - на королевском фланге.
4. Борьба с пешечным перевесом.
5. понятие : Перекрытие; Блокировка; Освобождение поля; Двойной удар их использование
6. Решение задач: Мат в три хода (на время 5 мин)

Учебно-тренировочная группа (третьего года обучения).

1. Дебюты: (4 бел.+4 черн.);
2. Основные ловушки в дебютах;
3. Техника расчета (на 5 ходов вперед);
4. Ограничение подвижности и блокировка; Цугцванг; Жертва на линии и их применение;
5. Понятие : Открытые и полуоткрытые линии; Пешечная пара с-3+д-4 их использование;
6. Использование изолированной пешки в центре доски;
7. Ладейные окончания;
8. 8. Решение этюдов на время(5 мин.)

Учебно-тренировочная группа (четвертого года обучения).

1. Углубленное знание дебютов (5 бел.+5 черн.)
2. Основные ловушки в этих дебютах их применение;
3. Одноцветные слоны- решение примеров;
4. Разноцветные слоны- решение примеров;
5. Концевые окончания;
6. Техника расчета (на ход и больше вперед);
7. Решение этюдов на время (5 мин.)

Учебно- тренировочная группа (пятого года обучения).

1. Доскональное знание дебютов и ловушки в них;
2. Знание правильного расположения фигур в митэндшпиле ;
3. Развитие «чувства понятия позиции»;
4. Правильный переход от митэндшпиля в эндшпиль;
5. Правильно использование всех слабостей в позиции противника;
6. Эндшпиль: слон против коня.
7. Углубленные знания ладейных окончаний;
8. Решение этюдов на время (2 мин.)

Тематическое планирование Спортивно-оздоровительных групп

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1.	Теоретическая подготовка	8	8	-
	Физическая культура и спорт в России		1	
	Сведения о строении и функциях организма человека		1	
	Влияние физических упражнений на организм занимающихся		4	
	Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол, Л/атлетика		2	
2.	Общая физическая подготовка	158		158
	Специальная физическая подготовка	14		14
	Техническая подготовка	50		50
	Тактическая подготовка	15		15
	Судейская и инструкторская практика	8		8
	Контрольные соревнования	15		15

276 час.

Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так и индивидуальные. Занятия проводятся с привлечением наглядных материалов. При реализации плана используются следующие формы занятий: рассказ, показ, беседа, тренировка, игра. Режим учебно-тренировочной работы.

СОГ 6-17 лет 30 чел. 6 час

Спортивно-оздоровительная группа

Теоретическая подготовка.

- 1. Физическая культура и спорт в России.**
- 2. Сведения о строении и функциях организма человека.**
- 3. Влияние физических упражнений на организм занимающихся**
- 4. Правила игры в баскетбол, волейбол, футбол, л/атлетика.**

Практические занятия.

Общая физическая подготовка.

1. Строевые упражнения.

Команды для управления группой. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал. Виды строя: в одну- две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Основная стойка. Действия в строю и на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

2. Гимнастические упражнения.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов и в парах. Упражнения с набивными мячами . Упражнения с гимнастическими палками, гантелями, с резиновыми амортизаторами. Упражнения на снарядах . Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов в парах.

3. Акробатические упражнения.

Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине(вперед, назад). Перекаты в сторону из положения лежа. Перекаты вперед, назад. Кувырок вперед из упора присев и из основной стойки. Длинный кувырок. Кувырок вперед из упора присев и из основной стойки. Переворот в сторону с места и с разбега. Упражнения на гимнастической стенке.

4. Легкоатлетические упражнения.

Бег. Бег с ускорением до 40 метров. Низкий старт и стартовый разбег. Бег с чередованием с ходьбой. Бег медленный 3 минуты. Бег или кросс 400 метров. Прыжки через планку с поворотом на 90 градусов. Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание. Прыжки в длину с разбега. Метание малого мяча с места в стену или щит на дальность отскока. Метание гранаты с места и с разбега. Метание мяча в цель на дальность.

5. Спортивные игры: Баскетбол и ручной мяч. Ловля, передача, ведение мяча. Основные способы броска в корзину, броска по воротам в прыжке и без. Индивидуальные тактические действия в защите и нападении. Волейбол. Передача мяча на месте, в парах, в движении, в прыжке различной высоты сверху и снизу двумя руками. Нападающий удар из зоны 4,2,3 с разбега. Блокирование. Поддачи с места и в прыжке. Настольный теннис. Приемы игры. Атакующие удары, поддачи, игра в защите. Футбол. Удары по мячу, остановки мяча, ведение мяча, удары по воротам, тренировочные игры.

6. Подвижные игры: Гонка мячей, Салки, невод. Метко в цель. Эстафета с бегом. Мяч среднему. Охотники и утки. Перестрелка. Перетягивание через черту. Эстафета футболистов. Вызывай смена. Встречная эстафета с

мячом. Борьба за мяч. Ловцы. Перетягивание каната. Катающаяся мишень. Эстафеты с мячом и без мяча. Мяч капитану. Волк и овцы.

7. Ходьба на лыжах.

Основные способы передвижения, поворотов, спусков, подъемов и торможений. Передвижение на скорость.

Специальная физическая подготовка.

1. Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий.

По сигналу бег на 15-30 метров из различных исходных положений. Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег 5-10 метров. Передвижения приставным шагом. То же с набивными мячами в руках весом от 1 кг.. Бег в колонне по одному вдоль границ площадки. По сигналу выполнение определенного задания: ускорения, остановки, изменение направление бега. Прыжок вверх, падение и перекат, имитация мяча, имитация подачи, удар, прыжок. То же, но занимающиеся перемещаются по одному, двое, трое, от лицевой линии к сетке. На каждый сигнал занимающиеся выполняют определенное действие.

2. Упражнения для развития прыгучести.

Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом в руках. Из положения стоя у гимнастической стенке, правая нога сильно согнута, левая опущена вниз, руками держаться на уровне лица- быстрое разгибание ноги. Приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, в выпаде, прыжки на обеих ногах. Многократные прыжки вверх с набивным мячом. Прыжки на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком, спиной. Напрыгивание на гимнастическую скамейку.

Спрыгивание с последующим прыжком вверх. Прыжки с места вперед, назад, вправо, в лево. Прыжки в верх с мета и с разбега с доставанием предметов. Прыжки со скакалкой.

3 Упражнения для развития силы рук, кистей, и быстроты движения.

Сгибание и разгибание рук пальцев в положении руки вперед, в стороны, в верх. Упражнения с гантелями на кисти рук, на предплечье, на плечи. Броски футбольных, набивных мячей на дальность. Сжатие теннисного мяча. Упражнения в ловле и бросках мячей , двумя, тремя игроками с разных сторон.

4.Упражнения для развития выносливости.

Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же , но с ведением мяча. Переменный бег, Кроссы с переменной скоростью. Игровые упражнения с мячом большой интенсивностью. Игры с уменьшенным составом.

5. Упражнения для развития ловкости.

6. Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко подвешенный мяч рукой, головой, то же с поворотом. Парные и групповые упражнения с мячом: ведением, обводкой, чередуя различные броски и удары. Различные эстафеты развивающие ловкость Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко подвешенный мяч рукой, головой, то же с поворотом. Парные и групповые упражнения с мячом: ведением, обводкой, чередуя различные броски и удары. Различные эстафеты развивающие ловкость.

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса спортивно-оздоровительных групп:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития**
- овладение основами техники выполнения физических упражнений**
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта**
- выявление задатков и способностей детей**
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.**

**Тематический план
Занятий групп начальной подготовки
(первого года обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка Знакомство с шахматами. Ходы фигурами. Простейшие правила. Простейшие дебютные системы	12 4 4 2 2	12	
2	Тактико-техническая подготовка	144		144
3	Контрольные игры	12		22
4	Контрольно-переводные испытания	8		8
5	Медицинское обследование	8		8

Всего 184 часов.

Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так и индивидуальные. Занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием информационно-сообщающих, объяснительных, инструктивно-практических методов обучения. При реализации плана используются следующие формы занятий : рассказ, показ, беседа, демонстрация видеоматериалов , тренировка, игра. Форма подведения итогов: выполнение контрольных нормативов, соревнования по упрощенным правилам.

Режим учебно-тренировочной работы.

НП до года 8 лет 30 чел 4 час. Выполнение нормативов по ОФП

Группа начальной подготовки (первый год обучения).

Теория.

1. Знакомство с шахматами: доска, фигуры, правила игры.
2. Ходы: король и пешки, ход конем, ход слоном, почему белопольный, а другой чернопольный, ход ладьей, любовь ладьи к открытым линиям, ход ферзем, цена фигур (номинальная).
3. Простейшие правила : пешками ходить нельзя, сначала выходит королева, захват центра, мобилизация фигур, четкое понятие нарушенного равновесия(качество за пешку),ладья за ферзя, фигуры за ладью. Детский мат. Защита от детского мата.
4. Простейшие дебютные системы.

Практика.

1. Игра только Кр и пешками.
2. Игра всеми фигурами на демонстрационной доске, с подсказками и анализом тренера.
3. Матчи и турниры.
4. Решение одноходовых упражнений.

Миттеншпиль.

1. Особенности фигур и их свойства: конь, вилка, мат с спертый, действия конем, слон, мат 2 слонами, связка, завязан ферзь, матК+Ф, Ф+С, ладья особенности ладьи, ладья на 2(7) горизонтали, мат одинокой ладьей.

Эндшпиль.

Король и пешка против короля: оппозиция, отдаленная проходная, прохождение пешки в ферзя, крайняя пешка, .Пат , объяснить теоретически, решение задач на Пат, решение задач одноходовок.

**Тематический план
Занятий групп начальной подготовки
(второй год обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка. Развитие шахмат в России. Знакомство с шахматами. Правила игры в шахматы. Простейшие дебютные системы.	6 1 1 2 2	6 1 1 2 2	
2	Тактико-техническая подготовка.	247		247
3	Контрольно-переводные испытания.	8		8
4	Контрольные соревнования.	15		15

Всего 276 часов

Режим учебно-тренировочной работы .

**НП свыше 1 года 9 лет 30 чел. 6 час Выполнение нормативов
ОФП**

Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так индивидуальные. Занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием информационно-сообщающих объяснительных, инструктивно-практических методов обучения. При реализации плана используются следующие формы занятий: рассказ , показ, беседа , демонстрация видеоматериалов, тренировка, игра.

Форма подведения итогов: выполнение контрольных нормативов соревнования по упрощенным правилам.

Группа начальной подготовки (второй год обучения).

Теория.

- 1. Развитие шахмат в России.**
- 2 Знакомство с шахматами.**
- 3 Правила игры в шахматы.**
- 4 Простейшие дебютные системы.**

- доска, фигуры, ходы фигурами;
- Король и пешка;
- Ход слоном.
- Почему белопольный, а другой чернопольный;
- Ход ладьей , любовь ладьи к открытым линиям;
- Ход Ферзем, цена фигур номинальная.

Простейшие правила:

- пешками ходить нельзя;
- сначала выходить король
- захват центра;
- мобилизация фигур.

Детский мат.

- зазита от детского мата;
- простейшие дебютные системы.

Практика.

- 1. Игра только королем и пешками;**
- 2. Игра всеми фигурами на демонстрационной доске, с подсказками и анализом тренера;**
- 3. Матчи и турниры;**
- 4. Решение одноходовых упражнений.**

Митэндшпиль.

Особенности фигур и их свойства.

- конь, вилка, мат ферзей;
- действия конем;
- слон , мат 2 слонами;
- связка, завязан фкрзь, мат на 2 (7) горизонтали, мат одинокой ладьей.

Эндшпиль.

Король и пешка против короля.

- оппозиция;
- отдаленная проходная прохождение пешки во ферзи; крайняя пешка.

**Пат , объяснить теоретически, решение задач на пат;
-решение задач одноходовок.**

Практика.

Участие в соревнованиях среди учебных групп.

Участие в открытом первенстве ДЮСШ своего возраста.

**Тематический план
Занятий групп начальной подготовки
(второй год обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка. Развитие шахмат в России. Знакомство с шахматами. Правила игры в шахматы. Простейшие дебютные системы.	14 2 6 4 2	14	
2	Тактико-техническая подготовка.	224		224
3	Контрольно-переводные испытания.	8		8
4	Контрольные соревнования.	22		22
5	Медицинское обследование	8		8

Всего 276 часов

Режим учебно-тренировочной работы .

**НП свыше 1 года 9 лет 30 чел. 6 час Выполнение нормативов
ОФП**

Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так индивидуальные. Занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием информационно-сообщающих объяснительных, инструктивно-практических методов обучения. При реализации плана используются следующие формы занятий: рассказ , показ, беседа , демонстрация видеоматериалов, тренировка, игра.

Форма подведения итогов: выполнение контрольных нормативов соревнования по упрощенным правилам.

Учебно-тренировочная группа. (первый год обучения).

Теория.

1. Дебют Беланни., итальянская партия, шотландская партия(классический вариант, современная система).
2. Испанская партия (система Яншина) Защита двух коней, ферзевый гамбит, Разбор партий мастеров: Карпов, Таль, Портиш, Любоевич, Спасский, Алехин. Дебют четырех коней ,королевский гамбит, венская партия, тайландская защита.
3. Митэндшпиль. Типичные позиции митэндшпиля: атака на neroкированного короля, атака на короля при разносторонних рокировках, атака на короля при односторонних рокировках .Хорошие и плохие слоны, разноцветные слоны в митэндшпиле, использование открытых линий, сильный пешечный центр , два слона в митэндшпиле, правильная расстановка фигур, фигурно-пешечный центр, комбинационные мотивы в митэндшпиле, связка и ее использование, перекрытие.
4. Эндшпиль :Пешечные окончания, о полях соответствия, оппозиция, запасной темп, теория в пешечных окончаниях , активность короля, ладейные окончания, активность короля, ладейные окончания, активность в ладейных окончаниях , владение седьмой горизонталью, использование открытой линии, окончания с проходными пешками

Практические занятия

1. Участие в турнирах;
2. Игра на заданные темы;
3. Блиц –турниры (наигрывание изученных вариантов).
4. Тематические турниры: решение задач на темы: мат в 2 хода, мат в 3 хода, связка, устранение защиты, жертва на линии, перекрытия, блокировка;
5. Анализ сыгранных партий с указанием допущенных ошибок.

**Тематический план
Занятий учебно-тренировочных групп
(второй год обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка Дебют Белани. Дебют 4-х коней. Мидэндшпиль(типичные позиции).борьба за открытую линию, ферзь против ладьи Эндшпиль.(пешечные окончания, активность короля, ладейные окончания).	30 6 4 8 12	30	
2	Тактико-техническая подготовка	369		369
3	Контрольно-переводные испытания	8		8
4	Контрольные соревнования	35		35
5	Медицинское обследование	8		8
6	Инструкторская и судейская практика	10		10

Всего 460 часов.

При реализации плана используются следующие формы занятий:

Рассказ, беседа, показ, тренировка, игра.

Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так и индивидуальные.

Формы подведения итогов: выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Режим учебно- тренировочной работы.

УТГ 2 года 12 лет 20 чел. 10 час. Выполнение нормативов ОФП, ТТП, Выполнение 2 ю.р.

Учебно-тренировочная группа. (второй год обучения)

Теория

- 1. Дебют: сицилианская защита, система Раузера (без5....а?-а6)
Система Раузера (с5...а8- а 6)Ферзевый гамбит.
Принятый ферзевый гамбит
Ортодоксальная защита
Система Ботвинника в ферзевом гамбите.
Славянская защита.
Испанская партия.
Русская партия.
Просмотр партий мастеров: Карпова, Каспарова, Портиша, Горта,
Тиммана, Хюбнерта.**

2. Митэндшпиль.

- Атака на neroкированного короля**
- Атака на короля при односторонних рокировках**
- Атака на короля при разносторонних рокировках**
- Тренировка техники расчета**
- Основные стратегии**
- Хорошие и плохие слоны**
- Слон сильнее коня**
- Открытые и полуоткрытые линии и атака на короля**
- Борьба за открытую линию**
- Сильный пешечный центр**
- Слабые поля в лагере противника**
- Сдвоенные пешки**
- Ферзь против ладьи**
- Компенсация за ферзя**

Две легкие фигуры против ладьи с пешками
Легкая фигура против трех пешек
Компенсация за ферзя
Две легкие фигуры против ладьи с пешками
Легкая фигура против трех пешек
Компенсация за ферзя
Компенсация за ладью
Компенсация за легкую фигуру
Переход в пешечный эндшпиль как метод реализации материального или позиционного перевеса
Отсталая пешка на полуоткрытой линии.

3 Эндшпиль.

Ферзевые окончания
Ферзь против ферзя и пешки
Ферзь против ладьи и легкой фигуры
Пешечные окончания
Оппозиция
Окончания с проходными пешками с обеих сторон
Прорыв
Запасные темпы
Активность короля
Переход в пешечный эндшпиль как метод реализации материального или позиционного перевеса
Лучшее пешечное расположение
Ладейные окончания
Владение горизонталью
Использование открытой линии
Окончание с проходными пешками
Активность в ладейных окончаниях
Ладейные этюды.

Практика

1. Решение задач:

Связка
Блокировка
Отвлечение
Завлечение

Устранение защиты

Жертвы на линии

Жертвы на поле

Разрушение пешечного прикрытия короля

2 Участие в соревнованиях :

- 1. Блиц турниры**
- 2. Конкурсы решения задач на время**
- 3. Сеансы одновременной игры**
- 4. Участие в турнирах.**

Анализ сыгранных партий с указанием допущенных в них ошибок.

**Тематический план
Занятий учебно-тренировочных групп
(третий год обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка Дебют: Сицилианская защита Миндэндшпиль: слон сильнее коня, борьба за открытую линию, ферзь против ладьи. Эндшпиль: ферзевые окончания, пешечные окончания, активность короля.	40 10 12 18	40	
2	Тактико-техническая подготовка	404		404
3	Контрольно –переводные испытания	8		8
4	Контрольные соревнования Медицинское обследование Инструкторско-судейская практика	55 8 17		55 8 17
5				
6				

Всего 552 часа.

При реализации плана используются следующие формы занятий:
рассказ, беседа, показ, тренировка, игра. Формы занятий могут быть как коллективные и групповые, так и индивидуальные.

Формы подведения итогов: выполнение контрольных нормативов.

Режим учебно-тренировочной работы

УТГ 3 года 13 лет 16ч 12 час Выполнение нормативов ТТП,
выполнение 1 ю.р.

Учебно –тренировочная группа (третий год обучения).

Теория.

Дебюты:

Испанская партия(Чигоринский вариант в испанской партии)

Сицилианская защита

-Шевенингенский вариант

-ферзевый гамбит(принятый ферзевый гамбит, ортодоксальная защита, система Ботвинника в ферзевом гамбите, славянская защита).

Защита Немцовича

Современный вариант:

-вариант с ходом 7... Кв 8- д7

-вариант с ходом 7... Кв8 – с6

-размен пешек в центре.

Ленинградский вариант: система Земиша в защите Немцовича.

Положительные партии к защите Немцовича

Дебют Рети (единица Кд1- Ф3)Две классические партии

Новоиндийская защита

Староиндийская защита

Вариант Петросяна

Вариант Земиша в староиндийской защите.

Ошибки в дебютных системах , взаимодействие сил в дебюте

Повторение ранее изученных дебютов и их дальнейшее углубленное изучение

Развитие специфических шахматных способностей:

- адекватно выработнанное «шахматная память»
- способность к равномерному распределению внимания
- динамичность внимания, т.е.способность восприятия динамических связей.

Митэндшпиль.

Тактика атаки на короля:

- при –король в центре доски
- при односторонних рокировках
- при разносторонних рокировках.

Мат на крайней горизонтали как тактическая угроза.

Отвлечение

Связка

Перекрытие

Завлечение

Атака в своем развитии

Отвлекающая жертва

Разрушение пешечного прикрытия короля

Позиционная жертва

1. Типичные позиции митэндшпиля: атака на застрявшего Кр в центре, атака при разносторонних рокировок, маневрирование в равном положении.

2. Преимущество в пространстве, действия в таких позициях(учебник Романовского). Борьба за центр, подвижный центр, закрытый центр, значение центра при игре на флангах.

3. Преимущество в развитии: активность любой ценой.

4. Действие в худших позиций: маневры, улучшение расположения фигур, поиски контр игры, подготовка и проведение тактических операций.

Эндшпиль.

Пешечные окончания:

-геометрия доски, прием «отталкивания»

-окончания с проходными пешками с обеих сторон

-прорыв

-лучшее пешечное расположение

-запасные темпы

-активность короля

-переход пешечный эндшпиль, как метод реализации материального или позиционного перевеса.

Легкофигурные окончания:

- мат слоном и конем

- слон против слона

- конь против коня

- слон против коня

- сложные окончания короля, поиски контр игры

- решение простейших этюдов, миниатюр

**Тематический план
Занятий учебно-тренировочных групп
(четвертый год обучения).**

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка Дебют: Сицилианская защита Миндэндшпиль: слон сильнее коня, борьба за открытую линию, ферзь против ладьи. Решение простейших этюдов, миниатюр. Эндшпиль: ферзевые окончания, пешечные окончания, активность короля. Ладейные окончания: позиция Филидора.	50 12 10 10 12	50	
2	Тактико-техническая подготовка	494		494
3	Контрольно –переводные испытания	8		8
4	Контрольные соревнования Медицинское обследование Инструкторско-судейская практика	85 8 20		85 8 20

Всего 690 часа.

При реализации плана используются следующие формы занятий: рассказ, беседа, показ, тренировка, игра. Формы занятий могут быть как коллективные и групповых, так и индивидуальные.

Формы подведения итогов: выполнение контрольных нормативов.

Режим учебно-тренировочной работы

УТГ 4 года 14 лет 16ч 15 час Выполнение нормативов ТТП, выполнение 3 разряда

Учебно-тренировочные группы (четвертого года обучения).

Теория.

Дебют:

1. Открытые дебюты Белами

- классический вариант
- современная система , просмотр партий Каспарова, Морозевича
- дебют Филидоро черными
- королевский гамбит,
- система Фишера

2. Испанская партия:

- система Стейница
- система Яниша
- партии матча Александрия- Гурнели

3. Итальянская партия:

- система 8С. с3
- главный вариант при отказе белых от основных систем

4. Полуоткрытые дебюты:

- сицилианская защита
- система московская
- французская защита , система Каспарова
- Кара-Кан, атака Панова

4. Закрытые дебюты(черными). Ферзевый гамбит, система Капабланки, на дебют ферзевых пешек- система Моисеева.

Митэндшпиль:

1. Типичные позиции митэндшпиля- атака на застрявшего Кр в центре, атака при односторонних рокировках, атака при разносторонних рокировок, маневрирование в равном положении.

2. Преимущество в пространстве, действия в таких позициях(учебник Романовского). Борьба за цент, подвижный центр , закрытый центр, значение центра при игре на флангах.
3. Преимущество в развитии: активность любой ценой.
4. Действие в худших позиций: маневры, улучшение расположения фигур , поиски контр игры, подготовка и проведение тактических операций.

Эндшпи ль.

Пешечные окончания:

- 2 пешки против одной
- борьба за темп в пешечных окончаниях
- проходные пешки: отдаленная, защищенная, крайняя.

Ладейные окончания:

- позиция Филидора
- лишняя пешка в ладейных концах
- активность короля, поиски контр игры
- решение простейших этюдов, миниатюр.

Тематический план

Занятий учебно-тренировочных групп (пятый год обучения).

№	Наименование темы	Всего	Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка Дебюты: испанская партия, сицилианская защита Защита Немцовича, вариант Петросяна Митэндшпиль: атака на короля в центре, борьба за центр, закрытый центр, подвижный центр Эндшпиль: пешки против одной, проходные пешки, отдаленная, защищенная крайняя. Позиция Филидор	60 14 16 24 4 2	60	
2	Тактико-техническая подготовка	580		580
3	Контрольно-переводные испытания	8		8
4	Контрольные соревнования	95		95
5	Медицинское обследование	8		8
6	Инструкторская и судейская практика	47		47

Всего 828 часа

При реализации плана используются следующие формы занятий: рассказ, беседа, показ, тренировка, игра. Формы занятий могут быть, как коллективные и групповые, так и индивидуальные. Формы подведения итогов: выполнение контрольных нормативов.

Режим учебно-тренировочной работы.

**УТГ 5 года обучения 14-15 лет 16 чел 15 час Выполнение нормативов
ТТП выполнение 4 разряда**

Учебно-тренировочные группы (пятый год обучения).

Теория

Ленинградский вариант: система Земиша в защите Немцовича.

Положительные партии к защите Немцовича

Дебют Рети(единица Кд1-Ф3) Две классические партии.

Новоиндийская защита

Староиндийская защита

Вариант Петросяна

Вариант Земиша в староиндийской защите

Ошибки в дебютных- системах, взаимодействие сил в дебюте

Повторение ранее изученных дебютов и их дальнейшее углубленное изучение

Развитие специфических шахматных способностей:

-адекватно выработанное «шахматная память»

-способность к равномерному распределению внимания

-динамичность внимания т.е. способность восприятия динамических связей.

Митэндшпиль:

- 1. Типичные позиции митэндшпиля: атака на застрявшего Кр в центре, атака при разносторонних рокировок, маневрирование в равном положении.**
- 2. Преимущество в пространстве, действия в таких позициях. Борьба за цент, подвижный центр, закрытый центр, значение центра при игре на флангах.**
- 3. Преимущество в развитии: активность любой ценой.**
- 4. Действие в худших позиций :маневры, улучшение расположения фигур, поиски контр игры, подготовка и проведение тактических операций.**

Эндшпиль.

Пешечные окончания:

-2 пешки против одной

-борьба за темп в пешечных окончаниях

-проходные пешки: отдаленная, защищенная, крайняя.

Ладейные окончания:

- позиция Филидора
- лишняя пешка в ладейных концах
- активность короля, поиски контр игры
- решение простейших этюдов , миниатюр

Практические занятия.

1. Анализ сыгранных партий. Найти лишние ход, типичные ошибки, отставания в развитии, действие одной фигурой, бесплановая игра
2. Решение исходных задач, миниатюр не передвигая фигуры.
Решение эндшпильных классических этюдов.
3. Двухсторонняя игра на заданную тему. Оценка сыгранных партий.
4. Просмотр партий с комментариями гроссмейстеров(Крамниу, Морозевич, Каспаров)
5. Сеанс одновременной игры: тематические, с анализом во время игры, парная игра с анализом
6. Участие в соревнованиях
7. Фестивали (Камышин, Волгоград) Областные , Чемпионат области по возрастам, командное первенство сельских городов
8. Соревнования на первенство России
9. Доскональный анализ сыгранных партий.

Литература

1. Капабланка К.Р Основы шахматной игры . ФиС М. 1975г
2. Кобленц А. Школа шахматной игры. ФиС .М. 1985г
3. Немцович А. Моя система Советская Россия .М.1979г
4. Авербах Ю Пешечные окончания ФиС.М.1995г
5. Голенищев В Программа подготовки шахматистов. 1991г
6. Рохлин А Уроки шахматного мастерства. 1992г
7. Программа. Подготовка юных шахматистов М. 1975г