

Муниципальное бюджетное образовательное  
учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа № 4»  
(МБОУДО «СШ № 4»)

Принято на заседании  
Педагогического совета  
МБОУДО «СШ № 4»  
Протокол № 09 от 25.08. 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУДО «СШ № 4»  
В.В. Стародубровская  
Приказ № 29 - Од от 25.08. 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО ВИДУ СПОРТА**  
**«шахматы»**  
**ПО ДИСЦИПЛИНЕ «Шахматы»**

Срок реализации – 1 год  
Возраст обучающихся (с 6 лет)

Составитель программы:  
заместитель директора М.Л. Гулевская

г. Липецк  
2023

**Содержание**

		<b>Стр.</b>
1.	Общие положения.....	3
2.	Характеристика дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «шахматы» по дисциплине «Шахматы» .....	3
3.	Система контроля.....	8
4.	Рабочая дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «шахматы».....	9
5.	Особенности осуществления дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «шахматы».....	11
6.	Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «шахматы».....	11

## **I. Общие положения**

1. Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «шахматы» (далее - Программа), разработана и предназначена для организации образовательной деятельности по дисциплине «Шахматы» с учетом совокупности минимальных требований к спортивным занятиям, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Минспорта России от 9 ноября 2022 г. № 952 (далее - ФССП).

Разработка Программы учитывает требования:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (п.3.2 ст. 84 Федерального закона);
- приказом Минспорта России от 20.12.2022 № 1276 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "шахматы»;
- приказом Минспорта России от 29.12.2020 № 988 «Об утверждении правил вида спорта "шахматы».

2. Формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени.

## **II. Характеристика дополнительной общеразвивающей программы спортивной подготовки**

Шахматы - настольная логическая игра со специальными фигурами на 64- клеточной доске для двух соперников. История шахмат насчитывает более полутора тысяч лет. Шахматы придумали в Индии в V-VI веке до нашей эры. Не позднее VI века в Индии появилась игра – чатуранга, которая имела узнаваемый шахматный вид. В отличие от шахмат в нее одновременно играли 4 игрока, а ходы зависели от бросков игральных костей. Для выигрыша в партии нужно было уничтожить все фигуры оппонентов. Распространившись из Индии в соседние страны, чатуранга претерпела ряд изменений. На востоке она стала носить название – шатрандж, в Китае – сянци, в Тайланде – макрук. В IX—X веке игра попала в Европу, где были составлены «классические» правила игры. Окончательно правила сформировались в XIX веке. В 1886 году был проведен первый чемпионат мира по шахматам.

Несмотря на то, что шахматная игра не сопряжена с усиленной мышечной деятельностью, шахматы относят к игровым видам спорта. В период подготовки к выступлениям и во время самой игры шахматисты часто ведут малоподвижный образ жизни. По существу, шахматы должны быть отнесены к гиподинамическому виду спорта, при этом характерной особенностью игры является то, что она сопровождается значительным эмоциональным и интеллектуальным напряжением. В процессе шахматной игры эмоции остаются как бы незавершенными, их отрицательное влияние на организм не гасится мышечной активностью. Продолжительность турнирной партии составляет в среднем около 3-4 часов.

Вместе с тем, известно, что способность успешно справляться с нервно-эмоциональным напряжением, возникающим во время игры, в значительной мере определяет спортивную форму шахматиста. Более того, эмоциональное напряжение необходимо для результативного творчества шахматиста. По справедливому замечанию известного философа, без человеческих эмоций никогда не бывало, нет и быть не может человеческого искания истины. Именно этому подчинен каждый ход шахматиста.

Шахматы отлично развивают память и логическое мышление, а также воспитывают трудолюбие и волю к победе. Каждый шахматист при соответствующей подготовке может приобрести спортивные качества, которые позволяют ему добиться высших для его индивидуальных возможностей достижений.

К особенностям по спортивным дисциплинам вида спорта «шахматы» относятся:

- Командные соревнования;
- Шахматы;
- Блиц;
- Быстрые шахматы;
- Шахматная композиция;
- Заочные шахматы.

3. Сроки реализации спортивно-оздоровительного этапа и возрастные границы лиц.

Этап	Сроки реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Спортивно оздоровительный этап	1	с 6 до 17 лет	10-16

4. Объем Программы.

Этапный норматив	Этапы и годы подготовки
	До года
Количество часов в неделю	6
Общее количество часов в год	312

5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- учебно-тренировочные занятия (тренировочный процесс) ведется в соответствии с годовым планом дополнительной общеразвивающей программы (включая четыре недели летнего периода самостоятельной подготовки и (или) летнего специализированного (профильного) спортивного лагеря для обеспечения непрерывности тренировочного процесса) и осуществляется в следующих формах;

- тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные). В том числе с использованием дистанционных технологий;

- тренировочные мероприятия.

### **Спортивные мероприятия**

Требования к участию в спортивных мероприятиях, обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных мероприятиях.

- наличие медицинского заключения (медицинская справка) о допуске к участию в спортивных мероприятиях;

МБОУДО «СШ № 4» реализующая дополнительную общеразвивающую программу, направляет обучающегося и лиц, на спортивные мероприятия на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий МБОУДО «СШ № 4».

### **6. Годовой учебно-тренировочный план**

Дополнительная общеразвивающая рассчитывается на 52 часа в год.

Учебно-тренировочный процесс в МБОУДО «СШ № 4», реализующей дополнительную общеразвивающую программу, ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом МБОУДО «СШ № 4», реализующей дополнительную общеразвивающую программу.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной общеразвивающей программы устанавливается в часах и не превышает двух часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия.

**СООТНОШЕНИЕ ВИДОВ МЕРОПРИЯТИЙ  
В СТРУКТУРЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА  
НА СПОРТИВНО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Спортивно оздоровительный этап	
		До года	
		Недельная нагрузка в часах	
		6	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	
		Наполняемость групп (человек)	
		10-16	
1.	Общая физическая подготовка(%)	16	
2.	Техническая подготовка	42	
3.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	48	
4.	Медицинские, медико-биологические(%)	1	

**7. Календарный план воспитательной работы**

№ п/ п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Здоровьесбережение		
1.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	<b>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</b> - формирование знаний и умений в оказании помощи в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей, - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;	В течение года
1.2	Режим питания и отдыха	<b>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</b>	В течение года

		- формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебного- тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания иммунитета);	
2	<b>Патриотическое воспитание обучающихся</b>		
2.1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе. культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, Определяемые организацией, реализующей дополнительную общеразвивающую программу;	В течение года
2.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), Награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительную общеразвивающую программу;	В течении года

3.	<b>Развитие творческого мышления</b>		
3.1	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению личностных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов.	В течение года

### **10. План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств**

Этап спортивно-оздоровительный	Мероприятия	Сроки проведения
Этап спортивно-оздоровительный (один год)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Применение гигиенических средств	В течение года

Основанием для допуска, обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на спортивно оздоровительном этапе является наличие у него медицинского заключения (медицинская справка) с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра согласно возрастной группе.

### **III. Система контроля**

11. По итогам освоения дополнительной общеразвивающей Программы лицу, проходящему спортивно-оздоровительный этап (далее - обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе к участию в мероприятиях:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;



- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;

#### **IV. Рабочая дополнительная общеразвивающая программа**

##### **по виду спорта «шахматы»**

14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий на спортивно-оздоровительном этапе:

Основными задачами являются - привитие обучающимся интереса к занятиям шахматами, овладение элементарными основами шахматной игры, ознакомление с основными тактическими идеями и приемами, получение первоначальных знаний по истории шахмат. Занимающиеся не выступают в официальных соревнованиях, и учебный процесс должен быть насыщен большим количеством внутренних турниров (тематических, квалификационных), специальными занятиями по закреплению теоретических знаний и различными массовыми мероприятиями.

Правила шахматной игры. Первоначальные понятия. Нотация. Турнирная дисциплина, правило “тронул – ходи”, требование записи турнирной партии.

##### **ИСТОРИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗВИТИЯ ШАХМАТ.**

Происхождение шахмат. Распространение шахмат на Востоке.  
**ДЕБЮТ.**

Определение дебюта как подготовительной стадии к борьбе в середине игры. Основные принципы развития в дебюте. Мобилизация фигур. Борьба за центр. Безопасность короля.

##### **МИТТЕЛЬШПИЛЬ.**

Понятие о тактике. Понятие о комбинации. Основные тактические приемы. Связка, двойной удар, вскрытое нападение, вскрытый шах, двойной шах. Определение стратегии. Принципы реализации материального преимущества. Простейшие принципы разыгрывания середины партии: целесообразное развитие фигур, мобилизация сил, определение ближайшей и последующей задачи.

**ЭНДШПИЛЬ.** Определение эндшпиля. Роль короля в эндшпиле. Активность короля в эндшпиле. Матование одинокого короля. Пешечные окончания. Король и пешка против короля. Ферзь против пешки. Ладья против пешки. Проблемы перехода из миттельшпиля в эндшпиль. Переход из дебюта в эндшпиль.

#### **15. Учебно-тематический план**

Этап	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
<b>Спор-</b>	<b>Всего на спортивно-</b>	<b>180</b>		

<b>тивно-оздоровительный этап</b>	<b>оздоровительном этапе до одного года обучения</b>			
	История возникновения вида спорта и его развития	20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта. Гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травмах.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы правила вида спорта	20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных мероприятий. Команды (жесты) спортивных судей. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Обязанности и

				права участников спортивных мероприятий.
	Режим дня и питание обучающихся	20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	20	ноябрь - май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.

## **V. Особенности осуществления спортивно-оздоровительного этапа по спортивной дисциплине «Шахматы»**

Особенности осуществления спортивно-оздоровительного этапа основаны на особенностях вида спорта «шахматы».

К особенностям осуществления спортивно-оздоровительного этапа по виду спорта «шахматы» относятся:

- для зачисления на спортивно-оздоровительный лицо, желающее пройти общеразвивающую программу должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления.

- в зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности вида спорта «шахматы».

## **VI. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы**

### **17. Материально-технические условия реализации Программы**

#### **материально-техническая база и (или) объекты инфраструктуры:**

по адресу: 398059, Липецкая область, г. Липецк, ул. Неделина, д. 20 в наличии:

- тренировочный спортивный зал;
- помещения для игры в шахматы;
- раздевалки, душевые;

- медицинский пункт, оборудованный в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Все-российского физкультурно-

спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238); с изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554).

### **Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки**

№	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Доска шахматная демонстрационная с фигурами демонстрационными	комплект	2
2.	Доска шахматная с фигурами шахматными	комплект	10
3.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, компьютер, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шахматы)	штук	1
4.	Секундомер	штук	2
5.	Стол шахматный	штук	10
6.	Стулья	штук	10
7.	Часы шахматные	штук	10
8.	Мат гимнастический	штук	2
9.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	3
10.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1

### **18. Кадровые условия реализации Программы:**

Укомплектованность МБОУДО «СШ № 4» тренерами-преподавателями.

В МБОУДО «СШ № 4» работают 7 тренеров-преподавателей по спортивной дисциплине «Шахматы»:

- 6 штатных тренеров-преподавателей: 1 человек с высшей квалификационной категорией, 2 человека с первой квалификационной категорией, 2 человека со второй категорией и 1 человек без категории.

- 1 тренер-преподаватель (совместитель): без категории.

Образование высшее профессиональное имеют: 1 тренер-преподаватель, 5 тренеров-преподавателей имеют высшее не профессиональное образование, но прошли курсы профессиональной переподготовки.

Уровень квалификации тренеров-преподавателей, осуществляющих спортивную подготовку по виду спорта «Шахматы», соответствует профессиональному стандарту «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом

Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054);

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей МБОУДО «СШ № 4»:

- тренеры-преподаватели направляются на соответствующую профессиональную переподготовку и повышение квалификации в сроки, определенные утвержденным планом профессиональной переподготовки, повышения квалификации (не реже одного раза в три года) на основании приказа руководителя МБОУДО «СШ № 4».

### **Информационно-методические условия реализации Программы**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта шахматы, утвержденный приказом Министерства Sports РФ № 952 от 19 ноября 2022 года.
2. Воробьев Е.Е., Актуальный открытый дебют. Изд. 2018 г., 192 стр.
3. Калиниченко Н.М., Розенберг С.Г. Уроки шахматных окончаний. Изд.2022 г., 272 стр.
4. Калиниченко Н.М. 725 учебных матовых задач. Изд. 2020 г.,176 стр.
5. Левенфиш Г.Я., Смыслов В.В., Теория ладейных окончаний. Изд.1986 г., 255 стр.
6. Конотов В.А. и Конотов С.В., Защищаем короля. Изд.2019 г., 96 стр.
7. Котов А.А., Уроки шахмат. Изд. 2019 г.,136 стр.
8. Майзелис И.Л., Шахматы. Изд. 2013г., 288 стр.
9. Нимцович А.И., Моя система, Изд.1984 г., 576 стр.
- 10.Пажарский В.А., Шахматы. Начальная школа. Изд. 3,2012 г., 315 стр.
- 11.Эстрин Я.Б.,Калиниченко Н.М., Шахматные дебюты. Полный курс. Изд.2008 г., 704 стр.

Интернет-ресурсы:

[minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru) - Министерство спорта РФ.

[minobrnauki.gov.ru](http://minobrnauki.gov.ru) –Министерство образования РФ.

Cheess King-шахматная программа

Cheess Base-шахматная программа