

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 4»

Рассмотрено на заседании
Тренерского совета
МБУ «СШ № 4»
Протокол № 4 от 30.12. 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ «СШ № 4»

В.В. Стародубровская

Приказ № 45-ОД от 30.12. 2021 г.

**ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ПО ВИДУ СПОРТА ШАХМАТЫ
в соответствии с федеральным стандартом спортивной
подготовки по виду спорта «шахматы»,
утвержденного приказом Министерства Sports РФ
№ 930 от 12 октября 2015 г.**

**Срок реализации - без ограничений
Возраст обучающихся (от 7 лет)**

Составители программы:

**Директор: В.В. Стародубровская
Тренер : А.В. Курбатов**

г. Липецк
2021

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. План.
3. Методическая часть.
 - * Теоретическая подготовка
 - * Общая физическая подготовка
4. Система контроля и зачетные требования.
5. Медицинский контроль.
6. Техника безопасности.
7. Список литературы.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы, утвержденного приказом Министерства Спорта РФ № 930 от 12 октября 2015 года (зарегистрировано в Минюсте России 30 октября 2015 № 395 55).

В данной программе представлены основные разделы спортивной подготовки шахматистов, изложенные на основе новейших данных в области теории спорта. Особое внимание уделяется планированию, построению и контролю процесса многолетней спортивной тренировке шахматистов - от начинающих до квалифицированных спортсменов.

Основной целью данной программы является многолетняя подготовка спортсменов в СШ.

Основные задачи:

1. Подготовка всесторонних и развитых юных шахматистов высокой квалификации.
2. Подготовка судей по шахматам.
3. Подготовка шахматистов и выполнение ими нормативных требований.

Важным условием выполнения поставленных задач является систематическое проведение практических и теоретических занятий, контрольных упражнений, восстановительных мероприятий, регулярное участие в соревнованиях.

Этапы подготовки

- Этап начальной подготовки – 2 года;
- Этап тренировочный – 4 лет.
- ССМ - без ограничений

Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)	Количество часов в неделю, в год	Требования по спортивной подготовке
ЭНП-1г.о.	с 7 лет 7,8,9 лет	10	6 часов 312 часов	Присвоение юн. разрядов до 17 лет ОФП Теор. зачет.
ЭНП-2г.о.	с 7 лет 8,9,10 лет	10	8 часов 416 часов	Присвоение юн. разрядов до 17 лет ОФП Теор. зачет.
ТЭ-1г.о.	с 8 лет 9,10,11 лет	6-11	9 часов 468 часов	Норма- Зюн.,2юн.,1юн. с разрядом 10%** ОФП теор.зачет.
ТЭ-2г.о.	с 8 лет 10,11,12,13 лет	6-11	9 часов 468 часов	Норма- Зюн.,2юн.,1юн. с разрядом 30%** ОФП теор.зачет.

ТЭ-3г.о.	с 8 лет 12,13,14,15 лет	6-11	12 часов 624 часов	Норма- Зюн.,2юн.,1юн. 2,3,1 разряд ОФП теор.зачет.
ТЭ-4г.о.	с 8 лет 14,15,16,17* лет	6-11	12 часов 624 часов	Норма- Зюн.,2юн.,1юн. 2,3,1 разряд ОФП теор.зачет.
ССМ	с 9 лет без ограничений	2	28 часов 1456 часов	КМС

Основные принципы спортивной программы:

- **Принцип системности** предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон спортивно-тренировочного процесса: технической, тактической, психологической, теоретической подготовки, воспитательной работы, восстановительных мероприятий, медицинского контроля.
- **Принцип преемственности** определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки. Надо обеспечить в многолетнем тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей технико-тактической подготовленности.
- **Принцип вариативности** предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного шахматиста вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определённой задачи.

2.ПЛАН

№ п/ п	Разделы подготовки	Этапы подготовки							ЭСС
		ЭНП -1	ЭНП -2		ТЭ- 1	ТЭ- 2	ТЭ- 3	ТЭ- 4	
	ТЕОРИЯ								
1.	Физическая культура и спорт в РФ	1	1		1	1	1	1	1
2.	Шахматный кодекс РФ. Судейство и организация соревнований	2	2		2	2	2	2	2
3.	Исторический обзор развития шахмат	5	10		30	30	50	50	40
4.	Дебют	10	30		40	40	60	60	124
5.	Миттельшпиль	50	65		60	60	77	77	140

6.	Эндшпиль	20	35		45	45	50	50	120
7.	Основы методика тренировки шахматиста	-	-		2	2	4	4	5
8.	Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста	-	1		1	1	1	1	2
9.	Советская и зарубежная шахматная литература	-	-		2	2	4	4	12
	Итого:	88	144		183	183	249	249	446
ПРАКТИКА									
1.	Квалификационные турниры, анализ партий и типовых позиций, индивидуальные занятия	156	170		134	134	188	188	300
2.	Теоретические семинары, контрольные работы, доклады и рефераты учащихся	4	4		10	10	13	13	90
3.	Партии по консультации, конкурсы, решения задач, этюдов, шахматной композиции, сеансы одновременной игры	22	18		26	26	35	35	80
4.	Выполнение контрольно-нормативных и переводных требований	2	2		4	4	6	6	20
5.	Общefизическая подготовка	20	50		70	70	80	80	250
6.	Участие в официальных соревнованиях согласно	20	28		41	41	53	53	270

	календарному плану								
	Итого:	224	272		285	285	375	375	1010
	ВСЕГО ЧАСОВ:	312	416		468	468	624	624	1456
7.	Количество часов в неделю	6	8		9	9	12	12	28

3.МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на тренировочный этап.

Задачи на этапе начальной подготовки:

- привлечение максимально – возможного количества спортсменов к систематическим занятиям шахмат;
- овладение элементарными основами шахматной игры;
- получение первоначальных знаний по истории шахмат, приобретение навыков участия в соревнованиях;
- утверждение здорового образа жизни;
- всесторонне гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- овладение с основными тактическими идеями и приёмами шахмат;
- приобретение навыков участия в соревнованиях.

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЭТАПЫ

Задачи на этапе подготовки:

ТЭ – 1 год подготовки

- развития интереса к занятиям шахматами;
- изучение сложных комбинаций на сочетание идей;
- овладение элементарными техническими приёмами легко-фигурного эндшпиля;
- ознакомление с теорией А.Филидора;
- усвоение понятия о тренировке и гигиене шахматиста.

ТЭ – 2 год подготовки

- формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами;
- развитие тактического зрения;
- приобретение навыков самостоятельной работы;
- ознакомление с приёмами атаки в шахматной партии, проблемами центра;

- углублённое изучение легко-фигурных окончаний и основных технических приёмов ладейного Эндшпиля;
- изучение понятия инициативы в дебюте;
- расширение знаний по истории шахмат;
- изучение элементарных основ судейства и организации шахматных соревнований.

ТЭ – 3 год подготовки

- совершенствование теоретических знаний;
- изучение типовых позиций миттельшпиля;
- овладение принципами составления дебютного репертуара.

ТЭ – 4 года подготовки

- углублённое изучение сложных окончаний;
- основы методики тренировки шахматиста;
- овладение глубокими знаниями по истории шахмат;
- получение сведений о психологической и волевой подготовке;
- практическая деятельность по организации и судейству шахматных соревнований.

ЭСС

- совершенствование и развитие теоретических знаний;
- дальнейшее изучение типовых позиций Миттельшпиля, и отработка на этой основе дебютного репертуара;
- формирование индивидуального подхода к шахматам;
- дальнейшее совершенствование знаний по истории шахмат;
- накопление опыта участия в ответственных соревнованиях.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

- Физическая культура и спорт в РФ
- Шахматный кодекс РФ. Судейство и организация соревнований
- Исторический обзор развития шахмат
- Дебют
- Миттельшпиль
- Эндшпиль
- Основы методика тренировки шахматиста
- Спортивный режим и физическая подготовка шахматиста
- Советская и зарубежная шахматная литература
- Физическая культура и спорт в России.

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Общая физическая подготовка – процесс разностороннего воспитания физических способностей и повышения уровня общей работоспособности организма спортсмена. Общефизическая подготовка является обязательной для шахматистов всех групп каждого года обучения и проводится еженедельно. Тренеры по ОФП в соответствии с программным материалом и индивидуальными особенностями шахматистов составляют годовой план и

подборку соответствующих физических упражнений для каждой группы. При проведении занятий по ОФП учитывается специфика шахматного спорта, характеризующихся малой двигательной активностью, используются различные эмоциональные упражнения, подвижные и спортивные игры. Каждый воспитанник спортшколы проходит медосмотр.

В число задач общей физической подготовки входит:

1. Укрепление здоровья;
2. Воспитание основных физических качеств;
3. Повышение уровня общей работоспособности;
4. Совершенствование жизненно важных навыков и умений.

Строевые упражнения

Построение в шеренгу, колонну (соблюдая определенный интервал и дистанцию). Выполнение команд: "Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", "Отставить!". Расчеты группа: по порядку, на первых и второй. Повороты на месте и в движении: направо, налево, кругом. Передвижения; шаг и бег на месте, походный (обычный) шаг, бег, переход с шага на бег и с бега на шаг, «изменение длины и частоты шагов. Перестроения: из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два, повороты в движении. Размыкание и смыкание: приставными шагами, в движении.

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 рук в упоре лежа).

Для мышц шеи и туловища наклоны (вперед, в сторону, назад), повороты (направо, налево), наклоны с поворотами и вращениями,

Для мышц ног: опускание ноги (прямой и согнутой, вперед, в сторону и назад), сгибание и разгибание ног стоя (полуприседания, приседания, выпады), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, на одной ноге), передвижение прыжками на одной и на обеих ногах на 30 метров.

Для мышц всего тела: приседание, выпады с наклонами туловища вперед, вращение туловища с круговыми движениями рук, упражнения на формирование правильной осанки.

Общеразвивающие упражнения с предметами

Со скакалкой - подскоки на обеих и одной ноге, с ноги на ногу, бег со скакалкой, подскоки на одной и обеих ногах.

4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ

Указания к выполнению контрольных упражнений. Описание тестов.

- **Прыжок в длину с места**

Используется для определения скоростно-силовых качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из исходного положения, стоя, стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние. Приземление осуществляется на обе ноги одновременно. Результат фиксируется по ближней точке тела к линии старта (в сантиметрах).

Инвентарь: рулетка, гимнастические маты

- **Бег 30 метров**

Используется для определения скоростных качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из положения «высокого старта» по сигналу тренера, испытуемый выполняет рывок от линии старта до преодоления полной дистанции. Результат фиксируется (в секундах).

Инвентарь: секундомер

- **Приседания**

Используется для определения общефизической подготовки.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- Упражнение выполняется за 30 с. Результат фиксируется (количество раз).

Инвентарь: секундомер.

Нормативы для ЭНП - 1 по теоретической подготовке.

1. Правила шахматной игры.
2. Первоначальные понятия.
3. Нотация.
4. Турнирная дисциплина, правило «Тронул - ходи, требования записи турнирной партии.

Контрольно-переводные нормативы для групп ЭНП-2 теоретической подготовке.

При выпуске из группы ЭНП- 2 и приеме в ТЭ- 1 года необходимо:

1. Знать основные положения шахматного кодекса, понимать значение спортивных соревнований.

2. Знать историю вопроса проникновения шахмат в Европу, рассказать о реформе шахмат, о испанских и итальянских шахматах XVI – XVII веков.
3. Владеть основными принципами разыгрывания дебюта. Показать знание стратегических идей Гамбита Эванса, венской партии, королевского Гамбита.
4. Показать умение осуществлять простые шахматные приемы (комбинации) в пределах 2 - 4-х ходов, составлять простейший план игры, давая оценку позиции.
5. Владеть основами пешечного Эндшпиля. Знать окончание «легкая фигура против пешки».

Нормативы

общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки.

Контрольные упражнения (тесты)

№	Развиваемое физическое качество	Юноши	Девушки
1	Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 6,9)	Бег на 30 м (не более 7,2)
2	Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)	Прыжок в длину с места (не менее 110 см)
3	Выносливость	Приседание без остановки (не менее 6 раз)	Приседание без остановки (не менее 6 раз)
4	Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)
		Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 5 раз)
		Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 4 раз)
5	Координация	Челночный бег 3X10 м (не более 10,4 с)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)
6	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с	Наклон вперед из положения стоя с

		выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола)	выпрямленными ногами (пальцами рук коснуться пола)
--	--	--	--

Нормативы для ТЭ - 1 по теоретической подготовке.

При выпуске из группы ТЭ - 1 и приеме в учебно-тренировочную группу 2-го года обучения необходимо:

1. Знать категории соревнований.
2. Рассказать о основных положениях теории Филодора.
3. Показать умение составлять план и оценку позиции в дебюте. Показать значение стратегических идей защиты двух коней, дебюта четырех коней.
4. Владеть сложными комбинациями на сочетание идей, уметь осуществлять прием «форпост».
5. Уметь ставить мат слоном и конем.

Нормативы для ТЭ - 2 по теоретической подготовке.

1. Знать разрядные нормы и требования по шахматам.
2. Знать системы соревнований по шахматам и уметь пользоваться таблицей очередности игры, определять цвет фигур. Знать разновидности контроля времени на обдумывание ходов.
3. Рассказать о французских и английских шахматистах середины XIX века. Показать понимание вклада П.Морфи в развитие шахматной теории.
4. Владеть понятием «инициатива в дебюте». Показать значение стратегических идей защиты Филидора, шотландской 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 легко-фигурных окончаниях, окончаниях типа «ладья и пешка против ладьи».
7. Иметь понятие о тренировке шахматиста.
8. Понимать необходимость изучения шахматной литературы для совершенствования знаний.

Нормативы для ТЭ - 3 по теоретической подготовке.

1. Иметь представление о роли СШ в развитии спорта в нашей стране.
2. Уметь организовывать и проводить простейшие шахматные соревнования, в том числе соревнования на приз «Белая ладья».
3. Рассказать об основных положениях теории В. Стейница, его творчестве, знании наследия В. Стейница для развития шахматной теории.
4. Рассказать о начальном этапе борьбы на первенство мира.
5. Дать исторический обзор развития шахмат в России.

6. Дать характеристику современных дебютов. Показать значение стратегических идей русской партии, скандинавской защиты, французской защиты, принятого ферзевого гамбита, старо-индийской защиты.
7. Владеть основными приемами атаки на короля, продемонстрировать умение вести игру на ограничение подвижности фигур противника.
8. Владеть основными приемами борьбы в много-пешечных окончаниях и окончаниях типа «ладья с пешкой против ладьи с пешкой».
9. Показать знание основных этапов подготовки шахматиста.
10. Выполнить норматив I юношеский разряд.

Нормативы для ТЭ - 4 по теоретической подготовке.

1. Продемонстрировать знание курсов начальной и учебно-тренировочной подготовки.
2. Знать функции Федерации по виду спорта и Комитета по физической культуре и спорту.
3. Получить зачет по судейству и организации соревнований.
4. Рассказать о творческом наследии Н.И. Чигорина, Э. Ласкера, о шахматной жизни в начале XX века. Знать довоенный период советской шахматной школы.
5. Владеть методами работы над дебютом. Показать знание стратегических идей Алёхина, защиты Уфимцева, защиты Тарраша, славянской защиты, старо-индийского начала, голландской защиты, английского начала.
6. Владеть приемами защиты в шахматной партии, показать умение создавать слабости в лагере противника.
7. Владеть приемами борьбы в сложных много-пешечных и ладейных окончаниях.
8. Знать схему построения индивидуального плана и графика тренировочных занятий шахматами.
9. Понимать значение правильного режима и двигательной активности шахматиста.
10. Сделать обзор шахматной периодики и сборников турнирных партий крупнейших соревнований.

Нормативы

**общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации)**

Контрольные упражнения (тесты)

№	Развиваемое физическое качество	Юноши	Девушки
1	Скоростные качества	Бег на 30 м	Бег на 30 м

		(не более 6,7)	(не более 7)
2	Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
3	Выносливость	Приседание без остановки (не менее 10 раз)	Приседание без остановки (не менее 8 раз)
4	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)
5	Координация	Челночный бег 3X10 м (не более 10,1 с)	Челночный бег 3X10 м (не более 10,7 с)
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 5 раз)	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 5 раз)
6	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа

Нормативы

общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Контрольные упражнения (тесты)

№	Развиваемое физическое	Юноши	Девушки
---	------------------------	-------	---------

	качество		
1	Скоростные качества	Бег на 60 м (не более 10,5)	Бег на 60 м (не более 11)
2	Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
3	Выносливость	Приседание без остановки (не менее 10 раз)	Приседание без остановки (не менее 8 раз)
		Бег 1000 м (не менее 4 мин 05 с)	Бег 1000 м (не менее 6 мин)
4	Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз)
		Подъем туловища лежа на спине (не менее 16 раз)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 12 раз)
		Подтягивание из виса на перекладине (не менее 6 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 15 раз)
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 5 раз)	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола (не менее 5 раз)
6	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа
7	Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	Кандидат в мастера спорта

1. Иметь четкое представление о понятии «Моральный облик шахматиста».
2. Сдать зачет по судейству и организации соревнований.
3. Рассказать о творчестве Х.-Р. Капабланки, гипермодернистах, А. Алёхине. Знать роль ФИДЕ в международной шахматной жизни.

4. Уметь объяснить смысл концентрического метода и изучения дебютов. Показать знание стратегических идей защиты Грюнфельда, защиты Нинцовича, дебюта Рети.
5. Владеть понятиями «стратегическая и тактическая защита», «стратегическая атака».
6. Уметь разыгрывать позиции с компенсацией за ферзя, ладью, легкую фигуру.
7. Знать закономерности тренировки шахматиста.
8. Выполнить норматив I юношеский разряд.

5. МЕДИЦИНСКИЙ КОНТРОЛЬ

Контроль над состоянием здоровья спортсменов осуществляется в ОВФД. Медицинское обследование спортсмены проходят два раза в год.

6. ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Общие требования техники безопасности.

1. Настоящая инструкция предусматривает безопасное поведение спортсменов в спортивной школе.
 - 1.2. Допуск к тренировочному процессу (ТП) осуществляется по заключению врача о состоянии здоровья, после прохождения инструктажа по технике безопасности.
 - 1.3. За нарушение дисциплины и невыполнение настоящей инструкции спортсмен отстраняется от занятий. При повторном нарушении на тренерском совете рассматривается вопрос об исключении из школы.
 - 1.4. За порчу имущества и инвентаря спортсмен несёт материальную ответственность.
2. Требования безопасности перед началом ТП.
 - 2.1. На тренировку необходимо приходить здоровым, без признаков гриппозных заболеваний.
 - 2.2 Снять верхнюю одежду, надеть сменную обувь.
3. Требования безопасности во время проведения ТП.
 - 3.1. Занятие начинается по команде тренера.
 - 3.2. При проведении занятий запрещается:
 - сидеть и опираться на столы;
 - выходить без разрешения тренера;
 - брать без разрешения тренера инвентарь;
 - использовать тренировочный инвентарь не по назначению.

Комплекты шахмат должны быть без надломов и трещин.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.
 - 4.1. В случае непредвиденных ситуаций (пожар, подтопление водой и т. д.) вести себя спокойно, не создавать панику, выполнять команды тренера.
5. Требования безопасности по окончании ТП.
 - 5.1. Сдать инвентарь тренеру.
 - 5.2. Переобуться, надеть верхнюю одежду без суеты, выйти из спортивной школы.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта шахматы
2. Алаторцев В., Болеславокий И., Рохлин Я. по шахматам И., 1965.
3. Батурицкий В. Д. Шахматное творчество (в 3-х томах). И. ФиС, 1965, 1966, 1968.
4. Бондаревский И. З. Борис Спасский штурмует олимп, 1969.
5. Бронштейн Д.И. Международный турнир гроссмейстеров., ФаиС, 1960.
6. Васильев В.Л. Жизнь шахматиста, Время, Аяаостан;1959.
7. Голинищев В. Программа подготовки шахматистов 3 -1 разрядов. Издание ВПК. М., 1969, 1971, 1974,
8. Зак В.Г. "Ласкер". М., ФиС, 1963.
9. Зак Г. О маленьких для больших. М., ДО, 1973.
- 10.Капабланка Х-Р. Учебник шахматной игры. П., ФиС, 197В.
11. Капабланка Х-Р. Последние шахматные лекции. М, ФЛ, 1577.
- 12.Каражан Ю.И. Основы судейства в шахматах Л., "Советская Россия" 1974.
- 13.Карпов А.Е. Избранные партии. П., ФиС, 1978.
- 14.Кобленц А.Н, Школа шахматной игры. Рига, 1962.
- 15.Котов А.А. Александр Алёхин П., «1С, 1973.
- 16.Котов А.А. Тайны мышления шахматиста, Ивдав» ЯК, П., 1970.
- 17.Крогиус Н.В. Психологическая подготовка. М., ФИС. 1975.
- 18.Линдер И. У истоков шахматной культуры. Знание "1967.