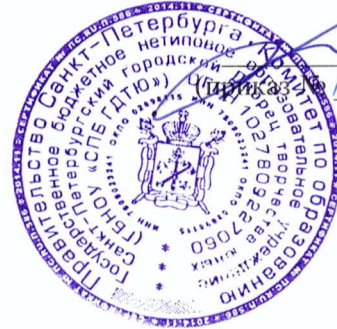


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

**ПРИНЯТА**

Малым педагогическим советом  
СДЮСШОР № 2  
(протокол от «18» апреля 2022 г. № 4)



**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор  
М.Р. Катунцова  
-Од от 5.04.2022 г)

**Программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы**

*Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта шахматы  
от 12 октября 2015 г № 930*

**Возраст учащихся – с 9 лет**

**Срок реализации программы – без ограничения**

**Разработчики:**

Юнеев Алексей Михайлович  
тренер-преподаватель,  
Белозеров Владимир Николаевич  
инструктор-методист

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»  
(протокол от 5.04.2022 г. № 8)

Санкт-Петербург  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа спортивной подготовки по виду спорта шашки (далее - Программа) разработана Специализированной детско-юношеской спортивной школой олимпийского резерва № 2 (далее - СДЮСШ ОР № 2) Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения «Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных» (далее - ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»).

Программа является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного, соревновательного и воспитательного процессов в СДЮСШ ОР № 2.

Программа составлена в соответствии законодательными, нормативными и методическими документами:

- Федеральным законом "О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ.
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об учреждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Нормативная часть данной Программы составлена на основании:

- распоряжения Комитета по физической культуре и спорту от 01.11.2017 № 478-р «Об утверждении Методических рекомендаций по применению системы оплаты труда работников государственных учреждений Санкт-Петербурга в области физической культуры и спорта».
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».
- Постановления Правительства Санкт-Петербурга от 01.11.2005 № 1675 «О системе оплаты труда работников государственных учреждений физкультурно-спортивной направленности Санкт-Петербурга» (в ред. от 26.07.2016).
- Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы// Приказ Министерства спорта РФ от 20 ноября 2014 года N 930.

### **Характеристика, отличительные особенности вида спорта шахматы**

С конца XX века игра в шахматы, содержащая в себе элементы искусства и науки, постепенно стала одним из популярных видов спорта во всём мире. Соревновательная деятельность, всё более напряжённая подготовка к турнирам, тяжёлый регламент турниров, новые жёсткие варианты контроля времени на обдумывание – все это требует предельной концентрации не только умственной деятельности, но и физических сил, а достижение высоких результатов невозможно без волевой мобилизации. Поэтому шахматы в наше время безоговорочно признаются абстрактно-игровым видом спорта, в котором требуется, прежде всего, профессиональная подготовка при важной вспомогательной роли физической подготовки, направленной на поддержание длительной умственной и физической работоспособности, а также преодоление нервных нагрузок. Ведущие педагоги по-прежнему признают полезность шахматных занятий для детей с целью развития интеллекта и формирования сильной целевой личности.

Вид спорта шахматы включает в себя следующие дисциплины:

- 1) классические шахматы – игра с длительным контролем времени на обдумывание, когда партия может продолжаться до 6 часов, или «классика»,
- 2) быстрые шахматы – игра с небольшим контролем времени и продолжительностью партии менее одного часа (или «рапид»),
- 3) молниеносная игра, или «блиц» - когда каждый играющий получает на партию 5 минут и менее.

Несмотря на сокращение продолжительности партий, «рапид» и «блиц» часто требуют от шахматистов гораздо большей концентрации всех сил и нервов, чем «классика», и поэтому участвовать в таких соревнованиях не легче, чем в турнирах по классическим шахматам.

### **Характеристика спортивных дисциплин вида спорта шахматы**

Соревнования по виду спорта шахматы проводятся в трех индивидуальных дисциплинах и одной дисциплине командного формата.

Таблица 1

#### **Номер-код вида спорта шахматы и дисциплин во Всероссийском реестре видов спорта**

№	Наименование вида спорта	Номер-код вида спорта	Номер –код спортивной дисциплины	Наименование спортивной дисциплины
1	шахматы	0880002511Я	шахматы - командные соревнования	0880062511Я
2	шахматы	0880002511Я	Шахматы (классика)	0880062511Я
3	шахматы	0880002511Я	блиц	0880022511Я
4	шахматы	0880002511Я	быстрые шахматы	0880032511Я

#### **Специфика организации тренировочного процесса**

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

**Структура системы многолетней подготовки шахматистов** включает два этапа:

- этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ);
- этап высшего спортивного мастерства (ВСМ),

Оба этапа связаны между собой, что обеспечивает единое направление в тренировочном процессе многолетней подготовки шахматистов по мере роста спортивного мастерства спортсменов.

Минимальный срок реализации программы:

На этапе совершенствования спортивного мастерства – 3 года,

На этапе высшего спортивного мастерства – 3 года.

Программой предусмотрена следующая временная организация тренировочного процесса:

- на этапе спортивного совершенствования – без ограничений,
- на этапе высшего спортивного мастерства – без ограничений.

Программа учитывает основополагающие принципы спортивной подготовки шахматистов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

**Принцип комплексности** предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса (теоретической, психологической и физической подготовки, педагогического контроля).

**Принцип преемственности** определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствие его требованиям этапов спортивной подготовки с учетом преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок.

**Принцип вариативности** предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных способностей спортсменов, разнообразие программного материала для практических занятий, а также разнообразие средств и методов тренировки, направленных на решение определенных задач подготовки.

Подготовка шахматистов различной квалификации к соревнованиям проводится круглогодично как в подготовительном, так и в соревновательном периодах.

Постоянно проводится комплексный анализ итогов выступления на соревнованиях. Во время соревнований специальная подготовка должна содержать:

- 1) построение тактического плана борьбы в зависимости от турнирного положения и подмеченных сильных и слабых сторон соперников;
- 2) определение дебютных схем к каждому противнику;
- 3) экспресс - анализ сыгранных партий для выявления крупных ошибок и коррекции плана борьбы;
- 4) составление и четкое соблюдение режима дня;
- 5) физзарядку, прогулки и другие формы поддержания физического тонуса и работоспособности;
- 6) отдых, снятие усталости и стресса.

Современные методы подготовки шахматиста к соревнованиям невозможны без применения компьютеров и информационных технологий. Компьютерные программы используются:

- 1) для развития и контроля тактических способностей и навыков качества шахматиста;
- 2) для совершенствования и контроля стратегических приёмов (это тренажёрные программы);
- 3) для дополнительного обучения и контроля на ранних этапах подготовки (это обучающие программы);
- 4) для совершенствования дебютного репертуара, подготовки к конкретным соперникам во время соревнований (это специальные базы данных);
- 5) для самостоятельной работы по изучению творчества выдающихся шахматистов и дидактических материалов (это, в основном, электронные книги и специальные тематические подборки материалов).

Компьютерные программы всех видов совершенствуются с каждым годом, появляются новые в большом количестве, а базы данных обновляются каждые две недели, и тренеру шахматистов высокой квалификации необходимо это учитывать при подготовке спортсменов к соревнованиям.

Также нельзя не учитывать достаточно интенсивное ежегодное появление новых книг по всем разделам шахмат.

Работа с литературой и периодикой в значительной мере дополняет подготовку шахматиста на компьютере.

#### **Программа позволяет решать ряд задач:**

- повышение уровня общей и специальной физической подготовки;
- укрепление здоровья, соблюдение требований личной и общественной гигиены,
- организацию планомерного медицинского контроля за состоянием здоровья спортсменов;

- соблюдение навыков спортивной этики и дисциплины;
- совершенствование технической и тактической подготовки спортсменов;
- профессиональная ориентация.

**Результатом реализации Программы является:**

- отбор одаренной молодежи в области физической культуры и спорта, в первую очередь в шахматах;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития перспективных спортсменов;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в шахматах;
- подготовка высококвалифицированных спортсменов для сборных команд Санкт-Петербурга и России для участия в соревнованиях городского, общероссийского, международного уровня;
- подготовку одаренной молодежи к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

При разработке программы был учтен передовой опыт обучения и подготовки спортсменов- шахматистов, результаты научных исследований по юношескому спорту, практические рекомендации по возрастной физиологии и педагогике, спортивной медицине, гигиене и психологии.

Результатом реализации Программы на этапе высшего спортивного мастерства является:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

**Примерный план распределение учебных часов  
по видам и этапам подготовки по виду спорта шахматы**

Вид спортивной подготовки	Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	Этап высшей		
	ССМ-1	ССМ-2	ССМ-3	Весь период
Теоретическая, психологическая подготовка				
1.1. Теоретическая, психологическая подготовка	290	290	290	266
2. Практическая подготовка				
2.1. Общая физическая подготовка	72	72	72	84
2.2. Специальная физическая подготовка	72	72	72	84
2.3. Техническая, тактическая подготовка	556	556	556	666
2.6. Участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика	532	532	532	412
3. Медицинское обследование, восстановительные мероприятия	30	30	30	32
<b>Всего объем часов</b>	<b>1456</b>	<b>1456</b>	<b>1456</b>	<b>1664</b>

**Учебно-тематический план для групп ССМ – 1  
этапа совершенствования спортивного мастерства  
по виду спорта шахматы**

№ п/п	Изучаемая тема, практические занятия	Кол-во часов	По тематическому разделу
		По виду подготовки	
<b>Теоретические занятия</b>			
<b>1.</b>	<b>Теоретическая и психологическая подготовка</b>	<b>290</b>	
1.1	История развития шахмат		34
1.2	Дебют		90
1.3	Миттельшпиль		80
1.4	Эндшпиль		60
1.5	Психологическая подготовка		26
	<b>Практические занятия</b>		
<b>2.</b>	<b>Общефизическая подготовка</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>3.</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>4.</b>	<b>Техническая, тактическая подготовка</b>	<b>556</b>	
4.1	Анализ сыгранных партий		190
4.2	Решение упражнений, задач, этюдов		120
4.3	Тематические турниры		130
4.4	Технико-тактическая подготовка с использованием информационных технологий		116
<b>5.</b>	<b>Участие в соревнованиях, инструкторская, судейская</b>		

	<b>практика</b>		
5.1	Участие в соревнованиях	436	340
5.2	Инструкторская и судейская практика		80
5.3	Контрольно-переводные испытания		16
6	<b>Медицинские обследования, восстановительные мероприятия</b>	20	30
	<b>Всего часов теории и практики</b>	<b>1456</b>	<b>часов</b>

**Учебно-тематический план для групп ССМ – 2  
этапа совершенствования спортивного мастерства  
по виду спорта шахматы**

№ п/п	Изучаемая тема, практические занятия	Кол-во часов	
		По виду подготовки	По тематическому разделу
<b>Теоретические занятия</b>			
<b>1.</b>	<b>Теоретическая и психологическая подготовка</b>	290	
1.1	История развития шахмат		34
1.2	Дебют		90
1.3	Миттельшпиль		80
1.4	Эндшпиль		60
1.5	Психологическая подготовка		26
	<b>Практические занятия</b>		
<b>2.</b>	<b>Общефизическая подготовка</b>	72	72
<b>3.</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	72	72
<b>4.</b>	<b>Техническая, тактическая подготовка</b>	556	
4.1	Анализ сыгранных партий		190
4.2	Решение		120



	упражнений, задач, этюдов		
4.3	Тематические турниры		130
4.4	Технико- тактическая подготовка с использовани ем информационн ых технологий		116
<b>5.</b>	<b>Участие в соревнованиях , инструкторска я, судейская практика</b>		
5.1	Участие в соревнованиях	<b>436</b>	340
5.2	Инструкторска я и судейская практика		80
5.3	Контрольно- переводные испытания		16
<b>6</b>	<b>Медицинские обследования, восстановител ьные мероприятия</b>	<b>20</b>	30
	<b>Всего часов теории и практики</b>	<b>1456</b>	<b>часов</b>

**Учебно-тематический план для групп ССМ – 3  
этапа совершенствования спортивного мастерства  
по виду спорта шахматы**

№ п/п	Изучаемая тема, практические занятия	Кол-во часов	По тематическому разделу
		По виду подготовки	
<b>Теоретическ ие занятия</b>			
<b>1.</b>	<b>Теоретическая и психологическ ая подготовка</b>	<b>290</b>	
1.1	История развития шахмат		34
1.2	Дебют		90
1.3	Миттельшпиль		80
1.4	Эндшпиль		60

1.5	Психологическая подготовка		26	
	<b>Практические занятия</b>			
2.	<b>Общефизическая подготовка</b>	72	72	
3.	<b>Специальная физическая подготовка</b>	72	72	
4.	<b>Техническая, тактическая подготовка</b>	556		
4.1	Анализ сыгранных партий			190
4.2	Решение упражнений, задач, этюдов			120
4.3	Тематические турниры			130
4.4	Технико-тактическая подготовка с использованием информационных технологий			116
5.	<b>Участие в соревнованиях, инструкторская, судейская практика</b>	436		
5.1	Участие в соревнованиях			340
5.2	Инструкторская и судейская практика			80
5.3	Контрольно-переводные испытания			16
6	<b>Медицинские обследования, восстановительные мероприятия</b>	20	30	
	<b>Всего часов теории и практики</b>	<b>1456</b>	<b>часов</b>	

**Учебно-тематический план для групп ВСМ  
этапа высшего спортивного мастерства  
по виду спорта шахматы**

№ п/п	Изучаемая тема, практические занятия	Кол-во часов	Тематический раздел
		Вид подготовки	
<b>Теоретические занятия</b>			
<b>1.</b>	<b>Теоретическая и психологическая подготовка</b>	<b>266</b>	
1.1	История развития шахмат		
1.2	Дебют		
1.3	Миттельшпиль		
1.4	Эндшпиль		
1.5	Психологическая подготовка		
	<b>Практические занятия</b>		
<b>2.</b>	<b>Общефизическая подготовка</b>	<b>84</b>	<b>84</b>
<b>3.</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>84</b>	<b>84</b>
<b>4.</b>	<b>Техническая, тактическая подготовка</b>	<b>666</b>	
4.1	Анализ сыгранных партий		
4.2	Решение упражнений, задач, этюдов		
4.3	Тематические турниры, спарринг-тренировки		
4.4	Технико-тактическая подготовка с использованием информационных технологий		
<b>5.</b>	<b>Участие в соревнованиях, инструкторская, судейская практика</b>	<b>532</b>	
5.1	Участие в соревнованиях		
5.2	Инструкторская и судейская		

	практика		
5.3	Контрольно-переводные испытания		16
6	<b>Медицинские обследования, восстановительные мероприятия</b>	32	32
	<b>Всего часов теории и практики</b>	<b>1664</b>	<b>часов</b>