

**УТВЕРЖДЕНО**

решением экспертного совета регионального Центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи Московской области (в структуре автономной некоммерческой общеобразовательной организации «Областная гимназия им. Е.М. Примакова») от « 03 » декабря 2021 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**



Директор АНОО «Областная гимназия им. Е.М. Примакова»

М.О. Майсурадзе

« 03 » декабря 2021г.

**Интенсивная профильная программа спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»  
«Шахматы. Совершенствование качества игры»**

**Направление**

Спорт (Шахматы)

**Название программы**

«Шахматы. Совершенствование качества игры»

**Автор программы**

**Игорь Петрович Ягунов** – российский шахматист, международный гроссмейстер, мастер спорта СССР.

**Целевая аудитория**

Юные шахматисты, обучающиеся в образовательных организациях Московской области, реализующих программы общего и дополнительного образования, а также проходящих спортивную подготовку в муниципальных и региональных учреждениях физической культуры и спорта.

**Аннотация к программе**

Сохранение Россией статуса ведущей шахматной державы в новых условиях требует совершенствования системы подготовки и отбора талантливых юных спортсменов, способных достигать необходимого уровня конкурентоспособности на шахматных соревнованиях.

Существенное значение в развитии одаренных шахматистов играет процесс совершенствования их аналитического мышления, а также способности оперативно и адекватно ориентироваться в огромном объеме информации.

При разработке данной программы использованы: передовой опыт ведущих тренеров по шахматам, результаты научных исследований и рекомендации экспертов.

**Актуальность программы:**

- индивидуальный подход высококвалифицированного тренерско-преподавательского состава к подготовке каждого спортсмена;
- мастер-классы от ведущих шахматистов и тренеров МО и РФ;

- лекций и практические занятия от признанных специалистов по теории шахмат;
- применение высокотехнологичных методик обучения;
- развитие эмоциональной устойчивости юных спортсменов.

### **Цель программы:**

Выявление, развитие и дальнейшая профессиональная поддержка спортивно одарённых юных шахматистов.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие**

- совершенствование дебютной подготовки;
- развитие стратегических и тактических навыков;
- набор игровой спортивной формы перед соревнованиями;
- выбор плана (алгоритм) ведения шахматной партии, исходя из требований конкретной позиции, с учётом особенностей детских и юношеских соревнований;
- формирование навыка понимания основ позиционной игры в шахматах;
- совершенствование техники эндшпиля;
- освоение высоких тренировочных нагрузок.

#### **Развивающие**

- улучшения у юных шахматистов целеустремлённости, усидчивости аналитических способностей;
- развитие эмоциональной сферы, умение управлять своим эмоциональным состоянием;
- развитие умения работы в коллективе.

#### **Воспитательные**

- создание условий для социальной адаптации и творческой самореализации;
- воспитание общественной активности и равнодушия в юных спортсменах, взаимопомощи и уважения чужого мнения;
- развитие адекватного восприятия успехов и неудач, психологической устойчивости во время ответственных соревнований;
- формирование волевых качеств, ответственности за результат, гордость за высокие достижения отечественной шахматной школы.

### **Содержательная характеристика образовательной программы**

Программа состоит из трёх частей:

- общая физическая подготовка;
- теоретическая подготовка;
- соревновательная подготовка.

Общая и специальная физическая подготовка состоит из комплекса упражнений в тренажёрных залах и спортивных игр на открытых площадках.

Теоретическая часть подготовки представляет собой лекционные занятия по теории различных стадий шахматной игры.

Общая соревновательная подготовка состоит из комплекса тематических турниров по быстрым шахматам и разыгрывание технических позиций, а также конкурсов, викторин и общей игровой практики.

### **Тренировочный план\***

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Всего часов</b>
<b>1.</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>		<b>14</b>
1.1	Занятия на футбольном поле	5	
1.2	Занятия в тренажёрном зале	2	
1.3	Занятия в спортивном зале	4	
1.4	Занятия в бассейне	3	
<b>2.</b>	<b>Специальная теоретическая подготовка</b>		<b>26</b>
2.1.	Изучение теории дебютов	12	
2.2.	Изучение типовых позиций миттельшпиля	6	
2.3.	Изучение теории эндшпиля	8	
<b>3.</b>	<b>Соревновательная подготовка</b>		<b>16</b>
3.1.	Тренировочные турниры и партии	12	
3.2.	Конкурс решения задач и этюдов	2	
3.3.	Шахматная викторина	2	
<b>4.</b>	<b>Всего часов по программе</b>		<b>56</b>

*\* Примечания:*

*Объем и интенсивность тренировочной нагрузки спортсменов определяется текущим уровнем их физической подготовленности и может варьироваться в зависимости от индивидуальной переносимости тренировочных нагрузок, планов предстоящей соревновательной деятельности. Допускается перераспределение объема тренировочной нагрузки между теоретической и практической частями программы.*

### **Ожидаемые результаты:**

- закрепление ранее имеющихся навыков;
- новые теоретические знания;
- хороший уровень функциональной и общей физической подготовки перед соревнованиями;
- повышение уровня спортивной формы в виде спорта «Шахматы» перед соревнованиями.

## **Требования к условиям организации образовательного процесса**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Единица измерения</b>	<b>Количество</b>
<b>Спортивно-оздоровительные объекты</b>			
1.	Футбольное поле с натуральным покрытием	единица	1
2.	Тренажёрный зал с фитнес оборудованием	единица	1
3.	Спортивный зал	единица	1
4.	Бассейн	единица	1
<b>Аудитории</b>			
5.	Аудитория для проведения учебных занятий и тренировочных соревнований по шахматам на 10 человек	единица	1
<b>Спортивное оборудование и инвентарь</b>			
8.	Доски шахматные	штук	9
9.	Шахматы	комплект	9
10.	Часы шахматные	штук	9
11.	Ворота футбольные переносные, уменьшенных размеров	комплект	1
12.	Насос универсальный для накачивания мячей	комплект	1
13.	Мяч футбольный	штук	1
14.	Мяч мини-футбольный	штук	1
15.	Мяч баскетбольный	штук	1
16.	Мяч волейбольный	штук	1
17.	Сетка волейбольная	штук	1
<b>Мультимедийное оборудование</b>			
18.	Мультимедийный проектор	штук	1

### **Оценка реализации и результаты образовательной программы**

Оценка реализации Программы осуществляется на основе итоговой индивидуальной оценки, которая формируется на основе совокупного учёта данных:

- тренерского контроля в течение смены;
- спортивно-технических результатов в текущем и/или завершённом соревновательном сезоне.

### **Кадровое обеспечение для реализации программы \***

- тренеры, реализующие программы спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы», имеют необходимую квалификацию в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер»;
- приглашённые ведущие специалисты в сфере физической культуры и спорта.

### **Перечень литературы**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы», утверждённый приказом Минспорта России от 12.10.2015 № 930 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы».

2. Дреев А.С. Московский вариант. Анти-Московский гамбит, СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2010. – 208 с.
3. Халифман А.В. Дебют белыми по Ананду 1.e4, том 13, СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2010. – 368 с.
4. Дреев А.С. Меранский и Анти-Меранский варианты, СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2011. – 208 с.
5. Халифман А.В. Дебют белыми по Ананду 1.e4, том 14, СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2012. – 264 с.
6. Сакаев К.Р. Славянская защита. Часть 1. – С.-П.: Изд. Сакаев К.Р., 2012 – 400 с.
7. Сакаев К.Р. Славянская защита. Часть 2. – С.-П.: Изд. Сакаев К.Р., 2014 – 400 с.
8. Маланюк В. Марусенко П. 1...f5. Универсальная Голландская защита, СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2014. – 304 с.
9. Псахис Л.Б. Шахматная тактика для совершенствующихся. – М: Русский шахматный дом, 2015. – 360 с.
10. Аврух Б., Огард Я., Бауэр К., Нильсен П. и другие. Гроссмейстерский репертуар. 1. e4 c5. Как играть против Сицилианской защиты. Том пятый. – М: Русский шахматный дом, 2016. – 480 с.
11. Тимощенко Г.А. Гроссмейстерский репертуар. Сицилианская защита. Челябинский вариант. Том шестой. – М: Русский шахматный дом, 2016. – 656 с.
12. Дворецкий М.И. Учебник эндшпиля. – М: Изд. «Андрей Ельков», 2016. – 536 с.
13. Гельфанд Б.А. Принятие позиционных решений в шахматах. М: РШФ, 2016. – 344 с.
14. Бологан Виорел. Оружие Бологана за чёрных в открытых дебютах. – М: Изд. «Андрей Ельков», 2016. – 560 с.
15. Бологан Виорел. Испанская партия по Бологану за чёрных. – М: Изд. «Андрей Ельков», 2017. – 560 с.
16. Щербаков Р.В. Гроссмейстерский репертуар. Славянский треугольник. Репертуар за чёрных. Том седьмой. – М: Русский шахматный дом, 2017. – 552 с.
17. Корнев А.Н. Практический репертуар за чёрных в 2 т. – СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2017. т. 1: Славянская защита и другие – 304 с.
18. Корнев А.Н. Практический репертуар за чёрных в 2 т. – СПб.: Изд. Соловьёв Сергей Николаевич, 2017. т. 2: Защита Каро-Канн и другие – 352 с.
19. Диеццли Г.М. Стратегия и тактика шахмат. – М: Русский шахматный дом, 2017. – 520 с.
20. Соколов И. Шахматы. Типовые позиции миттельшпиля. – М: Русский шахматный дом, 2017. – 344 с.
21. Джон Нанн. Шахматы. Понимание миттельшпиля. – М: Русский шахматный дом, 2017. – 304 с.
22. Бологан Виорел. Защита Каро-Канн. Репертуар за чёрных. – М: Изд. «Андрей Ельков», 2018. – 360 с.
23. Гельфанд Б.А. Принятие динамических решений в шахматах. М: РШФ, 2018. – 336 с.



24. Панченко А.Н. Теория и практика шахматных окончаний. – М: Русский шахматный дом, 2018. – 400 с.

25. Марин М. Учитесь у шахматных легенд. 2-е издание, дополненное. – М: Русский шахматный дом, 2018. – 528 с.

26. Джон Нанн. Секреты практических шахмат. – М: Русский шахматный дом, 2019. – 304 с.

27. Сергей Ткаченко. Заклинатель шахматных фигур. 100 этюдов чемпиона мира Олега Первакова. – М: Изд. «Андрей Ельков», 2019. – 272 с.

### **Электронные ресурсы программы**

1. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>

2. Национальная антидопинговая организация «РУСАДА» <https://rusada.ru/>

3. Министерство физической культуры и спорта Московской области <https://mst.mosreg.ru/>

4. Международная шахматная федерация ФИДЕ (FIDE) <https://fide.com/>

5. Всероссийская общественная организация «Федерация шахмат России» <https://ruchess.ru/>

6. Ассоциация общественных объединений «Межрегиональная федерация шахмат Центрального Федерального округа» <https://cfochess.ru/>

7. Московская областная общественная организация «Федерация шахмат Подмосковья» <https://mosoblchess.ru/>

### **Описание постпрограммного сопровождения обучающихся**

Ознакомление с методическими материалами тренировочных занятий, соревновательной практики, лекциями и мастер-классов приглашённых специалистов.

### **Экспертные заключения и рекомендации по использованию программы**

Образовательная программа апробирована и успешно реализуется на базе Регионального Центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи Московской области «Взлёт».