

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Ростова-на-Дону
«Спортивная школа №4»**

Рассмотрено
на заседании Педагогического
совета №1
«25» августа 2025г.



Утверждаю
директор МБУ ДО СШ №4
В.В. Жихарцев
приказ от 25.08.2025 № 21-Д

**Дополнительная образовательная программа спортивной
подготовки по виду спорта «шахматы»**

(Разработана в соответствии федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. N 952 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»)

Срок реализации программы на этапах:
Этап начальной подготовки – 2 года
Учебно-тренировочный этап
(этап спортивной специализации) – 5 лет

Авторы-разработчики:
Тумко С.Е., заместитель директора
по учебно-спортивной работе;
Мануйлова В.В., инструктор-методист

Ростов-на-Дону
2025-2026 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	наименование раздела	стр.
1.	Общие положения	3
2.	Характеристика Программы	3
2.1	Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы обучающихся по отдельным этапам, количество обучающихся, лиц, проходящих спортивную подготовку, в группах на этапах спортивной подготовки.	4
2.2	Объем Программы	7
2.3	Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы	7
2.4	Годовой учебно-тренировочный план	10
2.5.	Календарный план воспитательной работы	10
2.6.	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	13
2.7.	Планы инструкторской и судейской практики	13
2.8.	Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	14
3.	Система контроля	15
3.1.	Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях	15
3.2.	Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	16
3.3	Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки	16
4.	Рабочая программа	18
4.1.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки по виду спорта шахматы	18
4.2.	Учебно-тематический план	22
5.	Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам	27
6.	Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	27
6.1.	Материально-технические условия реализации Программы	27
6.2.	Кадровые условия реализации Программы	31
7.	Информационно-методические условия реализации программы	32
	Приложение 1	34
	Приложение 2	40
	Приложение 3	43
	Приложение 4	50

1. Общие положения

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки (далее - Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по шахматам, включая дисциплины: командные соревнования, шахматы, блиц, быстрые шахматы, шахматная композиция, заочные шахматы, с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 952 (далее - ФССП).

Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Система многолетней спортивной подготовки представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп, которая основана на целенаправленной двигательной активности: оптимальное соотношение процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования двигательных умений, навыков и различных сторон подготовленности; рост объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постоянно изменяется; строгое соблюдение постепенности в процессе наращивания нагрузок; одновременное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого.

Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоение материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом занимающихся

2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Шахматы являются одним из популярных видов спорта во всем мире. Спортивную деятельность шахматиста обычно ассоциируют с умственной работой, имеющей яркую эмоциональную окраску. 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. Шахматы, как вид соревновательной деятельности относятся, согласно Л.П. Матвееву, в общей классификации к группе абстрактно-игровых видов спорта, исход состязаний в которых в решающей мере определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника. Эта

особенность шахмат, несомненно, оказывает определенное влияние и на систему подготовки, в которой в отличие от других видов спорта центральное место занимает профессиональная шахматная подготовка, а физическая подготовка решает лишь задачи общего характера, например, развитие общей выносливости. 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 овладением и совершенствованием мастерства на базе уже приобретенных навыков и умений общей подготовки.

Спортивные дисциплины вида спорта «шахматы»

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины						
шахматы – командные соревнования	088	006	2	8	1	1	Я
шахматы	088	001	2	8	1	1	Я
блиц	088	002	2	8	1	1	Я
быстрые шахматы	088	003	2	8	1	1	Я
шахматная композиция	088	004	2	8	1	1	Я
заочные шахматы	088	005	2	8	1	1	Я

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (приложение № 1 к ФССП):

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам: на этап начальной подготовки зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет. При этом при комплектовании учебно-тренировочных групп разница в возрасте зачисляемых лиц не должна быть более двух лет. На этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других организациях и (или) по другим видам спорта и выполнивших требования, необходимые для зачисления, согласно нормативам по физической подготовке, установленных в дополнительной образовательной программе по виду спорта «шахматы» с учетом сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастных границ лиц, проходящих спортивную подготовку, по

отдельным этапам.

Этапы спортивной подготовки	Сроки реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	8	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не устанавливается	10	2

При комплектовании учебно-тренировочных групп Школа:

- формирует группы по виду спорта «шахматы» и этапам спортивной подготовки;
- учитывает возможность перевода обучающихся из других учреждений.

Определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп с учетом соблюдения единовременной пропускной способности спортивного сооружения и обеспечения требований по соблюдению техники безопасности:

- на этапе начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом минимальных требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специальности)
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные тренировочные мероприятия			
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3.	Учебно-тренировочные мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 дня подряд и не более двух тренировочных мероприятий в год	
2.5	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

2.2. Объём Программы

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше двух лет
Количество часов в неделю	4,5	6	12	14
Общее количество часов в год	312	312	624	728

Этап начальной подготовки:

НП-1 количество часов в неделю - 6 ч., общее количество часов в год – 312 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 2 часа.

НП-2 количество часов в неделю 6 ч. - общее количество часов в год - 312 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 2 часа.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации):

УТ-1 количество часов в неделю - 12 ч., общее количество часов в год – 624 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 3 часа.

УТ-2 количество часов в неделю - 12 ч., общее количество часов в год - 624 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 3 часа.

УТ-3 количество часов в неделю - 12 ч., общее количество часов в год - 624 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 3 часа.

УТ-4 количество часов в неделю - 14 ч., общее количество часов в год - 728 ч., продолжительность одного тренировочного занятия - 3 часа.

2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Учебно-тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные, смешанные) в том числе с использованием дистанционных технологий.

Самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам подготовки, в том числе с использованием дистанционных технологий.

Учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 3 к ФССП)

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18

2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

Объем соревновательной деятельности (приложение №4 к ФССП)

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Контрольные	3	4	4	4
Отборочные	-	2	2	2
Основные	-	1	1	2

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях, согласно Единой всероссийской спортивной классификации, и правилам вида спорта «шахматы»;
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями;

Школа, реализующая дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, направляет обучающихся и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных

мероприятиях и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

Ограничения на участие в соревнованиях

Лица, не достигшие возраста, указанного как минимальный возраст спортсмена для участия в соревнованиях, не допускаются до участия в соревнованиях.

Лица, в отношении которых применена и действует спортивная санкция в виде дисквалификации, не допускаются до участия в соревнованиях.

Лицо, не предъявившее документ, удостоверяющий личность, либо документ, удостоверяющий возможность принимать участие в соревнованиях по медицинским показаниям, не допускается до участия в соревнованиях.

2.4. Годовой учебно-тренировочный план

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы», рассчитана на 52 часа в год. Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом. В план включается период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса. Самостоятельная подготовка составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом (приложение 1).

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки (приложение №5 к ФССП)

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
1.	Общая физическая подготовка (%)	14-16	8-14	4-8	4-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)	–	–	4-6	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	–	2-4	3-5	5-12
4.	Техническая подготовка (%)	32-42	32-40	30-32	32-34
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	44-48	44-48	42-46	42-46
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	–	1-3	2-4	2-4

7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4
----	---	-----	-----	-----	-----

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

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

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

На основании годового плана спортивной подготовки утверждается план учебно-тренировочного процесса и расписание учебно-тренировочных занятий для каждой тренировочной группы.

2.5. Календарный план воспитательной работы (приложение 2)

Календарный план воспитательной работы составляется на учебный год с учетом учебного плана, расписания учебно-тренировочных занятий и основных задач воспитательной работы по направлениям деятельности.

Календарный план воспитательной работы включает мероприятия по видам деятельности, направленные на:

- профориентационную работу;
- здоровьесбережение;
- патриотическое воспитание;
- развитие творческого мышления, а также на другие виды деятельности, определяемые Школой (представлен в приложении № 1 к Программе).

Профориентационная работа. Профориентационная работа включает в себя комплекс психолого-педагогических мер, направленных на профессиональное самоопределение обучающихся, и реализуется в учебно-тренировочном процессе через инструкторские и судейские практики. Целью профориентационной работы является оказание профориентационной поддержки обучающимся в процессе выбора сферы будущей профессиональной деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда. В качестве изучения сферы будущей профессиональной деятельности, обучающиеся участвуют в

спортивных соревнованиях различного уровня в качестве волонтера, помощника судьи и помощника секретаря (зона ответственности и возложение обязанностей на обучающихся зависит от этапа спортивной подготовки и уровня спортивной квалификации), в рамках которых рассматривается приобретение навыков судейства. Данный вид деятельности формирует у обучающихся уважительное отношение к решениям спортивных судей. Участие обучающихся в учебно-тренировочных занятиях в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора по спорту формирует у обучающихся педагогические навыки – информационно-коммуникационные, гностические, навыки наставничества, которые благоприятно сказываются на достижении обучающимися более высокого личного спортивного результата.

Здоровьесбережение. Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни в рамках спортивно-зрелищных мероприятий, посвященных дню здоровья и спорта, дает возможность обучающимся не только быть участниками мероприятия, но и получать знания по ведению протоколов спортивных соревнований, составлению положений и регламентов спортивных соревнований. Учебно-тренировочный процесс необходимо планировать в части соблюдения обучающимися режима питания и сна для полноценного восстановления организма. Правильный режим дня необходим для повышения работоспособности и выносливости, профилактики травм и переутомления после интенсивных физических нагрузок, поддержания оптимальных физических кондиций, укрепления иммунитета.

Патриотическое воспитание. Патриотическое воспитание – это систематическая и целенаправленная деятельность по формированию физически и духовно развитой личности, готовой к выполнению конституционного долга, морально стойкой, способной реализовать творческий потенциал, обладающей высоким уровнем гражданственности и патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству. Главной задачей патриотического воспитания является развитие морально-волевых качеств, воспитание силы, ловкости, выносливости, стойкости, мужества, дисциплинированности в учебно-тренировочном процессе. Школа проводит мероприятия, посвященные историческим фактам создания флага Российской Федерации, гимна Российской Федерации; встречи с Ветеранами спорта, презентации на темы: Герои – спортсмены Великой Отечественной войны, Герои-спортсмены локальных войн и др.

Основная роль по реализации календарного плана воспитательной работы отводится тренеру-преподавателю. Тренер-преподаватель должен помнить, что воспитательная работа должна являться обязательной составной частью учебно-тренировочного процесса наряду с обучением технико-тактическим элементам и развитием физических качеств обучающихся. При формировании календарного плана воспитательной работы включены мероприятия, рекомендованные федеральными, региональными и муниципальными органами исполнительной власти, в том числе из Календаря образовательных событий, приуроченных к государственным и национальным

праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории и культуры, а также перечня всероссийских мероприятий, реализуемых Общероссийской общественной организацией «Российский футбольный союз». Календарный план может корректироваться в течение учебного года в связи с происходящими в работе Школы изменениями: организационными, кадровыми, финансовыми и т.п.

2.6. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (приложение 3)

2.7. Планы инструкторской и судейской практики

№ п/п	Практика	Этапы подготовки	Наименование мероприятия	Содержание
1.	Инструкторская практика	НП-2, УТ-1,	Освоение методики проведения учебно-тренировочных занятий с начинающими спортсменами	Составление конспекта подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Самостоятельное проведение учебно-тренировочного занятия по шахматам в группе спортивно-оздоровительного этапа, этапа начальной подготовки
		УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4	Освоение методики проведения учебно-тренировочного занятия с начинающими спортсменами	Обучение основным тактическим приемам. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств
		УТ-3, УТ-4	Освоение методики проведения учебно-тренировочных занятий по общей физической подготовке	Проведение разминки (ОРУ), спортивные игры
		УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4	Освоение методики проведения учебно-тренировочного занятия с начинающими спортсменами	Обучение основным тактическим приемам. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств
2.	Судейская практика	НП-2, УТ-1	Участие в спортивно-массовом мероприятии в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований;	Фиксация результатов под руководством судьи-секретаря, судьи в соответствии с Положением о проведении соревнований
		УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4	Прохождение теста по правилам вида спорта шахматы(дисциплины)	Прохождение теста по правилам вида спорта шахматы(дисциплины)
		УТ-1, УТ-2, УТ-3, УТ-4	Участие в судейском семинаре с присвоением категории Юный судья	Участие в судейском семинаре с присвоением категории «Юный судья»
		УТ-3, УТ-4	Освоение методики проведения спортивно-массовых мероприятий	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий под руководством тренера-преподавателя

2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применение восстановительных средств

Медико-восстановительные мероприятия проводятся с целью медико-биологического сопровождения, медицинского обеспечения, осуществления восстановительных и реабилитационных мероприятий, организации спортивного питания (возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение).

Систематический контроль за состоянием здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении мероприятий), включает предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования); этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения.

Основанием для допуска лиц, обучающихся по дополнительным программам спортивной подготовки в образовательных организациях дополнительного образования, начиная с учебно-тренировочного этапа спортивной подготовки (этап спортивной специализации), к спортивным мероприятиям является наличие медицинского заключения о допуске к учебно-тренировочным мероприятиям и к участию в спортивных соревнованиях.

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Учебно-тренировочный этап спортивной специализации (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года

	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года

Основанием для допуска, обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки является наличие у него медицинского заключения с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации согласно возрастной группе.

Основанием для допуска, обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на учебно-тренировочном этапе спортивной подготовки (этап спортивной специализации) является наличие медицинского заключения о допуске к тренировочным мероприятиям и к участию в спортивных соревнованиях.

3. Система контроля

3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях по виду спорта «шахматы»;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности на учебно-тренировочных занятиях по виду спорта «шахматы» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- изучить антидопинговые правила;

- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3.2. Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой в организации на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее - тесты) – приложения 4, а также с учетом результатов участия, обучающегося в спортивных соревнованиях и достижений им соответствующего уровня спортивной квалификации.

3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки (приложение №6, №7 к ФССП)

Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	120	115

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «шахматы»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1.Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,2
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не более	
			17	11
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+9
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не менее	
			9,2	9,5
			-	-
2.Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			10	8
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, пальцами рук коснуться пола	количество раз	не менее	
			2	2
3.Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

4. Рабочая программа по виду спорта «шахматы»

4.1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки вида спорта «шахматы». Группы начальной подготовки.

Основными задачами в группах начальной подготовки 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, приобретение навыков участия в соревнованиях, выполнение нормативов 1-3 юношеского разряда.

При планировании подготовки юного шахматиста необходимо учитывать практический опыт, свидетельствующий, что для достижения в юношеском возрасте звания мастера спорта требуется, как правило, от 6 до 9 лет тренировочной работы.

В группах начальной подготовки занимающиеся как правило 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.

Для групп начальной подготовки 1 года обучения.

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.

Для групп начальной подготовки 2 года обучения

Основные положения шахматного кодекса. Значение спортивных мероприятий и их место в учебно-тренировочном процессе.

ДЕБЮТ.

Классификация дебютов. Значение флангов в дебюте. Захват центра с

флангов. Гамбиты. Стратегические идеи Итальянской партии, защиты 2-х коней дебюта 4-х коней, королевского гамбита.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Комбинация с мотивом «спертого мата», отвлечения, использование слабости последней горизонтали, разрушение пешечного центра, перекрытие, превращение пешки, уничтожение защиты.

План игры. Оценка позиции. Центр, централизация. Открытые и полуоткрытые линии. Тяжелые фигуры на открытых и полуоткрытых линиях.

ЭНДШПИЛЬ.

Пешечные окончания. Король и пешка против короля. Король и пешка против короля и двух пешек. Защищенная проходная. Пешечный прорыв.

Учебно-тренировочный этап.

В учебно-тренировочных группах первого года обучения – формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами, изучение сложных комбинаций на сочетании идей, овладение элементарными техническими приемами легко-фигурного Эндшпиля, ознакомление с теорией А. Филидора, усвоение понятия о тренировке и гигиене шахматистов.

В учебно-тренировочных группах второго года обучения – формирование устойчивого интереса к занятиям шахматами, развитие тактического зрения, приобретение навыков самостоятельной работы с шахматами. Ознакомление с приемами атаки в шахматной партии, проблемами центра, углубленное изучение легко-фигурных окончаний и основных приемов ладейного эндшпиля, изучение понятия инициативы в дебюте, расширение знаний по истории шахмат, изучение элементарных основ судейства и организации шахматных соревнований.

В тренировочных группах третьего года обучения – расширение полученных знаний, изучение теории В. Стейница, углубленное изучение темы «Атака на короля», ознакомление с характеристикой современных дебютов, совершенствование в изучении приемов эндшпиля и миттельшпиля, приобретение углубленных знаний о режиме шахматиста и методике тренеров.

В тренировочных группах четвертого и пятого года обучения – совершенствование теоретических знаний, изучение типовых позиций миттельшпиля, овладение принципами формирования дебютного репертуара, углубленное изучение сложных окончаний, овладение глубокими знаниями по истории шахмат, получение сведений о психологической и волевой подготовке.

В тренировочных группах 1 и 2 годов обучения соревновательная нагрузка в официальных турнирах обычно еще невелика, поэтому учебный процесс не подразделяется на периоды.

На последующих годах обучения (в учебно-тренировочных группах 3, 4 годов обучения) тренировочный процесс подразделяется на периоды: подготовительный, соревновательный, переходный. В зависимости от

календарного плана спортивных мероприятий соответствующим образом планируется тренировочный процесс подготовки шахматистов с тем, чтобы подвести спортсменов школы к основному соревнованию года в наилучшей спортивной форме и в состоянии оптимальной готовности.

В подготовительном периоде на первом этапе решаются общие задачи теоретической и практической подготовки, развития волевых качеств, спортивного трудолюбия, целеустремленности и настойчивости в устранении недостатков. На втором этапе подготовительного периода ведется непосредственная подготовка к предстоящему соревнованию.

В соревновательном периоде подводятся итоги тренировочной работы за прошедший этап подготовки, ставятся максимально высокие для данного шахматиста (команды) цели. Значимость соревнования определяется в зависимости от перспективного плана подготовки шахматиста. Вся учебно-тренировочная работа в соревновательном периоде проводится с учетом особенностей данного соревнования.

В переходном периоде осуществляется создание наилучших условий для отдыха центральной нервной системы. Тренировочный процесс, начиная с тренировочных групп четвертого года обучения, строится на основании индивидуально-группового плана на 2-4 спортсменов примерно одинакового уровня подготовки. Для перворазрядников, кандидатов в мастера и мастеров спорта могут быть составлены индивидуальные планы подготовки.

Для учебно-тренировочных групп 1 года обучения

Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные и товарищеские.

ДЕБЮТ.

План в дебюте. Оценка позиции в дебюте. Ловушки в дебюте. Связь дебюта с миттельшпилем.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Атака на короля. Комбинация как совокупность элементарных тактических идей. Комбинации с жертвой слона на h7. Комбинации на перекрытие и освобождение поля. Пешечные слабости.

Форпост. Вторжение на 7-ую (2-ую) горизонталь. ЭНДШПИЛЬ.

Общие принципы эндшпиля. Отдаленная проходная пешка. Ладья против пешек. Ладейные окончания. Ладья с пешкой против ладьи. Окончания ферзь против пешки. Шахматная композиция.

Для тренировочных групп 2 года обучения.

Физическая культура и спорт в Российской Федерации.

Единая спортивная классификация и ее значение для развития спорта.

Разрядные нормы и требования по шахматам.

Шахматный кодекс Российской Федерации. Судейство и организация соревнований.

Системы соревнований: круговая, нокаут, швейцарская. Контроль времени

на обдумывание ходов в партии.

ДЕБЮТ.

Стратегические идеи главных систем испанской партии, «сицилианской» защиты.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Атака в шахматной партии. Разноцветные слоны в миттельшпиле. Атака пешками. Атака фигурами. Пешечная фигурная атака. Атака в дебюте, миттельшпиле, эндшпиле.

Проблемы центра. Закрытый пешечный центр. Пешечный прорыв в центре и образование проходной пешки. Пешечный фигурный центр. Центр и фланги. Роль центра при фланговых операциях. Борьба с образованием у противника пешечного центра.

ЭНДШПИЛЬ.

Легко-фигурные окончания. Слон сильнее коня и конь сильнее слона.

Слоновые окончания. Слон с пешками против слона с пешками.

Для тренировочных групп 3 года обучения. Шахматный кодекс

Российской Федерации. Судейство и организация соревнований.

Организация и проведение шахматных соревнований. Положение о соревнованиях, регламент. Подготовка мест соревнований. Порядок открытия и закрытия соревнований. Порядок оформления отчета о соревнованиях.

ДЕБЮТ.

Эволюция взглядов на дебют. Характеристика современных дебютов.

Стратегические идеи защиты 2-х коней, французской защиты, ферзевого гамбита, защиты карокан.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Навыки позиционной игры. Слабость комплекса полей. Сдвоенные пешки.

Сильные и слабые поля. Отсталая пешка на полуоткрытой линии.

ЭНДШПИЛЬ.

Прием отталкивания. Пешечный прорыв. Активность короля в эндшпиле.

Переход в пешечный эндшпиль, как метод реализации перевеса. Типовые

эндшпили: Конь против пешек, слон против пешек и ладья против пешек.

Окончания с одноцветными слонами.

Для тренировочных групп 4 года обучения.

МИТТЕЛЬШПИЛЬ.

Пешечные цепи. Ограничение подвижности фигуры. Изолятор в центре.

Висячие пешки. Позиции с нестандартным соотношением материала.

Блокада. Тренировка техники расчета вариантов.

ЭНДШПИЛЬ.

Окончания ладья против 2-х легких фигур. Ладья против легкой фигуры с пешками. Использование пешечного перевеса на ферзевом фланге.

Основные методики тренировки шахматиста.

Соревнования и их значение в повышении спортивного мастерства. Методы сохранения спортивной формы между соревнованиями. Особенности построения учебно- тренировочного процесса перед соревнованиями.

Индивидуальный план и график тренировочных занятий шахматиста. Тренировочная нагрузка и работоспособность. Система восстановительных мероприятий. Основные требования, предъявляемые к организации учебно-тренировочного занятия.

4.2. Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/свыше одного года обучения	180/ 180		
	История возникновения вида спорта и его развития	20/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	20/20	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	20/20	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	20/20	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	20/20	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	20/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения
Теоретические основы судейства. правила вида спорта	20/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты)

				спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судей бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта
	Режим дня и питание обучающихся	20/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности . Рациональное, сбалансированное питание
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	20/20	ноябрь - май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря
Учеб-но-тренировочный этап (этап спортивной специ-	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения:	600/ 960		
	Роль и место физической культуры	70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт

анализа- ции	в формировании личностных качеств			как социальные феномены. Спорт- явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах
	История возникновения олимпийского движения	70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК)
	Режим дня и питание обучающихся	70/107	ноябрь	Расписание учебно- тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание
	Физиологические ос- новы физической культуры	70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические

				механизмы развития двигательных навыков
Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	70/107	январь		Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивной подготовки
Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	70/107	май		Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата
Психологическая подготовка	60/106	сентябрь-апрель		Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Системные волевые качества личности
Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	60/106	декабрь-май		Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к

				эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям
	Правила вида спорта	60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Правила и обязанности участников в спортивных соревнованиях

5. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивной дисциплине «шахматы»

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивной дисциплине «Шахматы» основаны на особенностях вида спорта «Шахматы». К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивной дисциплине «Шахматы» вида спорта «Шахматы» относятся:

- для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки;
- возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «Шахматы» не ниже всероссийского уровня;
- в зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки вида спорта «Шахматы».

6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

6.1. Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов

спортивной подготовки предусматривают:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие помещения для игры в шахматы;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного 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) Всероссийского 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);
- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение №10 у ФССП)

№ п/п	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
Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства			
11.	Доска шахматная с электронными фигурами	комплект	2
12.	Ноутбук со специальным программным обеспечением для вида спорта «шахматы»	штук	3
13.	Веб-камера	штук	2

Обеспечение спортивной экипировкой (приложение №11 к ФССП)

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
2.	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
3.	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
4.	Кроссовки утепленные	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
5.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1
6.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
7.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1

6.2. Кадровые условия реализации Программы

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «шахматы», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников Школы: уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «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 22.05.2022, 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 Школы.

Тренеры-преподаватели проходят аттестацию в целях подтверждения соответствия занимаемым ими должностям педагогических работников не ранее чем через два года и не позднее чем через пять лет после назначения на соответствующие должности педагогических работников.

Проведение аттестации педагогических работников в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям осуществляется один раз в пять лет на основе оценки их профессиональной деятельности аттестационными комиссиями, самостоятельно формируемыми организациями, осуществляющими образовательную деятельность.

Тренеры-преподаватели систематически повышают свой профессиональный уровень - проходят курсы повышения квалификации раз в 3 года.

7. Информационно-методические условия реализации программы

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта шахматы, утвержденный приказом Министерства Спортa РФ № 952 от 19 ноября 2022 года.
2. Правила вида спорта «Шахматы», утверждены приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 декабря 2020 г. № 988 с изменениями, внесенными приказами Министерства спорта Российской Федерации от 10 апреля 2023 г. № 243, от 11 мая 2023 г. № 315.
3. Приказ Министерства спорта РФ от 20 декабря 2022 г. N1276 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».
4. Воробьев Е.Е., Актуальный открытый дебют. Изд. 2018 г., 192 стр.
5. Глотов М.И., Эндшпиль. Задачник уровня 3 и 2 разрядов. Изд.2019 г., 88 стр.
6. Голенищев В.Е., Программа. Подготовка юных шахматистов 3,2,1 разряд. Изд. 1979-1980 г. г., 112 стр.
7. Иващенко С.Д. Учебник шахматных композиций. Том 1а. Изд. 2007г., 143 стр.
8. Калиниченко Н.М., Розенберг С.Г. Уроки шахматных окончаний. Изд.2022 г., 272 стр.
9. Калиниченко Н.М. 725 учебных матовых задач. Изд. 2020 г.,176 стр.
10. Левенфиш Г.Я., Смыслов В.В., Теория ладейных окончаний. Изд.1986 г., 255 стр.
11. Конотов В.А. и Конотов С.В., Защищаем короля. Изд.2019 г., 96 стр.
12. Котов А.А., Уроки шахмат. Изд. 2019 г.,136 стр.
13. Котов А.А., Как стать гроссмейстером. Изд. 2018 г., 296 стр.
14. Майзелис И.Л., Шахматы. Изд. 2013г., 288 стр.
15. Михайлова И.В., Стратегия чемпионов. Мышление схемами. Изд.2008 г., 272 стр.
16. Нанн Джон, Шахматы, Практикум по тактике и стратегии. Изд.2012 г.,368 стр.
17. Нимцович А.И., Моя система., Изд.1984 г., 576 стр.
18. Пажарский В.А., Шахматы. Начальная школа. Изд. 3,2012 г., 315 стр.
19. Эстрин Я.Б.,Калиниченко Н.М., Шахматные дебюты. Полный курс. Изд.2008 г., 704 стр.
20. Ботвинник М.М. Методы подготовки к соревнованиям. – М.: Фонд «Михаил Ботвинник», 1996.
21. Методы подготовки и организация обучения и соревнований юных шахматистов // Труды первой российской конференции тренеров и организаторов детско – юношеских шахмат Дагомыс – 2003. – Набережные Челны, изд. “Sundries LTD”, 2003.
22. Фишер Р. Десять величайших мастеров истории шахмат // В кн.: Шахматы: наука, опыт, мастерство. – М: Высшая школа, 1990.

Приложение 1

Годовой учебно-тренировочный план для групп НП-1

№	Виды подготовки и иные мероприятия	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	кол-во часов в год	
															Согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий
1	Общая физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4		4	4	4	4	44	
2	Специальная физическая подготовка														
3	Участие в спортивных соревнованиях														
4	Техническая подготовка	4	10	10	8	8	8	8		10	10	10	8	94	
5	Тактическая подготовка	10	8	12	12	12	10	8		8	10	5	9	104	
6	Теоретическая подготовка	2	2	2	2	4	2	2		2	4	3	3	28	
7	Психологическая подготовка						2			2				4	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка							8	16			2		26	
9	Инструкторская практика														
10	Судейская практика														
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								10					10	
	Всего часов в месяц	20	24	28	26	28	26	30	26	26	28	26	24		
	Общее количество часов в год														312

Годовой учебно-тренировочный план для групп НП-2

№	Виды подготовки и иные мероприятия	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	КОЛ-ВО часов в ГОД	
1	Общая физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4		4	4	4	4	44	
2	Специальная физическая подготовка	2													
3	Участие в спортивных соревнованиях			4			4					4	4	18	
4	Техническая подготовка	4	10	8	8	8	4	8		10	10	6	4	80	
5	Тактическая подготовка	8	8	10	12	12	5	6		8	10	5	9	93	
6	Теоретическая подготовка	2	2	2	2	4	2	2		2	4	3	3	28	
7	Психологическая подготовка						2			2				4	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка							8	16			2		26	
9	Инструкторская практика						2	2						4	
10	Судейская практика						3							3	
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								10					10	
	Всего часов в месяц	20	24	28	26	28	26	30	26	26	28	26	24		
	Общее количество часов в год														312

Годовой учебно-тренировочный план для групп УТ-1

№	Виды подготовки и иные мероприятия	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	КОЛ-ВО часов в год	
1	Общая физическая подготовка	2	2	2	3	2	2	2		3	3	2	2	25	
2	Специальная физическая подготовка		2	2	4	4	4	4		4	2	2	2	30	
3	Участие в спортивных соревнованиях	4		4		4	4	4	4			4	3	31	
4	Техническая подготовка	10	18	18	19	18	19	15		20	20	20	18	195	
5	Тактическая подготовка	12	9	14	16	14	8	8		16	14	10	14	135	
6	Теоретическая подготовка	6	10	10	10	8	11	10		10	12	10	10	107	
7	Психологическая подготовка	4								3	3			10	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка	8	1	2		2	2	6	30			2	2	55	
9	Инструкторская практика		2				1	1				2		6	
10	Судейская практика		2				4	4	4					14	
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								14					14	
	Всего часов в месяц	46	46	52	52	52	55	54	52	56	54	54	51		
	Общее количество часов в год														624

Годовой учебно-тренировочный план для групп УТ-2

№	Виды подготовки и иные мероприятия	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	кол-во часов в год	
1	Общая физическая подготовка	2	2	2	3	2	2	2		3	3	2	2	25	
2	Специальная физическая подготовка		2	2	4	4	4	4		4	2	2	2	30	
3	Участие в спортивных соревнованиях	4		4		4	4	4	4			4	3	31	
4	Техническая подготовка	10	18	18	19	18	19	15		20	20	20	18	195	
5	Тактическая подготовка	12	9	14	16	14	8	8		16	14	10	14	135	
6	Теоретическая подготовка	6	10	10	10	8	11	10		10	12	10	10	107	
7	Психологическая подготовка	4								3	3			10	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка	8	1	2		2	2	6	30			2	2	55	
9	Инструкторская практика		2				1	1				2		6	
10	Судейская практика		2				4	4	4					14	
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								14					14	
	Всего часов в месяц	46	46	52	52	52	55	54	52	56	54	54	51		
	Общее количество часов в год														624

Годовой учебно-тренировочный план для групп УТ-3

№	Виды подготовки и иные мероприятия	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	кол-во часов в год	
1	Общая физическая подготовка	2	2	2	3	2	2	2		3	3	2	2	25	
2	Специальная физическая подготовка		2	2	4	4	4	4		4	2	2	2	30	
3	Участие в спортивных соревнованиях	4		4		4	4	4	4			4	3	31	
4	Техническая подготовка (Дебют, миттельшпиль, эндшпиль)	10	18	18	19	18	19	15		20	20	20	18	195	
5	Тактическая подготовка	12	9	14	16	14	8	8		16	14	10	14	135	
6	Теоретическая подготовка	6	10	10	10	8	11	10		10	12	10	10	107	
7	Психологическая подготовка	4								3	3			10	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка	8	1	2		2	2	6	30			2	2	55	
9	Инструкторская практика		2				1	1				2		6	
10	Судейская практика		2				4	4	4					14	
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								14					14	
	Всего часов в месяц	46	46	52	52	52	55	54	52	56	54	54	51		
	Общее количество часов в год														624

Годовой учебно-тренировочный план для групп УТ-4

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Месяцы												кол-во часов в год	
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь		
1	Общая физическая подготовка	2	2	2	3	4	4	4		4	4	4	2	2	33
2	Специальная физическая подготовка		2	2	4	4	4	4		4	2	2	2	2	30
3	Участие в спортивных соревнованиях	4	4	6		4	8	8	6		4	6	4	4	54
4	Техническая подготовка	10	18	18	19	18	19	15		20	20	20	18	195	
5	Тактическая подготовка	20	16	16	18	16	6	8		16	14	8	16	154	
6	Теоретическая подготовка	10	10	12	12	14	10	8		12	12	10	14	124	
7	Психологическая подготовка	6		4	4					4	4	2		24	
8	Самостоятельная работа, игровая подготовка	8	2	2		2	6	8	30			4	4	66	
9	Инструкторская практика		2				1	1				4		8	
10	Судейская практика		4				4	4	4		2			18	
11	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)											1		1	
12	Медицинские, медико-биологические мероприятия											1		1	
13	Восстановительные мероприятия								20					20	
	Всего часов в месяц	60	60	62	60	62	62	60	60	60	60	62	60	728	
	Общее количество часов в год													728	

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	<p>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; 	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	<p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе; 	В течение года
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	<p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей - проведение пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; - проведение антинаркотических мероприятий-бесед, соревнований с приглашением органов профилактики 	В течение года

2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)	В течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	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, мастер-классы с обучающимися. Мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта, посвященные памятным, юбилейным датам, праздникам. Турниры памяти именитых спортсменов, мемориалы. Привлечение тренеров, родителей и обучающихся к участию в субботниках, благоустройстве Школы	В течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках; - приглашение на мероприятия спортивных школ и показательные выступления обучающихся спортивных школ города	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению	В течение года

	достижению спортивных результатов)	спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - расширение общего кругозора юных спортсменов	
5.	Проведение работы с занимающимися по вопросам предупреждения правонарушений несовершеннолетних (с приглашением субъектов профилактики	-контроль за посещением учебно-тренировочных занятий, -приглашение участвовать в мероприятиях спортивной школы в качестве участника, волонтера.	В течение года

Теоретическая часть:

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта. Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

- наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена;
- использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода;
- уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб;
- нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении;
- фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица;
- обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена;
- распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом;
- назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому

спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период; соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица; запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица; действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам. В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Антидопинговая организация - ВАДА или Подписавшаяся сторона, ответственная за принятие правил, направленных на инициирование, внедрение и реализацию любой части процесса Допинг-контроля. В частности, Антидопинговыми организациями являются Международный олимпийский комитет, Международный паралимпийский комитет, другие Организаторы крупных спортивных мероприятий, которые проводят Тестирование на своих Спортивных мероприятиях, Международные федерации и Национальные антидопинговые организации.

ВАДА - Всемирное антидопинговое агентство.

Внесоревновательный период – любой период, который не является соревновательным.

Всемирный антидопинговый Кодекс (Кодекс) - основополагающий и универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Цель Кодекса заключается в повышении эффективности борьбы с допингом в мире путем объединения основных элементов этой борьбы.

Запрещенная субстанция - любая субстанция или класс субстанций, приведенных в Запрещенном списке.

Запрещенный список - список, устанавливающий перечень Запрещенных субстанций и Запрещенных методов.

Запрещенный метод - любой метод, приведенный в Запрещенном списке.

Персонал спортсмена - любой тренер, инструктор, менеджер, агент, персонал команды, официальное лицо, медицинский, парамедицинский персонал, родитель или любое иное лицо, работающие со спортсменом, оказывающие ему медицинскую помощь или помогающие спортсмену при подготовке и в участии в спортивных соревнованиях.

РУСАДА – Российское антидопинговое агентство «РУСАДА».

Соревновательный период - период, начинающийся в 23:59 накануне дня спортивного соревнования, на котором запланировано участие спортсмена, и заканчивающийся в момент окончания соревнования или процесса отбора проб, относящегося к данному соревнованию, в зависимости от того, что

позднее.

Спортсмен - любое Лицо, занимающееся спортом на международном уровне (как это

установлено каждой Международной федерацией) или национальном уровне (как это установлено каждой Национальной антидопинговой организацией). Антидопинговая организация имеет право по собственному усмотрению применять антидопинговые правила к Спортсмену, который не является Спортсменом ни международного, ни национального уровня, распространяя на него определение «Спортсмен». В отношении Спортсменов, которые не являются Спортсменами ни международного, ни национального уровня, Антидопинговая организация может действовать следующим образом: свести к минимуму Тестирование или не проводить Тестирование вообще; анализировать Пробы не на весь перечень Запрещенных субстанций; требовать предоставления меньшего количества информации о местонахождении или вообще не требовать ее предоставления; не требовать заблаговременной подачи запросов на Разрешения на терапевтическое использование. Однако, если Спортсмен, находящийся под юрисдикцией Антидопинговой организации и выступающий на уровне ниже международного и национального, совершает нарушение антидопинговых правил, предусмотренное в статьях 2.1, 2.3 или 2.5, то к нему применяются Последствия, предусмотренные Кодексом. Для целей статей 2.8 и 2.9, а также для проведения информационных и образовательных программ Спортсменом является любое Лицо, занимающееся спортом под юрисдикцией любой Подписавшейся стороны, правительства или другой спортивной организации, которая приняла Кодекс.

План антидопинговых мероприятий

№ п/п	Название мероприятия	Сроки (дата)	Ответственный
1	Профилактические беседы, наглядная агитация.	сентябрь-август	тренер-преподаватель, инструктор-методист
2	Семинары, лекции.	сентябрь-август	тренер-преподаватель, инструктор-методист
3	Интернет-семинары.	сентябрь-август	тренер-преподаватель, инструктор-методист
4	Видео, фото материалы. Видео, фото отчёты.	сентябрь-август	тренер-преподаватель, инструктор-методист
5	Обучение на платформе РУСАДА, тестирование с дальнейшим получением сертификата	январь-декабрь	тренер-преподаватель, инструктор-методист, спортсмены

План антидопинговых мероприятий по этапам подготовки

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	1.Веселые старты	«Честная игра»	тренер-преподаватель	1-2 раза в год
	2.Теоретическое занятие	«Ценности спорта. Честная игра»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в спортивной школе	1 раз в год
	3.Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		тренер-преподаватель	1 раз в месяц
	4.Антидопинговая викторина	«Играй честно»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в спортивной школе	По назначению
	5.Онлайн обучение на сайте РУСАДА		тренер-преподаватель, спортсмен	1 раз в год
	6.Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования	тренер-преподаватель	1-2 раза в год
		антидопинговой культуры»		
	7.Семинар для тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера-преподавателя и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	1-2 раза в год
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1.Веселые старты	«Честная игра»	тренер-преподаватель	1-2 раза в год
	2.Онлайн обучение на сайте РУСАДА		тренер-преподаватель, спортсмен	1 раз в год

ции)	3. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	По назначению
	7. Семинар для спортсменов и тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Проверка лекарственных средств»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	1-2 раза в год
	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	тренер-преподаватель	1-2 раза в год
Этап совершенствования спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		тренер-преподаватель, спортсмен	1 раз в год
	2. Семинар	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Процедура допинг-контроля», «Подача запроса на ТИ», «Система АДАМС»	Ответственный за антидопинговое обеспечение в регионе	1-2 раза в год

:

Пример программы мероприятия «Веселые старты»

Целевая аудитория:

спортсмены этапа начальной подготовки.

Цель:

- ознакомление юных спортсменов с ценностями спорта и принципами честной игры;
- формирование «нулевой терпимости к допингу».

План реализации:

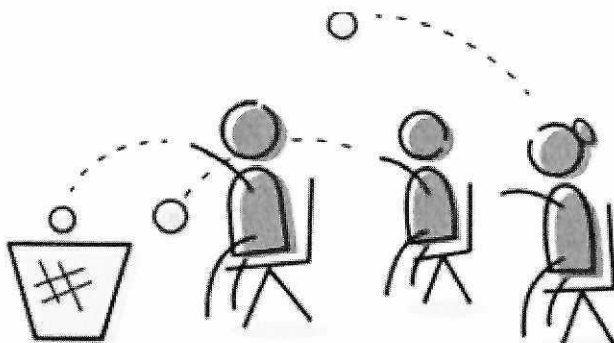
- проведение интерактивных занятий с использованием методических рекомендаций РУСАДА.

Мы предлагаем темы, для иллюстрации которых Вы можете придумать игры, связанные с Вашим видом спорта:

- равенство и справедливость;
- роль правил в спорте;
- важность стратегии;
- необходимость разделения ответственности;
- гендерное равенство.

Также Вы можете воспользоваться следующими играми (которые основаны на рекомендациях ВАДА, сформулированных в пособии «Sport values in every classroom»)

1. Равенство и справедливость



Правила: все участники располагаются на разном расстоянии от корзины и пытаются попасть в неё мячиком, не двигаясь с места.

Цель: показать участникам важность проведения соревнований в равных для всех условиях. Какие вопросы необходимо задать спортсменам: кто из участников оказался в более/менее выгодном положении?

2 вариант

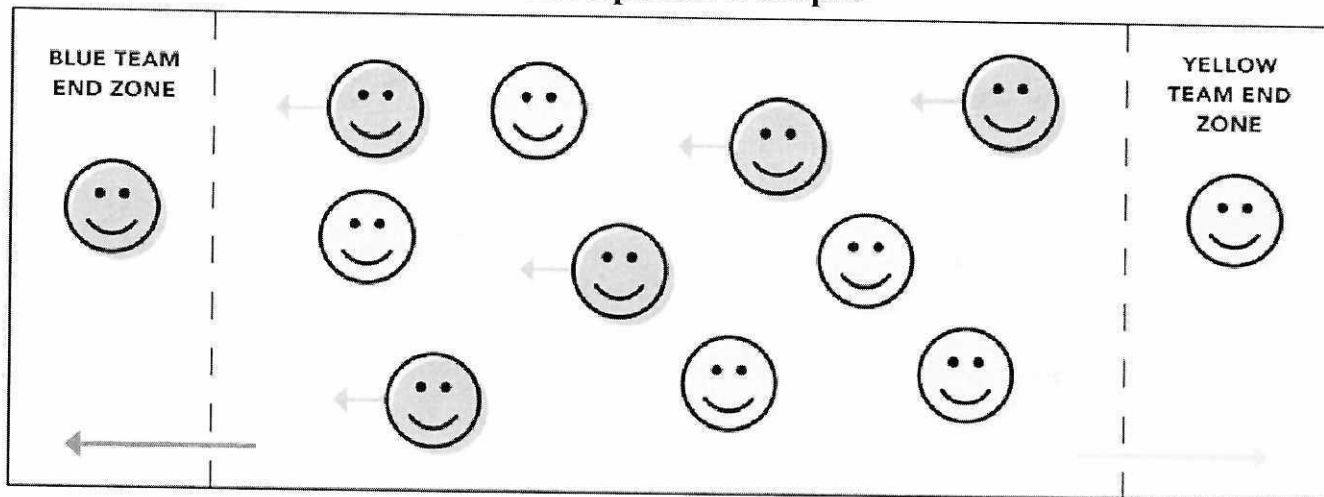
Правила: участники делятся на 2 команды. Каждой команде изначально дают разный спортивный инвентарь (мяч и обруч/теннисная ракетка или баскетбольный мяч и пляжный мяч). Первая пара участников, удерживая предмет (мяч, обруч и т.д.) одной рукой, бежит до конуса, обегает его и меняет руки удерживая предмет, затем возвращается к своей команде и передает предмет следующим игрокам.

Цель: показать участникам важность проведения соревнований в равных для всех условиях. Какие вопросы необходимо задать спортсменам:

- какая команда оказалась в более/менее выгодном положении?
- что необходимо изменить в правилах, чтобы сделать соревнования справедливыми и равными?

** можно повторить эстафету выбрав для команд уже одинаковый спортивный инвентарь.*

2. Роль правил в спорте



Правила: игроки делятся на две команды, занимающие две противоположные стороны поля.

Один из игроков всегда находится в зоне своей команды. Остальные члены обеих команд остаются в общей зоне (посередине площадки). Их задача – перенаправить игроку любым удобным способом, находящемуся в зоне их команды, наибольшее количество мячей.

Цель: показать необходимость наличия и соблюдения правил в спорте. Какие вопросы необходимо задать спортсменам?

- как бы вы могли улучшить данную игру?

- какие правила необходимо добавить, чтобы сделать эту игру более равной (например, запретить перебрасывать мяч напрямую игроку, находящемуся в зоне команды)?

3. Ценности спорта

Заранее распечатать карточки со словами/словосочетаниями, которые относятся к **ценностям спорта** (честность, дружба, уважение, здоровье, воля к победе, смелость, работа над собой, справедливость, равенство, порядочность, успех, признание, солидарность, мужество, решимость, сила воли, командный дух, правильное питание, распорядок дня и т.д.) и которые **противоречат ценностям спорта** (обман, допинг, оскорбление, ложь, скандал, унижение, победа любой ценой, высокомерие, наркотики и т.д.). Карточки могут быть как с одинаковыми словами для обеих команд, так и с разными (на усмотрение организатора).

Правила: выбрать из каждой команды по 10-12 человек. Участникам необходимо добежать до стола, выбрать карточку со словом, которое относится к **ценностям спорта** и вернуться с ней обратно в свою команду. Передать эстафету следующему участнику. По окончании эстафеты проверить у команд выбранные слова на предмет ценностей спорта.

Цель: объяснить участникам, что противоречит ценностям спорта

Какие вопросы необходимо задать спортсменам?

Что не относится к ценностям спорта?

Почему допинг является негативным явлением в спорте?

4. Финальная игра

Заранее распечатать буквы на листах А4, из которых нужно составить фразу «МЫ ЗА ЧЕСТНЫЙ СПОРТ!» (слово МЫ можно заменить названием вида спорта, например: «ПЛАВАНИЕ ЗА ЧЕСТНЫЙ СПОРТ!»).

Правила: ведущий раздаёт участникам обеих команд по одному листу с буквой. За определенное время (30 сек-1 мин) они должны собрать одну общую фразу «МЫ ЗА

ЧЕСТНЫЙ СПОРТ!», выстроившись в **один** ряд. Когда участники соберут фразу, ведущий поздравляет участников игры (акцентируя свою речь на ценностях спорта) и делает общее фото (участники держат в руках буквы, сохраняя фразу).

Цель: объединить участников обеих команд под девизом «Мы за честный спорт!».

Программа мероприятия на тему «Запрещённый список и ТИ»

Целевая аудитория: спортсмены всех уровней подготовки; персонал спортсменов (медицинский персонал, тренеры).

Цели:

- ознакомление с Запрещенным списком;
- формирование навыков по проверке препаратов с помощью специальных сервисов;
- обозначение риска, связанного с использованием БАДов;
- ознакомление с процедурой получения разрешения на ТИ.

Обязательные темы:

Принцип строгой ответственности, спортсмен несет ответственность за всё, что попадает в его организм.

Запрещенный список, критерии включения субстанций и методов в Запрещенный список;

отвечает любым двум из трех следующих критериев:

- наносит вред здоровью спортсмена;
- противоречит духу спорта;
- улучшает спортивные результаты;
- маскирует использование других запрещенных субстанций.

Запрещенный список обновляется как минимум 1 раз в год;

Запрещенный список публикуется на официальном сайте ВАДА, а русскоязычная версия – на официальном сайте РУСАДА.

Сервисы по проверке препаратов - list.rusada.ru, принципы проверки (вводить полное название препарата, обращать внимание на комментарии (запрещено всё время или только в соревновательный период, максимальная дозировка и т.д.)

Приложение 4

Тесты по теоретической подготовке на этапе начальной подготовки по виду спорта «шахматы»

Ф.И.О. обучающегося															
Этап начальной подготовки															
№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Вариант ответа															

1. Сколько видов рокировок существует в классических шахматах?
А) один
Б) два
В) три
2. Сколько рокировок может сделать шахматист в ходе одной партии?
А) три
Б) две
В) одну
3. Сколько пешек одного цвета расположено на шахматной доске в начале партии?
А) 6
Б) 8
В) 10
4. Охранитель шахматных диагоналей – это...
А) конь
Б) слон
В) ладья
5. Как называют партию по быстрым шахматам?
А) пуля
Б) швейцарка
В) блиц
6. В боксе - нокдаун, а в шахматах -...
А) ничья
Б) шах
В) мат
7. Как называется общепризнанная система символьных обозначений, которая применяется при записи ходов шахматной или какой-либо позиции?
А) дебют
Б) нотация
В) этюд
8. Как называется на шахматном сленге пешка?
А) мяч
Б) шайба
В) ядро

9. Второе название шахматной фигуры ладьи?
 А) тура
 Б) дом
 В) стена
10. Кто из великих шахматистов на решающие турниры приходил с кошкой?
 А) Алехин
 Б) Карпов
 В) Смыслов
11. Сколько циферблатов имеют шахматные часы?
 А) один
 Б) два
 В) три
12. Как называется ход коня или пешки, при котором под боем оказываются две и более фигуры противника?
 А) ложка
 Б) нож
 В) вилка
13. Каким видом спорта увлекался в молодости чемпион мира по шахматам Макс Эйве?
 А) короткая, длинная
 Б) правая, левая
 В) быстрая, медленная
14. Если дотронулся до фигуры то:
 А) надо позвать сопернику руку
 Б) надо позвать судью
 В) надо ходить

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Вариант ответа	Б	В	Б	Б	В	Б	Б	Б	А	А	Б	В	В	А	В

Оценивание:

За каждый правильный ответ
 – 1 балл. Оценка «5»: 13-15
 баллов

Оценка «4»: 10-12 баллов

Оценка «3»: 7-9 баллов

Оценка «2»: 6 и ниже баллов

Тесты по теоретической подготовке на учебно-тренировочном этапе по виду спорта «шахматы»

Ф.И.О. обучающегося															
Учебно-тренировочный этап															
№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Вариант ответа															

1. Как переводятся слово «шахматы»?
А) властитель умер
Б) спасти короля
В) король умер
Г) береги короля
2. Через сколько полей в центре проходит большая белая диагональ?
А) 3
Б) 3
В) 2
Г) 8
3. Какой шахматной фигуры не существует?
А) король
Б) слон
В) пешка
Г) дама
4. Согласен ли ты что каждое шахматное поле квадратное?
А) да
Б) нет
В) неверное
Г) круглое
5. Сколько всего полей в центре?
А) 5
Б) 6
В) 8
Г) 4
6. Сколько белых полей в любой черной диагонали?
А) 6
Б) 4
В) 2
Г) 4
7. Сколько на шахматной доске горизонталей?
А) 9
Б) 4

В) 6

Г) 8

8. Сколько всего фигур и пешек имеется у каждого игрока в начале партии?

А) 32

Б) 64

В) 16

Г) 24

9. Сколько клеток в шахматной доске?

А) 128

Б) 325

В) 32

Г) 64

10. Какая шахматная фигура ходит буквой «Г»?

А) пешка

Б) слон

В) король

Г) конь

11. Какая фигура в шахматах самая сильная?

А) слон

Б) король

В) конь

Г) ферзь

12. Какой из этих спортивных терминов относится к шахматам?

А) рашпиль

Б) гамбит

В) дебют

Г) эндшпиль

13. Какое из этих названий предметов столового прибора является также шахматным термином?

А) лопатка

Б) вилка

В) нож

Г) ложка

14. Как называется середина шахматной партии?

А) миттельшпиль

Б) гамбит

В) цугцванг

Г) мед-тайм

15. Сколько белых полей в горизонтали?

А) 8 Б) 6 В) 2 Г) 4

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Вариант ответа	А	В	Г	А	Г	Г	Г	В	Г	Г	Г	В	Б	А	Г

Оценивание:

За каждый правильный ответ –

1 балл. Оценка «5»: 13-15

баллов

Оценка «4»: 10-12 баллов

Оценка «3»: 7-9 баллов

Оценка «2»: 6 и ниже баллов