

ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НИЖНЕЖНЕГО НОВГОРОДА

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования «Спортивная школа № 9»
(МБОУ ДО СШ № 9)

СОГЛАСОВАНО:

На заседании Педагогического
Совета МБОУ ДО СШ № 9

Протокол № 3 от 24.10.2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ШАХМАТЫ»**

Срок реализации Программы:

На этапе начальной подготовки – 2 года

Учебно-тренировочный этап – 4 года.

Этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничения

Возраст лиц, проходящих спортивную подготовку – от 6 лет.

г.Нижний Новгород

2023

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. Общие положения**
- 2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**
- 3. Система контроля**
- 4. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)**
- 5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам**
- 6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

1. Общие положения

1.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке «шахматы» в МБОУ ДО СШ № 9 с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шахматы» утвержденным приказом Минспорта России от 09 ноября 2022г. № 952 (далее ФССП).

Данная Программа предназначена для тренеров-преподавателей, и является основным документом учебно-тренировочной и воспитательной работы.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на разных ее этапах, отбору и комплектованию учебно-тренировочных групп в зависимости от возраста, от уровня развития физических качеств и специальных особенностей обучающихся.

1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Цели программы:

- достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки;
- воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд страны, субъекта РФ.

Достижение указанных целей зависит:

- от оптимального уровня исходных данных спортсменов;
- от уровня квалификации и профессиональной подготовленности тренерско-преподавательского состава;
- наличия современной материально-технической базы;
- от качества организации педагогического, учебно-тренировочного и соревновательного процесса;
- от использования новейших научно-исследовательских и научно-методических данных.

2. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки:

Этапы спортивной подго- товки	Срок реализа- ции этапов спортивной подготовки (лет)	Возраст- ные гра- ницы лиц, проходя- щих спор- тивную подго- товку (лет)	Наполняемость (человек)	
			Минималь- ная напол- няемость групп	Максимальный количество- венный состав группы
Этап начальной подготовки	2	6	10	20
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	8	6	12
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничива- ется	10	2	-
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничива- ется	12	2	-

2.2. Объем Программы.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До года	Свыше года	Первый год	Второй-третий год	Четвертый год
Количество часов в неделю	4,5	6	9	12	16
Общее количество часов в год	234	312	468	624	832
					1040

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

Учебно-тренировочное занятие - это педагогический процесс, направленный на формирование двигательных умений и навыков, воспитание и совершенствование определенных способностей занимающихся, обуславливающих их готовность к достижению высоких спортивных результатов.

Учебно-тренировочный занятия - системное воздействие на личность, физическое состояние спортсмена с целью повышения физической работоспособности, овладения техникой упражнений.

В учебно-тренировочных занятиях выделяют следующие виды подготовки:

- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка;
- тактическая подготовка;
- теоретическая подготовка;
- психологическая подготовка

Виды (формы) организации учебно-тренировочных занятий:

- индивидуальная форма – применяется, в целях развития физических качеств, формирования и совершенствования технических и тактических умений и навыков, предназначена для спортсменов, отличающихся по подготовленности от основной группы.
- групповые формы – одновременное выполнение разных заданий тренера в нескольких группах, разделение на группы осуществляется по уровню подготовленности и другим признакам (игровые амплуа).
- командная форма – выполнение одного и того же задания всем составом группы. При ее использовании обеспечивается высокая плотность учебно-тренировочного занятия. Важно, чтобы при командной форме спортсмены не мешали друг другу и все видели тренера, а он всех учеников.

К иным видам занятий относятся дополнительные (самостоятельные), когда спортсмен занимается по индивидуальному плану (по заданию тренера) вне командных тренировок.

Учебно-тренировочные мероприятия.

Для лиц, проходящих спортивную подготовку в СШ № 9, при участии лиц, ее осуществляющих, проводятся учебно-тренировочные мероприятия, являющиеся

составной частью учебно-тренировочного процесса. Учебно-тренировочные мероприятия проводятся, в том числе, с целью обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса, периода восстановления, подготовки к спортивным соревнованиям.

№ п/п	Виды учебно- трени- ровочных мероприя- тий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных ме- роприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап началь- ной подго- товки	Учебно-трени- ровочный этап (этап спортивной специализа- ции)	Этап совер- шенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировоч- ные мероприятия по подготовке к между- народным спортив- ным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировоч- ные мероприятия по подготовке к чемпио- натам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировоч- ные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спор- тивным соревнова- ниям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировоч- ные мероприятия по подготовке к офици- альным спортивным соревнованиям субъ- екта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировоч- ные мероприятия по общей и (или) специ- альной 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

- Спортивные соревнования.

Соревновательная деятельность для лиц, проходящих спортивную подготовку в СШ № 9, представляет собой участие в спортивных соревнованиях контрольных, отборочных и основных на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе, в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

Функции соревнований в спортивной подготовке значительны и многообразны. Крупные официальные соревнования венчают длительные этапы подготовки спортсменов. Соревновательная деятельность для лиц, проходящих спортивную подготовку, представляет собой участие в соревнованиях контрольных, отборочных и основных.

Необходимость достижения в основных соревнованиях максимально доступных результатов в большей мере определяет структуру и содержание всей системы подготовки.

Другие соревнования могут носить отборочный или контрольный характер, решать разнообразные технико-тактические задачи, задачи приобретения соревновательного опыта.

1. Контрольные соревнования - проводятся с целью контроля за уровнем подготовленности спортсменов. В них проверяется эффективность прошедшего этапа подготовки, оценивается уровень развития физических качеств хоккеистов, технико-тактического совершенства, выявляются сильные и слабые стороны в структуре соревновательной деятельности.

С учетом результата контрольных соревнований разрабатывается программа последующей подготовки, предусматривается устранение выявленных недостатков.

Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования различного уровня, так и специально организованные контрольные соревнования (товарищеские встречи). Программа их может существенно отличаться от программы отборочных или основных соревнований, и может быть составлена с учетом необходимости контроля за уровнем отдельных сторон подготовленности.

2. Отборочные соревнования. По результатам этих соревнований комплектуют команды, отбирают участников главных соревнований. В зависимости от принципа, положенного в основу комплектования состава участников главных соревнований, в отборочных соревнованиях перед спортсменами ставится задача завоевать определенное место или выполнить контрольный норматив, позволяющий попасть в состав участников главных соревнований.

3. Основные соревнования. В них спортсмены ориентируется на достижение максимально высоких результатов, полную мобилизацию и проявление физических, технических, тактических и психических возможностей. Целью участия в основных соревнованиях является достижение победы или завоевание возможно более высокого места.

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

Для участия спортсменов в спортивных соревнованиях предъявляются следующие требования:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилами вида спорта;
- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Иные виды (формы) обучения:

- теоретические, практические, восстановительные, медицинские, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

2.4. Годовой учебно-тренировочный план:

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки				
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
1.	Общая физическая подготовка (%)	14-16	8-14	4-8	4-6	4-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)	-	-	2-4	2-4	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	10-15	15-20	20-30	20-30
4.	Техническая подготовка (%)	32-42	28-32	26-30	24-28	22-24
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	44-48	40-44	38-42	36-40	36-40
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-3	2-4	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4	4-6
						5-7

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки и иные ме- роприятия	Этапы обучения				Этап совершенствования спортивного мастерства
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап(этап спортивной специ- ализации)	Четвертый год	Второй-третий год	
		4,5	6	9	12	16
						20
1.	Общая физическая подготовка	33	40	37	42	42
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	18	20	42
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	35	72	94	104
4.	Техническая подготовка	82	95	130	178	333
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая	115	134	184	254	436
6.	Инструкторская, судейская практика	-	4	13	20	42
7.	Медицинские, медико-биоло- гические восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	4	14	16	41
Общее количество часов в год		234	234	312	468	624
						1040

приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011г. № 916н (зарегистрирован Министром России 14.10.2011г., регистрационный № 22054)

- непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей СШ № 9.

6.4. Информационно-методические условия реализации программы:

1. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 09 ноября 2022г. № 952 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».
2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 20 декабря 2022г. № 1267 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы».
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>.
4. Антидопинговые программы РАА «Русада» <https://www.rusada.ru/>.
5. В. Иванов, И.Одесский «Программа подготовки шахматистов-разрядников II-І разряд» (2005 г.).
6. А. Костьев «Уроки шахмат» (1994 г.).
7. В. Пожарский «Шахматный учебник» (2009 г.).

Интернет-ресурсы:

Российское образование Федеральный образовательный портал [2](#)

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>

Единая коллекция Информационных цифровых образовательных ресурсов
<http://school-collection.edu.ru/>

Единое окно к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/>

Российская Шахматная Федерация <http://ruchess.ru/>

Сайт МБУ СШ № 9 <http://dush9-nn.ru>

Министерство образования и науки РФ [минобрнауки.рф](http://minobrnauki.ru)

Министерство образования Нижегородской области minobr.government-nnov.ru