Филиал казенного учреждения социального обслуживания Удмуртской Республики «Республиканский социально - реабилитационный центр для несовершеннолетних» «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних г. Глазова»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
СРЦН
Республиканского СРЦН
«СРЦН г. Глазова»
Протокол «3» от «28 08 2025 г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий филиалом Республиканского
Филиала
«СРЦН г. Глазова»
Цветкова Н. И.
«04» 09 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Шахматы»

Возраст обучающихся: 9-17 лет;

Срок реализации программы – 1 год

Составил: Мартынов Геннадий Леонидович,

педагог дополнительного образования

с. Красногорское, 2025 год

Пояснительная записка

Программа «Шахматы» отвечает требованиям нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Федеральный закон Российской Федерации от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Программа шахматного объединения носит образовательно-развивающий характер, направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей учащихся; имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Уровень программы – стартовый

Актуальность программы продиктована требованиями времени. Так как формирование развитой личности – сложная задача, преподавание шахмат через структуру и содержание способно придать воспитанию и обучению активный целенаправленный характер. Система шахматных занятий выявляет и развивает индивидуальные способности, формируя прогрессивную направленность личности, способствует общему развитию и воспитанию школьника.

Адресат - в группу принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа предназначена для детей с 9 до 17 лет.

Форма обучения – очная.

Объем программы Программой запланировано 234 час в год.

Недельная нагрузка в группе 4.5 часа

Учебно-тематический материал программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Представленные в программе темы создают целостную систему подготовки шахматистов. При отборе теоретического материала и установления его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учётом объективно осуществляющих связей между его темами;

-актуальность, практическая значимость учебного материала для воспитанника.

Показателями эффективного функционирования шахматной специализации служат:

-наличие единого контингента воспитанников;

- взаимосвязь спортивного, нравственного коммуникативного и адаптированного направлений образовательной деятельности;

- единый образовательный процесс, построенный на принципах непрерывности, преемственности, доступности, увлекательности, результативности;

-осуществление единства обучения, воспитания и развития детей на основе

индивидуализации и персонификации образовательного процесса;

-обеспечение базовых знаний, умений и навыков, развитие способности шахматной игры.

Практические занятия разнообразны по своей форме - сеансы одновременной игры с руководителем, конкурсы по решению задач, этюдов, игровые занятия, турниры Результаты работы определяют степень освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерии успешности определяются результатом участия учащихся в соревнованиях различного ранга.

Формы и методы реализации программы: уроки; групповые занятия; игровая деятельность; конкурсы решения позиций; турнирная практика; разбор партий; использование компьютера

Средствами реализации программы являются учебно-тематические планы.

Особенностью программы является ее индивидуальный подход к обучению ребенка. Индивидуальный подход заложен в программу. Он имеет два главных аспекта. В - первых, воспитательное взаимодействие строится с каждым юным шахматистом с учётом личностных особенностей. Во- вторых, учитываются знания условий жизни каждого воспитанника, что важно в процессе обучения, такой подход предполагает знание индивидуальности ребёнка, подростка с включение сюда природных, физических и психических свойств личности.

В данной программе предусмотрено, что в образовании развивается не только ученик, но и программа его самообучения. Она может составляться и корректироваться в ходе деятельности самого ученика, который оказывается субъектом, конструктором своего образования, полноправным источником и организатором своих знаний. Ученик с помощью педагога может выступать в роли организатора своего образования:

формирует цели, отбирает тематику, составляет план работы, отбирает средства и способы достижения результата, устанавливается систему контроля и оценки своей деятельности.

Программа интегрирована с ежегодным графиком школьных, районных, республиканских соревнований, что позволяет учащимся в полной мере проявить полученные теоретические знания на практике, а также выявить недостатки в подготовке.

Новизна данной программы заключается в разработке и использовании на занятиях педагогом компьютерных технологий.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель Программы: создание условий для развития интеллектуально-творческой, одаренной личности через занятия шахматами.

Задачи программы:

- Развитие личностных качеств - терпеливость, усидчивость, настойчивость в достижении поставленной цели, вырабатывание в себе работоспособность

- Развитие качеств познавательной деятельности - продуктивность ума, самостоятельность,

широта и глубина, гибкость и быстрота мысли, творчество и критичность, инициативность и сообразительность

- Психологическая подготовка - на совершенствование психических процессов, начальные формы волевого управления поведением.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Результатами освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

- **в области теоретических основ физической культуры и спорта**:

- история развития избранного вида спорта;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; - основы спортивной подготовки;
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- требования техники безопасности при занятиях избранным видом спорта.

- **в области вид спорта:**

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- развитие специальных психологических качеств;
- обучение способам повышения плотности технико-тактических действий в обусловленных интервалах игры;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся, тренировочных и соревновательных нагрузок;
- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта.

- **в области специальной подготовки:**

- повышение индивидуального игрового мастерства;
- освоение скоростной техники в условиях силового противоборства с соперником;
- повышение уровня специальной физической и функциональной подготовленности.

Способы определения результативности:

- тестирование по теоретической подготовке;
- выступление на соревнованиях;
- выполнение разрядных требований.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- выполнение в полном объеме учебно-тренировочных работ;

- выполнение в полном объеме воспитательной работы;

- систематическое посещение учебно-тренировочных занятий, участие в спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях;

- обеспечение учебно-тренировочного процесса соответствующей материально-технической базой, с соответствующими условиями для проведения занятий.

2.Содержание программы

1. Теория

1.1. Дебют.

Основные правила разыгрывания начала партии:

-быстрое развитие фигур на активные позиции;

-борьба за центр фигурами пешками;

Последовательность развития фигур.

Знакомство с простейшими учебными партиями, « детскими» матами и защитами от него.

1.2.Миттельшпиль.

Шахматная доска, история возникновения шахмат, ходы фигур, ценность фигур.

Нападение и защита, размен, рокировка, правила игры.

Виды ничьи. Типичные комбинации. Простейшие партии на понимание игры.

1.3.Эндшпиль:

- простейшие маты;

-значение пешки в окончании партии;

-король с пешкой против короля – основные позиции.

2. Практика:

2.1. Участие в соревнованиях:

- турниры начинающих на юношеские разряды – 3 раза в год.

2.2.Учебно-тренировочне занятия:

- тренировочные партии в течение каждого занятия; решение позиций на мат в 1 и 2 хода.

3.Контрольные нормативы:

знание правил разыгрывания дебютов; умение ставить мат ладьёй, ферзем, 2-мя ладьями;

виды ничьи, знание правил рокировки;

умение провести пешку в ферзи или задержать пешку королем в эндшпиле, король с пешкой против короля;

контрольные задания на мат в 1 и 2 хода.

Учебный план

	Наименование предметных областей	
	Теоретические основы физической культуры и спорта	72
	Вид спорта	72
	Общая физическая подготовка	24
	Развитие творческого мышления	36
	Специальные навыки	28
	Тестирование и контроль	2
	Общий объем на 52 недели	**234**

3. Календарный учебный график

	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	всего
1.1ТЕОРИЯ	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**72**
2. Вид спорта	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**6**	**72**
3 ОФП	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**24**
4. Развитие творческого мышления	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**36**
5.Специальные навыки	**3**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**	**3**	**3**	**1**	**2**	**3**	**3**	**28**
6. Тестирование и контроль				**1**					**1**				**2**
7.Всего52недель	**20**	**19**	**19**	**20**	**19**	**19**	**20**	**20**	**19**	**19**	**20**	**20**	**234**

4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия включают организационную теоретическую и практическую части.

Организационная часть обеспечивает наличие всех необходимых для работы материалов, пособий и иллюстраций.

Теоретическая работа с детьми проводится в форме лекций, диспутов, бесед, анализа сыгранных ребятами партий, разбора партий известных шахматистов; учащиеся готовят доклады по истории шахмат.

Практические занятия разнообразны по своей форме-это и сеансы одновременной игры с руководителем, конкурсы по решению задач, этюдов, игровые занятия, турниры.

Учебно-тематический материал по теории и практике шахмат излагается в развитии, частями. связь между учебно- тематическими и практическими вопросами прослеживается через анализ собственных партий юного шахматиста. Каждую партию он не просто играет, а переживает.

Методический анализ: самостоятельное комментирование или с тренером- основной путь совершенствования. Учить на практических партиях воспитанника – это значит решать его реальные проблемы ситуаций.

На уровне аналитических работ происходит:

-процесс взаимного обогащения – тренер учит и учится сам от ученика;

- понимание того, что нужно сейчас ученику (конкретно) в плане продвижения вперед.

При этом учитывается индивидуальный темп развития, осуществляется индивидуальный подход к каждому ученику. Юных шахматистов надо учить одному и тому же, но по-разному. Такой подход обеспечивает овладение важнейшими практическими навыками: умение объективно оценивать позицию, быстро и точно рассчитывать варианты, намечать наиболее целесообразный план игры.

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности при проведении занятий по шахматам

1. Общие требования безопасности

К занятиям по шахматам допускаются:

спортсмены, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физкультурой;

прошедшие инструктаж по технике безопасности;

Обучающиеся обязаны соблюдать Правила поведения для спортсменов.

График проведения занятий в спортивном зале определяется расписанием занятий.

Опасными факторами являются:

физические (напольное покрытие; опасное напряжение в электрической сети; система вентиляции); химические (пыль).

Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать

места расположения первичных средств пожаротушения.

Обучающиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать

первую доврачебную помощь.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить работнику, проводящему занятия.

Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности в соответствии с Положением о поощрениях и взысканиях спортсменов.

2. Требования безопасности перед проведением занятий

Изучить содержание настоящей Инструкции.

С разрешения тренера-преподавателя, проводящего занятия надеть удобную одежду и обувь.

Под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия подготовить спортивный инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия.

Приступать к занятиям после проверки готовности места проведения.

3. Требования безопасности во время занятий

Во время занятий спортсмен обязан:

соблюдать настоящую инструкцию; неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя, проводящего занятия;

использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя,

Внимательно слушать и выполнять все команды тренера-преподавателя,

Обучающимся запрещается:

выполнять любые действия без разрешения тренера-преподавателя,

использовать спортивное оборудование не по прямому назначению;

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю

При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом тренеру-- преподавателю и действовать в соответствии с его указаниями.

При получении травмы сообщить об этом тренеру-преподавателю.

При необходимости и возможности помочь тренеру-преподавателю, оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

5. Требования безопасности по окончании занятий

Сдать использованное оборудование и инвентарь тренеру-преподавателю,

С разрешения тренера-преподавателя, организованно покинуть место проведения занятий.

При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя,.

Воспитательная работа.

Воспитательная работа предполагает тесное единство нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания с учетом особенностей физкультурно-спортивной, соревновательной, тренировочной деятельности.

Календарный план мероприятий

	Мероприятие	Направление	Сроки
	Праздник новичков	Формирование общего коллектива	Сентябрь
	Выход на природу	Формирование общего коллектива	Октябрь
	Беседа по ЗОЖ	Нравственное воспитание	Ноябрь
	Встреча Нового года	Этическое воспитание	Декабрь
	Беседа работниками с правоохранительных органов	Правовое воспитание	Январь
	Встреча с работниками военкомата 23 февраля	Патриотическое воспитание	Февраль
	Праздник 8 марта	Этическое воспитание	март
	Встреча с успешными, творческими людьми	Социальной активности	Апрель
	Турнир, посвященный к празднику Дню Победы.	Патриотическое воспитание	Май

Психологическая подготовка

Основное содержание психологической подготовки шахматистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям шахматами;
- развитие личностных качеств;
- совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключения), воображения, памяти, что способствует быстрому восприятию информации и принятию решений;

- развитие специфических качеств – развитие комбинационного зрения и позиционного чутья, совершенствование счетных и оценочных способностей, постоянный аналитический анализ;

- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на шахматистов, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

В работе с шахматистами устанавливается определенная тенденция использования средств и методов психолого-педагогического воздействия:

разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, вводной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций. В подготовительной части

– методы развития внимания, волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки в

решающей степени зависит от психических особенностей шахматистов, задач и направленности тренировочного занятия.

Оценка эффективности воспитательной работы и психолого-педагогических воздействий в тренировочном процессе осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализ различных материалов, характеризующих личность шахматиста.

Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения коррективов в тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шахматистов.

Общефизическая подготовка

1. Общеразвивающие упражнения без предметов.

Для мышц рук и плечевого пояса: одновременные, попеременные и

последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение, приведение, повороты, маховые и круговые движения, взмахи и рывковые движения в различных исходных упражнениях, на месте и в движении, сгибание - разгибание рук в упоре лежа.

Для мышц шеи и туловища: наклоны (вперед, в сторону, назад), повороты (направо, налево), наклоны с поворотами, вращения. Для мышц ног: поднимание и опускание ноги (прямой и согнутой, вперед, в сторону и назад), сгибание и разгибание ног стоя (полу присед, присед, выпад), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки , передвижение прыжками на одной и двух ногах.

Для мышц всего тела: сочетание движений различными частями тела

(приседания с наклоном вперед и движениями руками, выпады с наклоном туловища, вращение туловища с круговыми движениями руками, посредством сгибания и разгибания ног и др.), упражнения на формирование правильной осанки.

Легкоатлетические упражнения: ходьба на носках, на пятках, на внутренней,

наружной стороне стопы, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, вперед и в сторону. Бег на короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс).

Спортивные и подвижные игры.

2. Дыхательная гимнастика

1-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный, глубокий вдох на протяжении 4-х шагов, руки свободно опущены вниз. После произвольного полного вдоха и короткого отдыха (3-5 шагов) упражнение повторяется. В том же порядке вдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Постепенно от занятия к занятию продолжительность вдоха увеличивается. Через некоторое время спортсмен довольно легко выполняет серии вдохов

на 8,12, 16, 20 и более шагов.

2-ое упражнение. В движении шагом выполняется полный глубокий вдох на протяжении 4 шагов. Последующий полный выдох выполняется дважды на 6, 8, 10 и 12 шагов. Через несколько занятий продолжительность выдоха доводиться до 16 шагов. Выдох должен быть непрерывным и максимально полным. В конце выдоха плечи опущены, голова наклонена вперед.

3-е упражнение. Стоя, вытянув руки вверх, прогнуться, сделать полный глубокий вдох.

Руки опустить резко вниз, сделать дополнительный короткий вдох. В этом упражнении спортсмен должен почувствовать, что при опускании рук создались дополнительные условия для вдоха и это позволило вдохнуть дополнительную порцию воздуха.

Упражнение выполняется 6-8 раз.

4-е упражнение. Исходное положение: руки опущены вдоль туловища, мышцы плечевого пояса расслаблены, голова слегка наклонена вперед. Спортсмен делает максимально глубокий вдох, затем поднимаясь на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох.

Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8 раз.

Эффективность дыхательных упражнений очень велика, даже если им уделять в день по 5-6 минут. Улучшение в системе дыхания наступает уже через несколько занятий.

Дыхание становится более глубоким и более редким. Жизненная емкость легких часто уже за 2-3 месяца систематических занятий увеличивается на 400-600 куб. см. Упражнения рекомендуется выполнять на свежем воздухе. Дыхательную гимнастику рекомендуется сочетать с гигиеническими процедурами и закаливанием.

Перечень оборудования и учебных пособий

- кабинет для шахмат, подготовленный к тренировочному процессу в соответствие с требованиями и нормами САНПиНа;

- комплекты шахмат;
- шахматные часы;
- демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур;
- интерактивный шахматный комплект компьютер проектор, экран, программное обеспечение для занятий;
- шахматные программы для ПК (информационно-поисковые-игровые системы, обучающие программы);
- столы и стулья для учащихся;
- рабочие тетради для записи;
- дидактический материал - диаграммы с заданиями по различным темам, пакеты контрольных работ
- судейские и организационные документы (турнирные таблицы, протоколы, карточки участников)
- шахматная литература (учебники, задачники и периодика)

Нормативные требования обучения

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта шахматы;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта шахматы.

-знание правил разыгрывания дебютов;
-умение ставить мат ладьей, ферзем, 2-мя ладьями;
-виды ничьи;
-знание правил рокировки;
-умение провести пешку в ферзи или задержать пешку королем в эндшпиле, король с пешкой
против короля;
-контрольные задания на мат в 1 и 2 хода;
-знание основы шахматных правил, умение записывать партию;
-знание истории вопроса о происхождении шахмат;
-знание простейших ловушек в дебюте;
-термины, характеризующие пешечную структуру;
-понятие о типичных комбинациях, открытой линии;
-значение 7(2) горизонтали;
-мат 2-мя слонами;

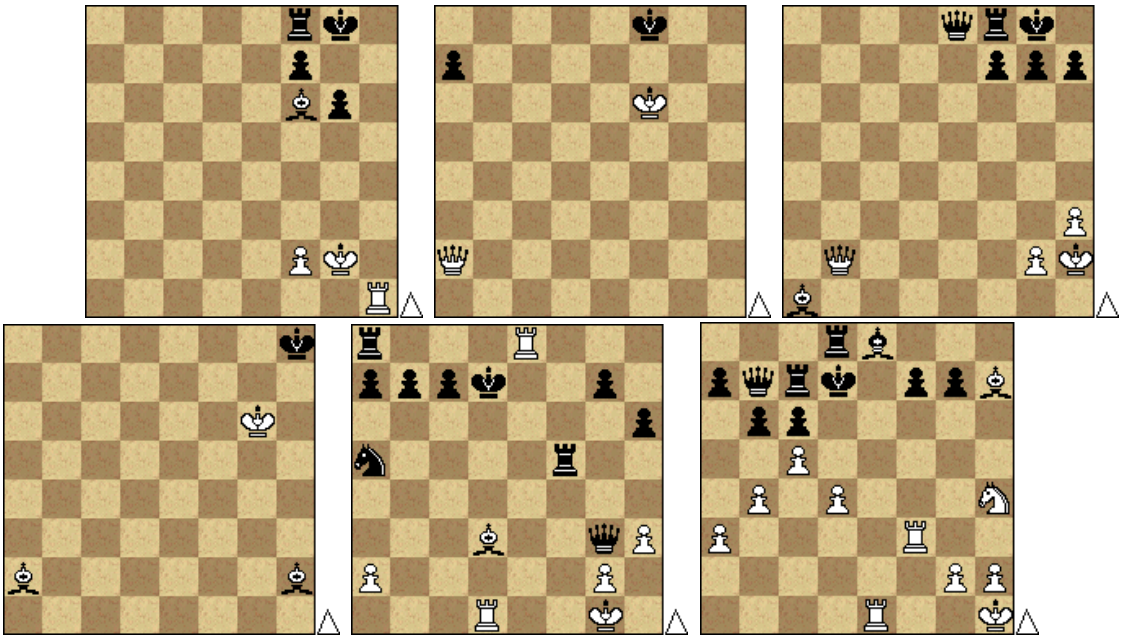
Контрольные упражнения

	Контрольные упражнения		
		Ю	**Д**

	Бег 30 м., с.	**6,9**	**7,1**
	Прыжок в длину с места толчком 2 ногами	**110**	**105**
	Сгибание разгибание рук в упоре лежа	**7**	**4**
	Решение шахматных задач	**2**	**2**

Контрольная работа для групп

1. Что такое шах, мат?
2. Определи, пройдет ли пешка в «ферзи»?
3.Поставь мат



.Перечень информационного обеспечения программы

1. Пожарский В.Н. Шахматный учебник. – Рязань: 1994г
2. Панов В.Н. Сборник шахматных задач. - Донецк: 2004г
3. Костьев А.Н. Уроки шахмат. - М. Физкультура и спорт.1994г.
4. Гришин В.Г. Малыши играют в шахматы. - М.. Просвещение,1991г.
5. Терехин А.Н. Стратегические приёмы в шахматах. - Самара:2005г.
6. Конотоп В.А. Тесты по эндшпилю. – Москва: 2012г.
7. Пожарский В.Н. Современный шахматный самоучитель. Том 1 Рязань: 2000г
8. Пожарский В.Н. Современный шахматный самоучитель. Том 2 Рязань:2000г
9. Пожарский В.Н. Современный шахматный самоучитель. Том 3 Рязань: 2000г
10. Владимиров Я.Г. 1000 шахматных задач,- М..: Астрель, 2001 г.
11. Владимиров Я.Г. 1000 известных шахматных партий,- М..: Астрель, 2002г.
12. Владимиров Я.Г. 1000 матовых комбинаций,- М..: Астрель, 2001.

13. Иващенко С.Д. Сборник шахматных комбинаций. 1986.