**Управления образования Промышленновского муниципального округа**

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**

 **дополнительного образования**

**«Детско-юношеская спортивная школа п. Плотниково»**

Принято на заседании **УТВЕРЖДАЮ**:

педагогического совета директор МБОУ ДО «ДЮСШ п. Плотниково

Протокол № \_\_\_\_

от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Гракова Н.А.

 \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Физкультурно-спортивной направленности

**«Шахматы»**

 Возраст учащихся: 7-18л.

Срок реализации 1 год

 Составитель:

 тренер-преподаватель

Новаковский Виктор Иванович

МБОУ ДО «ДЮСШ п. Плотниково»

п. Плотниково 2020г

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Раздел «Комплекс основных характеристик программы»** |  |
| 1.1 | Пояснительная записка | 3 |
| 1.2 | Цель и задачи программы | 6 |
| 1.3 | Учебный план с часовой нагрузкой  | 7 |
| 1.4 | Содержание программы | 8 |
|  1.5 | Планируемые результаты | 13 |
| 1.6 | Личностные, мета-предметные и предметные результаты | 14 |
| **2** | **Комплекс организационно - педагогических условий** |  |
| 2.12.1 | Календарно тематическое планированиеУсловия реализации программы | 1525 |
| 2.2 | Формы аттестации | 26 |
| 2.3 | Оценочные материалы | 27 |
| 2.4 | Методическое обеспечение программы | 27 |
|  |  |  |
| **3**3.1. | **Литература**Список литературы для педагогов | 31 |
| 3.2. | Список литературы для учащихся | 32 |
| **4** | **Приложения**Словарь терминов и определений | 33 |

**1.1. Пояснительная записка**

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Дополнительного Образования «Детско-Юношеская Спортивная Школа п. Плотниково», является государственным бюджетным образовательным учреждением, которое осуществляет деятельность в области физической культуры и спорта и в соответствии с лицензией и Уставом реализует дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Шахматы» (далее - Программа).

 Данная дополнительная общеразвивающая программа по шахматам имеет физкультурно-спортивную направленность и составлена в соответствии с

* Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г.№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020года;
* Приказом Мин-просвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Письмом Мин-обрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно-уровневые программы)»;
* Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно –эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
* Приказом Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 г. № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;
* Уставом образовательного учреждения (МБОУ ДО « ДЮСШ п. Плотниково», локальными актами и другими документами нормативно правового характера.

 Программа модифицированная, за основу взята программа спортивной подготовки по шахматам, разработанная Государственным автономным учреждением Центра подготовки по шахматам г. Москва 2018г.

**Программа разработана на основе нормативно-правовых документов и актов:**

* Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
* Приказ от 12.09.2013 № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам» (зарегистрирован Минюстом России 02.12.2013, регистрационный № 30530);
* Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта Легкая атлетика (утв. приказом Министерства спорта РФ от 18 июня 2013 г. N 402);
* Приказ от 27.12.2013 № 1125 **«**Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (зарегистрирован Минюстом России 05.03.2014, регистрационный № 31522).

 Программа «Шахматы» направлена на:

 - создание условий для физического образования, воспитания и развития каждого учащегося;

* формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
* подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
* подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
* организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

 **Новизна**  программы состоит в том, что программа адаптирована к занятиям с учетом возраста учащихся, а также в особом распределении программного материала.

С учетом специфики вида спорта «Шахматы» определяются следующие особенности спортивной подготовки:

* комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с возрастными особенностями развития учащихся;
* в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнованийподготовка по виду спорта шахматы осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности для сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

 **Актуальность программы** состоит в её значимости для формирования новых ценностных ориентиров подрастающего поколения, необходимости в здоровом образе жизни. В настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями только на уроках физической культуры, что не позволяет восполнить необходимую двигательную активность. Поэтому, одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Шахматы позволяют решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждению интереса к избранному виду спорта.

**Отличительной особенностью д**анной программы является не только физическая и технико–тактическая подготовка юных шахматистов, так же один из важных моментов это то, что большинство занятий проводятся с учетом индивидуальных способностей каждого учащегося.

**Возраст детей.**

В «ДЮСШ» зачисляют детей в возрасте от 7 до 18лет. Дети приходят с разным уровнем физической подготовки, психологической, нравственными ориентирами.

**Срок реализации данной программы:** Реализация данной программы рассчитана на 1 год, 46 недель -276 часов (3-раза в неделю по 2 часа).

**Формы проведения занятий:**

Учебно-тренировочные занятия, соревнования, спортивные праздники, беседы, просмотр учебных видеофильмов и кинофильмов, зачет.

# 2.Цели и задачи

**Цель** – пробудить и активизировать соответствующую возрасту мыслительную деятельность, память, сообразительность, внимание.

# Обучающие задачи:

* Обучить комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков по шахматам;
* сформировать знания об истории развития шахмат как вида спорта;
* сформировать понятия физического и психического здоровья.

# Развивающие задачи:

* развить моторику, формирования жизненно необходимых умений и связанных с ними элементарных знаний;
* сформироватьпотребностьвздоровомобразежизнисредидетей,подростков и молодежи, по месту жительства, посредством вовлечения их в интеллектуальную деятельность.

# Воспитательные задачи:

- воспитать у занимающихся решительность, выдержку, самостоятельность, уважение к партнеру;

воспитать у занимающихся усидчивость, привычку не бояться поражений, подготовить занимающихся к самоанализу и объективной самооценке своей деятельности

* воспитать нравственные и волевые качества в процессе занятий и сформировать устойчивые привычки в самовоспитании личностных качеств;

**1.3.Учебно-тематический план**

 **группы спортивно-оздоровительной подготовки 1 года обучения – СО-1**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование темы** | **Общее кол-во часов** | **Теория** | **Практика** | **Индивидуальные часы** | **Вид занятия** |
| **Теория** |
| **1** | **Введение** | **1** | **1** |  |  | **Беседа** |
| **2** | **Физ.культура и спорт для человека** | **2** | **2** |  |  | **Лекция** |
| **3** | **ТБ на тренировках** | **1** | **1** |  |  | **Лекция** |
| **4** | **Сведения о строении и функциях организма** | **2** | **2** |  |  | **Беседа** |
| **5** | **Влияние физ.упражнений на организм** | **3** | **3** |  |  | **Беседа** |
| **6** | **Гигиена, врачебный контроль** | **2** | **2** |  |  | **Лекция** |
| **7** | **Правила игры** | **4** | **4** |  |  | **Беседа** |
| **8** | **Основы техники и тактики игры** | **14** | **14** |  |  | **Беседа** |
| **Практика** |
| **1** | **Общефизическая подготовка** | **126** |  | **126** |  |  |
| **2** | **Специальная физическая подготовка** | **95** |  | **95** |  |  |
| **Участие в соревнованиях** |
| **1** | **Первенство района** | **10** |  | **10** |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |
| **Контрольные испытания** |
| **1** | **Контрольные упражнения** | **8** |  | **8** |  |  |
| **2** | **Контрольные тесты** | **8** |  | **8** |  |  |
|  | **Итого часов** | **276** | **29** | **247** |  |  |

#

#

#  1.4.Содержание программы

**1. Теоретическая подготовка обучающихся включает в себя следующие темы:**

**1.Введение -** Уровень современного спорта высших достижений в Шахматах очень высок, и тем актуальнее поиск путей дальнейшего прогресса в подготовке юных шахматистов высокой квалификации. В подготовке шахматистов ведущую роль играет система спортивной тренировки.

**2.Физическая культура и спорт для человека**. Физкультура - совокупность достижений в деле оздоровления людей и развития их физических способностей. Это система физического воспитания, специальные научные знания, развитие спорта и спортивных достижений. Область общественной и личной гигиены, гигиены труда и быта, правильного режима труда и отдыха, использование естественных сил природы - солнца, воды и воздуха - в целях оздоровления и закаливания организма.

**3.Техника безопасности на тренировках:**

Требования безопасности перед началом занятий.

Требования безопасности во время занятий.

Требования безопасности по окончании занятий.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

**4. СВЕДЕНИЯ О СТРОЕНИИ И ФУНКЦИЯХ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА:**

 Понятие о дыхании. Строение дыхательного аппарата. Общая емкость лёгких составляющие ее объемы. Вентиляция лёгких, обмен газов между альвеолярным воздухом и кровью капилляров и тканями. Регуляция дыхания, дыхание при физической работе. Кислородный запрос и его удовлетворение.

**5. Влияние физических упражнений на организм:**

Воздействие физических упражнений на группы мышц, суставы, связки. Усиленная мышечная деятельность для повышения функциональных возможностей человека. Регулярные занятия физическими упражнениями в первую очередь воздействуют на опорно-двигательный аппарат, мышцы. При выполнении физических упражнений в мышцах образуется тепло, на что организм отвечает усиленным потоотделением. Во время физических нагрузок усиливается кровоток. При движениях в мышцах дополнительно открываются резервные капилляры, количество циркулирующей крови значительно возрастает, что вызывает улучшение обмена веществ.

Увеличение работоспособности сердца, содержание гемоглобина и количество эритроцитов, повышается фагоцитарная функция крови. Совершенствуются функция и строение самих внутренних органов, улучшается химическая обработка и продвижение пищи по кишечнику. Сочетанная деятельность мышц и внутренних органов регулируется нервной системой, функция которой также совершенствуется при систематическом выполнении физических упражнений.

Причины снижения общих защитных сил организма и увеличение риска возникновения заболеваний.

Сочетание труда и отдыха, нормализация сна и питания, отказ то вредных привычек, систематическая мышечная деятельность повышает психическую, умственную и эмоциональную устойчивость организма.

Резервные возможности человека.

**6. Спортивная гигиена. Врачебный контроль. Самоконтроль**. Комплекс профилактических мероприятий, направленных на обеспечение гигиенических норм и сохранение здоровья человека в условиях занятий физкультурой и спортом. Соблюдение правил личной гигиены спортсмена является неотъемлемой частью здорового образа жизни и играет очень важную роль. Во время тренировок значительно усиливается потоотделение, что является благодатной средой для размножения болезнетворных бактерий, грибков и всевозможных инфекций. Правила личной гигиены спортсмена.

 **7. Соревнования:**

 **Теория:** Виды соревнований: (личные, командные, лично-командные)

 **Практика:** Подбор инвентаря. Изучение условий соревнований. Подготовка и проведение квалификационных соревнований. Участие в районных, областных и региональных соревнованиях.

Важной частью подготовки ребят являются участие в различных соревнованиях и мероприятиях, основными целями которых являются контроль за эффективность учебно-тренировочного процесса, приобретение соревновательного опыта, общение со сверстниками. Соревнования планируются таким образом, что по своей направленности и степени трудности они соответствуют задачам, поставленным перед учащимися на данном этапе подготовки.

**8. Контрольные упражнения:**

**Практика**: Бег 60 м, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине, отжимание от пола, поднимание туловища из положения лежа на спине.

 **9. Контрольные тесты:**

**Практика:**  физические достижения: (Бег 30м сек, Бег 1000м (мин), Челноч. бег 10х5м (сек), Пр. в длину с места (см), Метание мяча (м), Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз), Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз).

# 1.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,маховыеикруговые 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 (полуприсед, присед, выпад), сидя, лежа, круговые движения (стоя, сидя, лежа), взмахи ногой (вперед, в сторону, назад), подскоки (ноги вместе, врозь, скрестно, на одной ноге), 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, в полуприседе и приседе, выпадами, с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, сочетание ходьбы с прыжками. Бег обычный, с высоким подниманием бедра, с подгибанием ноги назад, скрестным шагом вперед и в сторону. Бег на

короткие дистанции 30, 60, 100 метров с низкого и высокого старта, бег по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Бег с переменной скоростью на различные дистанции.

*2. Общеразвивающие упражнения с предметами*

Со скакалкой: с короткой–подскоки на одной и двух ногах , с ноги на ногу, бег со скакалкой, с длинной – пробегание под вращающейся скакалкой, подскоки на одной и двух ногах.

С гимнастической палкой: наклоны и повороты туловища(стоя, сидя, на коленях, лежа), с различными положениями палки (вверх, вперед, вниз, за голову, за спину), перешагивание и перепрыгивание через палку, круты, упражнения с сопротивлением партнера.

С набивными мячами (вес от 1 до 2 кг): сгибание и разгибание рук, круговые движения руками, сочетание движений руками с движением туловища, броски вверх и ловля с поворотом и приседанием, перебрасывание мяча по кругу и вдвоем из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа), переноска мяча, броски ногами, эстафеты и игры с мячом.

*3. 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 (3-5шагов) 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 вдохнутьдополнительнуюпорциювоздуха.Упражнениевыполняется6-8раз. 4-е упражнение. Выполняется в движении или на стоя на месте. Исходное положение: руки опущены вдоль туловища, мышцы плечевого пояса расслаблены,головаслегканаклоненавперед.Спортсменделаетмаксимально глубокий вдох, затем поднимаясь на носки, поднимая руки через стороны вверх и слегка прогибаясь, продолжает вдох. Спокойно выдыхает. Упражнение повторяется 6-8раз.

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

# 2.Технико-тактическая подготовка

Техническая подготовка спортсмена в шахматах преследует цель подготовки спортсмена к оптимальному использованию накопленного потенциала в соревновательной деятельности и решает следующие задачи:

-совершенствование техники позиционной игры;

-совершенствование техники атаки и защиты;

-совершенствование техники реализации перевеса, материального и позиционного;

-совершенствование техники защиты в худших позициях;

По мере повышения спортивного мастерства шахматиста, возрастают требования к его технике и она должна становиться более детализированной, приспособленной к данной конкретной ситуации.

Основным средством технической подготовки шахматиста является накопление шаблонов технических действий в типичных игровых ситуациях, для чего применяются следующие основные методы:

-изучение классических партий, с упором на технические ситуации и методы действий в них выдающихся шахматистов прошлого;

-изучение основных закономерностей стадий партии;

-изучение специфических особенностей техники игры в характерных для дебютного репертуара шахматиста ситуациях;

* + анализ собственных технических ошибок и составление индивидуально подобранных методов их исправления.

# 3.Тактическая подготовка

Тактическая подготовка является важнейшим видом подготовки шахматиста и должна проводиться на всех этапах подготовки.

Основные методы тактической подготовки:

-решение упражнений;

-анализ допущенных в партиях тактических ошибок;

-решение индивидуальных;

подборок тактических упражнений, направленных на ликвидацию типичных ошибок в тактике.

По мере усложнения в рамках тактической подготовки шахматист овладевает следующими видами тактики:

-Удары;

-Простые тактические удары;

-Примеры на сочетание тактических ударов;

-Маты и простейшие матовые комбинации.

**Спортивные соревнования-** являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса, их характер и сроки проведения планируются заранее. Основными документами планирования и проведения соревнований являются календарный план и положение о соревнованиях.

Соревнования должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали задачам, поставленным перед спортсменом на данном этапе многолетней спортивной подготовки. Допускать к участию в соревнованиях целесообразно лишь в тех случаях, когда они по уровню своей подготовленности способны достичь определенных спортивных результатов. Так, на начальных этапах многолетней подготовки планируются только подготовительные и контрольныесоревнования.Онипроводятсяредко,специальнойподготовкик ним не ведется. Основной целью соревнований является контроль за эффективностью данного тренировочного этапа, приобретение

соревновательного опыта, повышение эмоциональности учебно- тренировочного процесса.

Под гуманизацией соревновательной деятельности понимается изменение форм проведения соревнований, направленное на обогащение их содержания с целью повышения удовлетворенности состязательным процессом как тренера, так и юного спортсмена.

# Воспитательная работа

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких морально-волевых качеств, преданности Родине, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдениеправилтренировкииучастиявсоревнованиях,четкоеисполнение указанийтренера,правильноеповедениенатренировочныхзанятиях,вшколе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается прежде всего систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающей нагрузкой. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит прежде всего от трудолюбия. Тем не менее в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными

**1.5.Планируемый результат освоения программы:**

- у учащихся формируются теоретические знания и практические навыки;

- формируются профессиональные склонности;

 - решится проблема свободного времени у учащихся;

-сформируются жизненно необходимые практические навыки (самоорганизация, самоуправление, дисциплина, выносливость, коммуникабельность и т.д.);

-укрепится здоровье и повысится спортивное мастерство в таком виде спорта как шахматы.

 **К моменту завершения программы учащиеся будут знать:**

- Основы здорового образа жизни,

- Правила соревнований по шахматам,

- Базовые технико-тактические приемы.

**Будут уметь:**

**-** Владеть базовыми навыками вида спорта,

- Проводить разминку.

**Способы проверки освоения образовательной программы:**

**-** Повседневные систематические наблюдения.

- Участие в спортивных мероприятиях.

- Участие в товарищеских встречах и соревнованиях различного уровня.

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы:**

**-** Соревнования различного уровня

- Спортивные праздники

- Контрольные тесты и упражнения проводятся 2 раза в год (сентябрь, май)

- Контрольные игры и соревнования проводятся регулярно в течении всего учебного года,

- выполнение разрядных нормативов.

**1.6. Личностные, мета-предметные и предметные результаты:**

**Личностные результаты:**

* приобретут интерес к учебной деятельности, к занятиям шахматами;
* воспитают в себе волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, ответственность, чувство товарищества и взаимовыручки;
* сформируют потребности в здоровом образе жизни;
* сформируют потребность в самоорганизации: трудолюбие, основы самоконтроля, самостоятельность.

 **Мета-предметные результаты:**

* развита мотивация к знакомству с окружающим миром, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.;
* сформировано осознанное отношение к ЗОЖ,
* развиты функциональные возможности организма;
* сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.

**Предметные результаты:**

 - Владеют навыками необходимыми для участия в соревнованиях по шахматам;

- владеют знаниями и способами двигательной деятельности, связанными с организацией и проведением самостоятельных занятий, укреплением здоровья, ведением здорового образа жизни;

* овладеют основами технических действий, приемами и физическими упражнениями, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
* выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим.

**Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1. Календарный учебный график**

Учебный год составляет 46 недель, включая летние месяцы. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. В каникулярное время занятия проходят по расписанию- проводятся соревнования.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема**  | **Кол-во часов** | **Форма занятия**  | **Форма контроля** |
| 1 | Техника безопасности по шахматам. Знания о физической культуреОвладение техникой страховки и самастраховки, техникой приемов. | 2 | Инструктаж беседа | Наблюдение |
| 2 | Правилами проведения соревнований; ( соревнования внутри объединения- соревнования, спортивные праздники, товарищеские встречи в рамках спортивной школы, районные соревнования школьного уровня, областные соревнования).  | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | Наблюдения |
| 3 | Обучение техники, специальные беговые упражнения, развитие скоростных способностей Индивидуальная работа  | 2 | Групповые практические занятия  | Наблюдение |
| 4 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые практические занятия |  |
| 5 | Обучение технических способностей  | 2 | Групповые и индивидуальные занятия |  |
| 6 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств  | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 7 | Обучение техническим способностям  | 2 | Индивидуальные занятия  |  |
| 8 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | наблюдение |
| 9 | Обучение техническим способностям  | 2 | Индивидуальные занятия |  |
| 10 | Контрольные тесты  | 2 | индивидуальные  | наблюдение |
| 11 | Контрольные тесты | 2 |  индивидуальные  | наблюдение |
| 12 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 13 | Обучение техническим способностям | 2 | Индивидуальные и групповые занятия |  |
| 14 | ОФП. Упражнения для развития общей и специальной выносливости | 2 | Групповые занятия | наблюдение |
| 15 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия |  |
| 16 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 17 | Обучение техническим способностям | 2 | Индивидуальные и групповые занятия |  |
| 18 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовой выносливости  | 2 | Групповые занятия | наблюдение |
| 19 | Контрольные упражнения | 2 | Индивидуальные | наблюдение |
| 20 | Контрольные упражнения | 2 | Индивидуальные  | наблюдение |
| 21 | Обучение техническим способностям | 2 | Групповые и индивидуальные занятия |  |
| 22 | ОФП. Упражнения для развития координационных способностей | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 23 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | наблюдение |
| 24 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 25 | Обучение техническим способностям |  | Групповые индивидуальные занятия |  |
| 26 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 27 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 28 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | наблюдение |
| 29 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия |  |
| 30 | Соревнования  | 2 | Групповые индивидуальные | наблюдение |
| 31 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные | наблюдение |
| 32 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные | наблюдение |
| 33 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия |  |
| 34 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 35 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | наблюдение |
| 36 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 37 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия |  |
| 38 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовой выносливости | 2 | Групповой индивидуальные занятия | наблюдение |
| 39 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированный индивидуальные занятия | наблюдение |
| 40 | Развитие общей выносливости и специальной скоростно-силовой выносливости | 2 | Комбинированный индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 41 | Обучение техническим способностям |  | Индивидуальное индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 42 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 43 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 44 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 45 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 46 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 47 | Обучение техническим способностям | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 48 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 49 | Контрольные тесты | 2 | Индивидуальные  | Сдача нормативов |
| 50 | ОФП. Упражнения для развития координационных способностей | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 51 | Обучение техническим способностям | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 52 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 53 | Обучение техническим способностям | 2 | Индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 54 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 55 |  Контрольные упражнения | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 56 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия е | наблюдение |
| 57 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 58 | Обучение техническим способностям | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | наблюдение |
| 59 | ОФП. Упражнения для развития координационных способностей | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 60 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 61 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 62 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 63 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 64 | Отработка технических способностей | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 67 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 68 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 69 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств  | 2 | Групповые и индивидуальные занятия | наблюдение |
| 70 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 71 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 72 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные и индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 73 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 74 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия е  | наблюдение |
| 75 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 76 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 77 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовой выносливости | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 78 | Отработка технических способностей | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 79 | Развитие общей выносливости и специальной скоростно-силовой выносливости | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 80 | Контрольные тесты | 2 | Индивидуальные  | наблюдение |
| 81 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 82 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 83 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 84 | Отработка технических способностей | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 85 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 86 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 87 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 88 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия е  | Сдача нормативов |
| 89 | ОФП. Упражнения для развития координационных способностей | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 90 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 91 | Соревнования | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 92 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 93 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 94 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 95 | Отработка технических способностей | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 96 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 97 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 98 | ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств  | 2 | Групповые индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 99 | Отработка технических способностей | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 100 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 101 | Отработка технических способностей | 2 | Групповые индивидуальные занятия |  |
| 102 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 103 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 104 | Проверка знаний, умений, навыков  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача норм, дружеские встречи, соревнования |
| 105 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 106 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 107 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 108 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 109 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 110 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 111 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 112 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия |  |
| 113 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 114 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 115 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 116 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия |  |
| 117 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 118 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 119 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия |  |
| 120 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 121 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 122 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 123 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 124 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые индивидуальные занятия |  |
| 125 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 126 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 127 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Групповые индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 128 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Индивидуальные занятия |  |
| 129 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 130 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия | наблюдение |
| 131 | Отработка технических способностей | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  |  |
| 132 | СФП. Специальные беговые упражнения | 2 | Групповые индивидуальные занятия | наблюдение |
| 133 | ОФП. Упражнения для развития силовых качеств | 2 | Индивидуальные занятия | Сдача нормативов |
| 134 | ОФП. Упражнения для развития общей выносливости и специальной  | 2 | Групповые индивидуальные занятия е |  |
| 135 | СФП. Специальные беговые упражнения  | 2 | Индивидуальные занятия  | наблюдение |
| 136 | Контрольные упражнения  | 2 | Комбинированные индивидуальные занятия  | Сдача нормативов |
| 137 | Контрольные упражнения | 2 | Групповые индивидуальные  | наблюдение |
| 138 | Контрольные упражнения  | 2 | Комбинированные индивидуальные  | наблюдение |
|  |  |  |  |  |

**2.2. Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**

1. Кабинет для проведения занятий
2. Методические пособия по изучению отдельных тем или разделов программы, проведению походов, теоретических и практических занятий.
3. Дополнительная литература (по всем темам).
4. Оборудование (в расчёте на 15 человек):

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **Раздел** |  | **Наименование** |  |  |
| 1. | «Медицина» | перевязочные | средства, | кровоостанавливающие | средства, |  |
|  |  | кровоостанавливающие жгуты (2 разновидности), бинты марлевые, |  |
|  |  | грелка, охлаждающие пакеты (1 шт.), устройство – маска для |  |
|  |  | искусственной вентиляции легких, средства иммобилизации, |  |
|  |  | аптечка автомобильная ФЭС, аптечка туристическая (1 шт.), |  |
|  |  | аптечка АИ-2 (1 шт.), пакет индивидуальный перевязочный (4 шт.) |  |
| 2 | «Физическая | маты гимнастические жесткие, маты поролоновые в чехлах, малые |  |
|  | культура» | мячи, мяч волейбольный, щит баскетбольный игровой с кольцом и |  |
|  |  | сеткой, мяч баскетбольный, мяч футбольный, скакалки, обручи. |  |
|  |  |
| 3 | Необходимые | магнитофон, проектор, телевизор, компьютер, ноутбук, принтер.копировальная машина, сканер. |  |
|  |  технические |  |
|  |  |
|  | средства обучения |  |
|  |  |
| 4 | Экипировка  | Шахматные доски, часы, столы. |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Формы аттестации**

**Способы проверки результатов выполнения программы:**

Проведение тестирования, наблюдения, опрос, выполнение учащимися практических заданий, прохождение контрольных дистанций, выполнение зачетов по ОФП.

Реализация программы предполагает организацию различных форм деятельности с учащимися как в сетке часов, так и вне сетки часов программы в соответствии с требованиями.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

Реализация программы предполагает участие учащихся в различных соревнованиях, выполнение норм ОФП, получение спортивных разрядов.

**Информационное обеспечение**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Вид продукции** | **Название**  |
| 1 | Видеофильмы о детских соревнованиях. | Короли шахмат (2015) Школа шахматистов (https://www. Youtube/com/=431) |
| 2 | Демонстрационный материал (Видео фильмы)  | Подготовка шахматистов. (nttps://ok.ru/video/34627914329)  |

**2.3. Оценочные материалы**

**Цель:** Отслеживание процесса и результатов совместной работы педагогов и учащихся, оценкацелесообразности и эффективности используемых средств и методов обучения в ходе реализации программы. Диагностический материал по отслеживанию качества усвоения знаний и умений в учебном процессе представлен в виде баллов.

**2.4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

На СО - этапе реализации программы используется широкий спектр методов, обеспечивающих максимально эффективное усвоение материала каждым воспитанником. Конкретные методы работы выбираются согласно составу данной группы, ее обученности, личностным возможностям. Теоретические занятия разумно проводить в форме; бесед, лекций-консультаций, семинаров, используя наглядные материалы, сочетая теорию с практикой, полевые занятия - семинары, практикумы (в том числе индивидуальные).

Обучение строится по принципу «от простого к сложному» и расширения кругозора по данным темам. Занятия проходят с группой в целом, однако акцент ставится на индивидуальный подход к каждому воспитаннику внутри группы. Это объясняется особенностями возрастного развития, как психического, так и физиологического: различный объем памяти и скорость запоминания, различный уровень предварительной физической подготовки, различие стимулов для выполнения того или иного задания. По мере

приобретения новых навыков и знаний добавляется принцип приобщения старших, «опытных» воспитанников к обучению младших. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик (кино фильмов, кино кольцовок, стендов, плакатов, наглядных пособий).

**Принципы спортивной тренировки**

-Возрастная адекватность спортивной деятельности;

-Единство общей и специальной подготовки;

-Непрерывность тренировочного процесса;

-Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок;

-Цикличность тренировочного процесса;

**Классификация тренировочных заданий**

Ориентация на создание блока тренировочных заданий направленного воздействия в форме комплексов упражнений и игр является основой для пересмотра традиционных представлений о планировании и организации учебно-тренировочного занятия. Исходя из этого, тренировочные задания условно классифицируются на четыре группы:

1. обучающие;
2. комплексы, развивающие физические качества;
3. игры, развивающие физические качества;

 4) специальные, состоящие из средств беговой (прыжковой) подготовки

**Средства спортивной тренировки**

Основным средством спортивной тренировки являются физические упражнения. Они могут быть разделены на 3 группы:

* спортивно-оздоровительные упражнения;
* специально подготовительные упражнения;
* избранные соревновательные упражнения.

**Методы спортивной тренировки**

* Общепедагогические:

словесные (беседа, рассказ, объяснение); o наглядные (видеоматериал, наглядные пособия, пример).

* Практические:

 метод строго регламентированного упражнения:

* метод направленный на освоение спортивной техники;
* метод направленный на воспитание физических качеств.
* игровой метод;

 - соревновательный метод.

**Методические рекомендации по организации и проведению тренировки**

Цель: утверждение в выборе спортивной специализации и овладение основами техники, тактики.

Задачи:

1.Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, ловкости, гибкости;

2.Обучение основам техники шахматиста.

3.Начальное обучение тактическим действиям, привитие стойкого интереса к занятиям шахматами.

4. Подготовка к выполнению нормативных требований.

**Структура занятия:**

*Подготовительная часть.* Данная часть тренировочного занятия вводит детей в работу, которая запланирована, организует их, устанавливает контакт между детьми и преподавателем. Организм спортсмена подготавливается к выполнению предстоящей физической нагрузке, т. е. к выполнению более сложных упражнений основной части занятия. Для содержания первой части характерны строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание и другие. Главная задача этой части занятия - четкая организация детей, приобретение ими навыков коллективного действия; эти упражнения воспитывают дисциплину, повышают внимание. Не стоит в одно занятие включать много строевых упражнений и нельзя давать все время одни и те же движения.

*Основная часть****.*** Задача основной части занятия - овладение главными, жизненно-необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению спортивного вида шахматы. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств. Наиболее характерны для этой части не только такие традиционные упражнения, но и специальные упражнения. Кроме упражнений для развития общей выносливости, мышечной памяти, применяются упражнения, развивающие творческое мышление.

*Заключительная часть.* Задачи этой части занятия - завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства - медленная ходьба, упражнения на восстановления дыхания.

**Литература для педагога**

1. Весела И., Веселы И. Шахматный букварь. – М.: Просвещение,1983.
2. Гончаров В. Некоторые актуальные вопросы обучения дошкольника шахматной игре. – М.: ГЦОЛИФК,1984.
3. Гришин В., Ильин Е. Шахматная азбука. **–** М.: Детская литература,1980.
4. Зак В., Длуголенский Я. Я играю в шахматы. – Л.: Детская литература, 1985.
5. Князева В. Уроки шахмат. – Ташкент: Укитувчи,1992.
6. Сухин И. Волшебные фигуры, или Шахматы для детей 2–5 лет. – М.: Новая школа,1994.
7. Сухин И. Волшебный шахматный мешочек. – Испания: Издательский центрМаркота.МеждународнаяшахматнаяАкадемияГ.Каспарова,1992.
8. Сухин И. Необыкновенные шахматныеприключения.
9. Сухин И. Приключения в Шахматной стране. – М.: Педагогика,1991.
10. Сухин И. Удивительные приключения в Шахматной стране. – М.: Поматур,2000.
11. Сухин И. Шахматы для самых маленьких. – М.: Астрель, АСТ,2000.
12. СухинИ.Шахматы,первыйгод,илиТамклеткичерно-белыечудеситайн полны: Учебник для 1 класса четырёхлетней и трёхлетней начальной школы. – Обнинск: Духовное возрождение,1998.
13. Сухин И. Шахматы, первый год, или Учусь и учу: Пособие для учителя – Обнинск: Духовное возрождение,1999.
14. Шахматы – школе/ Сост. Б. Гершунский, А. Костьев. – М.: Педагогика, 1991.

 **Список литературы для детей**

1. Сухин И. Котята-хвастунишки // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1994. – Вып.3.
2. Сухин И. Лена, Оля и Баба Яга // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1995. – Вып.5.
3. Сухин И. От сказки – кшахматам.
4. Сухин И. Удивительные превращения деревянного кругляка // СухинИ.

Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Издательство фирмы ACT,1993.

1. Сухин И. Удивительные приключения шахматнойдоски.
2. Сухин И. Хвастуны вПаламеде.
3. Сухин И. Черно-белая магия Ущелья Великанов // Сухин И. Книгавыручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1994. – Вып.2.
4. Сухин И. Шахматная сказка // Сухин И. Приключения вШахматной стране. – М.: Педагогика,1991.

**4.Приложение**

***Приложение1***

**Требования техники безопасности в процессе реализации Программы.**

*Меры безопасности и предупреждения травматизма.* В любой деятельности существуют определенные правила для ее успешного выполнения, которые необходимо соблюдать. В спортивной деятельности есть свои меры безопасности, которые зависят от вида спорта и условий, где эта деятельность выполняется.

**ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ:**

- К занятиям шахматами допускаются обучающие, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;

- При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены;

 - При проведении занятий по шахматам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: Выполнение упражнений без разминки;

- При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;

- Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ:**

- Надеть спортивный костюм и спортивную обувь на нескользкой подошве; - Провести разминку

**ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ:**  - Не производить упражнение без разрешения тренера-преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

**ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ:** - При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

- При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру-преподавателю или администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

**ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ** :

- Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь; - Снять спортивный костюм и спортивную обувь; - Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.

***Приложение2***

**Критерии оценки и обработки результатов теоретических знаний учащихся**

Отслеживание теоретических знаний учащихся проводится по тестам три раза в течение учебного года с интервалом между диагностированием не менее 3 месяцев.

Для СО группы предлагается по 20 вопросов, составленных согласно темам программы, пропорционально количеству часов, содержащихся в данных темах. Каждый вопрос оценивается по трехбалльной системе:

2 балла – если на вопрос ответили в полном объеме;

1 балл – если на вопрос ответили, но не в полном объеме;

**0 баллов** – если на вопрос совсем не ответили.

По результатам, проведенного тестирования, можно судить о выполнении теоретического блока учебной программы:

Сравнение ответов учащихся в начале, середине и конце учебного года позволит сделать вывод о базовых знаниях детей на начало учебного года и об усвоении ими учебной программы в целом и отдельных ее тем в частности, а также об эффективности применяемых педагогических методов и форм работы.

**Протокол результатов диагностирования теоритических знаний**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  | **Фамилия, имя учащегося**  | **Старт тест** | **Промежуточный тест**  | **Итоговый тест**  | **Процент освоения программы по группе** |
| **Баллы**  | **Проценты** | **Баллы**  | **проценты** | **Баллы**  | **Проценты** |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Критерии оценки и обработки результатов физической подготовки учащихся**

Отслеживание физического развития учащихся в процессе обучения производится два раза: в начале и в конце учебного года по возрастным оценочным нормативам для девочек и мальчиков, принятым в общеобразовательной школе (Приложение 3).

За выполнение теста, соответствующего его возрасту, учащийся получает определенное количество **баллов:**

**«отлично»** -20б;

**«хорошо»** -10б;

**«удовлетворительно»** -5б;

**«неудовлетворительно»** -2б.

**Содержание предлагаемых тестов:**

**Тест 1** –Бег на60метров

**Тест 2** –Прыжок в длину с места

**Тест 3** –Подтягивание из виса на перекладине

**Тест 4** –Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу

**Тест 5** –Поднимание туловища из положения лёжа на спине

Максимальная сумма баллов, набранных за выполнение пяти тестов, составит 100 баллов, или 100%.

Результаты аттестации сводятся в таблицы, содержащие сведения о выполнении тестов каждым учащимся и усредненные данные по группе учащихся и по всем группам туристского объединения (таблицы 3 и 4). По результатам аттестации можно отследить изменение физического развития каждого учащегося и всей группы на протяжении СО этапа обучения.

**Протокол результатов**

**диагностирования физического развития учащихся**

Таблица 3

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия имя учащегося** | **Количество баллов** | **Сумма баллов** | **Средний процент по группе** |
| Тест 1 | Тест 2 | Тест 3 | Тест 4 | Тест 5 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Результаты стартовой (итоговой) аттестации физического развития**

Таблица 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Группа №\_\_\_ СО года обучения.** | **Итого:**  |
|  |  |
|  | Кол-во детей  | Средний бал | Процент | Общее кол-во детей | Процент освоения  |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |

**Контрольные нормативы по ОФП (мальчики)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название упражнений**  |  Возраст лет  |
| **7** | **8**  | **9** | **10** |
| Бег 30м (сек)  | 5,8 | 5,7 | 5,6 | 5,5 |
| Бег 1000м (мин) | 5.40 | 5.00 | 4.90 | 4.80 |
| Челноч. бег 10х5м (сек) | 19,2 | 18,9 | 18.7 | 18.6 |
| Пр. в длину с места (см) | 160 | 165 | 170 | 175 |
| Метание мяча (м) | 22 | 25 | 27 | 30 |
| Подтягивание в висе (кол-во раз) | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз) | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Наклон вперёд из положения сидя (см) | 9 | 10 | 11 | 12 |

39

**Контрольные нормативы по ОФП (девочки)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название упражнений**  |  Возраст лет  |
| **7** | **8**  | **9** | **10** |
| Бег 30м (сек)  | 6,1 | 6,0 | 5,9 | 5,8 |
| Бег 1000м (мин) | 6.10 | 5.40 | 5.30 | 5.20 |
| Челноч. бег 10х5м (сек) | 19,8 | 19,5 | 19.3 | 19.2 |
| Пр. в длину с места (см) | 140 | 150 | 160 | 170 |
| Метание мяча (м) | 20 | 22 | 24 | 26 |
| Вис (сек) | 12 | 15 | 16 | 17 |
| Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз) | 14 | 15 | 16 | 18 |
| Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз) | 10 | 11 | 12 | 13 |

***Приложение 3***

**Таблица нормативов норм (ОФП) для учащихся (10-15 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Упражнение** |  | **Мальчики** |  |  | **Девочки** |  |  |
|  |  | **отлично** | **хорошо** | **удовлет** | **отлично** | **хорошо** | **удовлет** |  |
| **1.** | Бег на 60 метров | 9,9 | 10,8 | 11,0 | 10,3 | 11,2 | 11,4 |  |
|  |  |
|  | (секунд) |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2.** | Прыжок в длину | 175 | 160 | 150 | 165 | 145 | 140 |  |
|  |  |
|  | с места (см) |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3.** | Подтягивание из виса | 7 | 4 | 3 | 17 | 11 | 9 |  |
|  | лёжа на перекладине |  |
|  | (кол-во раз) |  |  |  |  |  |  |  |
| **4.** | Сгибание и разгибание |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 20 | 14 | 12 | 14 | 8 | 7 |  |
|  | рук в упоре лёжа на |  |
|  | полу (кол-во раз) |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5.** | Поднимание туловища |  |  |  |  |  |  |  |
|  | из положения лёжа на | 35 | 25 | 15 | 30 | 20 | 15 |  |
|  | спине (кол-во раз за |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1мин) |  |  |  |  |  |  |  |

40

 **Таблица нормативов норм (ОФП) для учащихся (15-18 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Упражнение** |  | **Мальчики** |  |  | **Девочки** |  |  |
|  |  | **отлично** | **хорошо** | **удовлет** | **отлично** | **хорошо** | **удовлет** |  |
| **1.** | Бег на 60 метров | 8,7 | 9,7 | 10,0 | 9,6 | 10,6 | 10,9 |  |
|  |  |
|  | (секунд) |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2.** | Прыжок в длину | 200 | 185 | 175 | 175 | 155 | 150 |  |
|  |  |
|  | с места (см) |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3.** | Подтягивание из виса | 10 | 6 | 4 | 18 | 11 | 9 |  |
|  | лёжа на перекладине |  |
|  | (кол-во раз) |  |  |  |  |  |  |  |
| **4.** | Сгибание и разгибание |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 22 | 16 | 12 | 15 | 9 | 7 |  |
|  | рук в упоре лёжа на |  |
|  | полу (кол-во раз) |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5.** | Поднимание туловища |  |  |  |  |  |  |  |
|  | из положения лёжа на | 47 | 36 | 30 | 40 | 30 | 25 |  |
|  | спине (кол-во раз за |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1мин) |  |  |  |  |  |  |  |

**Примерные синзитивные периоды развития физических качеств**

|  |  |
| --- | --- |
| Морфофункциональныепоказателифизические качества | Возраст, лет |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| Рост  |  |  |  |  |  | \* | \* | \* | \* |  |  |
| Мышечная масса |  |  |  |  |  | \* | \* | \* | \* |  |  |
| Быстрота  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |
| Скоростно-силовые качества |  |  |  | \* | \* | \* | \* | \* |  |  |  |
| Силовые способности |  |  |  |  |  | \* | \* | \* |  |  |  |
| Выносливость (аэробные возможности) |  | \* | \* | \* |  |  |  |  | \* | \* | \* |
| Анаэробные возможности |  |  | \* | \* | \* |  |  |  | \* | \* | \* |
| Гибкость  | \* | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |  |  |
| Координационные способности |  |  | \* | \* | \* | \* |  |  |  |  |  |
| Равновесие  | \* | \* |  | \* | \* | \* | \* | \* |  |  |  |

**Словарь шахматных терминов**

**А**

* **Адванс**– игра, в которой разрешается использовать помощь компьютера.
* **Армагеддон** — заключительная, решающая партия матча в случае ничейного исхода как основной части матча, так и тай-брейка.
* **Атака –** наступление на позицию короля неприятельской стороны с целью мата. В более узком смысле – нападение на фигуру.
* **Атакёр**—игрок, предпочитающий атакующий стиль игры.

**Б**

* **Батарея**—тандем двух фигур, каждая из которых усиливает потенциал другой фигуры или атаки. Например: сдвоенные ладьи.
* **Баранка**(бублик) — нолик в турнирной таблице.
* **Безнадега –**безнадежная позиция.
* **Белопольник**—слон белопольный.
* **Белоцветчик**—шахматист, который намного лучше играет белыми, нежели черными
* **Бешеная ладья**— фигура (ладья), которую бесконечно жертвуют с целью получить позицию пата на доске.
* **Блиц**— игра, при которой контроль времени, как правило, не превышает 5 минут на партию. С добавлением или без добавления нескольких секунд на ход по истечении времени.
* **Блицор**— игрок, который умеет и любит играть блиц.
* **Блокада**— один из приемов ограничения подвижности фигур соперника.
* **Блокер**—любая фигура, препятствующая продвижению пешки противника.
* **Быстрые шахматы**(другое название — рапид) — игра, при которой контроль времени, как правило, находится в диапазоне 15-30 минут на всю партию.

**В**

* **Вертикаль**— все поля доски, идущие вверх от наименования. Например, вертикаль А: все поля от А1 до А8.
* **Вечный шах**— положение, когда один из игроков дает повторяющиеся шахи, а второй не может от них уклониться.
* **Взятие на проходе**— взятие пешкой пешки противника, которая пересекает своим первым ходом на два поля – поле, которое бьется пешкой противника.
* **Вилка**— одновременное нападение на две фигуры соперника конем или пешкой
* **Висячие пешки**— пара центральных пешек, которые невозможно защитить другими пешками. Например пешки С и D при отсутствии пешек В и Е.
* **Вскрытый шах**— шах, возникающий при «отскоке» фигуры и открытии нападения на короля от другой фигуры.
* **Выжидательный ход**— ход, цель которого не ухудшить позицию или выяснить намерения партнера.
* «**В одну калитку**»- более, чем убедительная победа.

**Г**

* **Гамбит**— один из видов дебюта, в котором одна из сторон жертвует материал ради достижения свои целей. Например, перевес в развитии, инициатива.
* **Гарде**(от французск. gardez — берегись) — жаргон начинающих, означающий нападение на ферзя.
* **Голый король**— ситуация, когда король не защищен своими фигурами
* **Горизонталь**— поля на доске и одинаковым цифровым индексом.  Например: первая горизонталь.
* **Гроб**— (безнадега, горшок, жбан, труба, ящик) — плохая или безнадежная позиция.

**Д**

* **Дальнобойная фигура**— дальнобойными считаются ферзь, ладья и слон.
* **Двух слонов преимущество**— открытая позиция, когда у одной из сторон два слона против слона и коня или двух коней.
* **Движок**— это уникальная программа, которая встраивается в  шахматную  оболочку (например «Фриц», «Арена», «Шредер»), тем самым сила игры оболочки увеличивается во много раз.
* **Дебют**— начальная стадия партии.
* **Демаркационная линия**— условное название линии разделяющей четвертую и пятую горизонталь.
* **Диагональ**— группа полей на  доске одного цвета. Например все поля от а1 до h8 по прямой линии.
* **Детский мат**— быстрый мат ферзем и слоном в дебюте.
* **Доминация**— подавляющее преимущество, которое проявляет себя в полном контроле над ключевыми полями и пространством шахматной доски в целом.
* **Доплывать**(доползать)— играть на ничью в заключительной части турнира.
* **Дракон**— один из вариантов  сицилианской защиты, при котором чернопольный слон черных фиакетируется на поле g7. Например 1.e4 c5 2.Nf3 d6 3.d4 cxd4 4. Nxd4 Nf6 5.Nc3 g6
* **Дыра**— очень уязвимое поле.
* **Длинная рокировка**— рокировка в длинную сторону. Кроме того, рокировкой в шутку называют три ноля подряд в турнирной таблице.

**Е**

* **Ёж**— расположение черных пешек на полях шестой горизонтали d6 и е6 в некоторых вариантах сицилианской защиты.

**Ж**

* **Жертва**— отдача или невыгодный (неэквивалентный)  размен материала ради достижения других целей. Например: атака на короля.
* **Жертва корректная**— обоснованная жертва
* **Жертва некорректная**(блеф) — необоснованная жертва в расчете на ошибку.
* **Жертва позиционная**— жертва, которая не предполагает отыгрыш материала в ближайшей перспективе.

**З**

* **Задача шахматная**— позиция, в которой дается задание найти единственный путь к мату в определенное количество ходов.
* **Забор**— пешечная фаланга или ряд.
* **Закрытая игра**— игра при закрытом пешечными цепями центре.
* **Засада**— дальнобойная фигура находится в укрытии своих фигур до поры до времени.
* **Заснуть**—задуматься на долгое время.
* **Звон**— разговоры  во время игры блиц.
* **Зевок**— очевидная ошибка, просмотр фигуры или пешки.
* **Зрение комбинационное**– способность видеть тактические возможности позиции.

**И**

* **Игра вслепую**— игра без фигур. При этом разрешается пользоваться пустой доской. Ходы передаются словами шахматной нотации.
* **Игра на три результата**— непредсказуемое положение на доске, когда возможен любой исход партии.
* **Играть руками**— игра на автомате, без особых раздумий.
* **Изолятор**— жаргонное название изолированной пешки.
* **Инициатива**— возможность навязывать  сопернику характер борьбы: темп, стиль, направление.
* **Испанка**— упрощенное название испанской партии.
* **Испортить прическу**— разрушить монолитность пешечного построения.
* **Итальянка**— упрощенное  название итальянская партия.

**К**

* **Капкан** — невыгодная ситуация, в которую попадает игрок в результате расставленной соперником ловушки.
* **Катать**— играть много и поверхностно.
* **Китайская ничья**— смахнуть фигуры с доски  и выйти изо стола.
* **Качество**— наличие соотношения ладья против легкой фигуры. Виграть качество – выиграть ладью ценой легкой фигуры.
* **Квалификация шахматная**— признанный уровень игры шахматиста. Документируется присвоением разрядов и званий в соответствии с шахматной иерархией.
* **Кингчесс**— экзотический вид шахмат. В процессе игры соперники поэтапно выставляют свои фигуры на пустую в начале партии доску.
* **Классика** — игра с традиционным, «классическим» контролем времени.
* **Клиент**— легкий соперник, у которого уже выигрывал не раз.
* **Комбинация**— форсированная последовательность ходов.
* **Комбинатор, комбайнёр**— шахматист, любящий и умеющий комбинировать.
* **Комодо (Komodo)**— шахматная программа.
* **Коновал**— шахматист, любящий играть конями.
* **Контргамбит**— противовес гамбиту, — дебют, в котором на жертву следует ответная жертва.
* **Контригра**— встречная игра против активности соперника.
* **Конь Каспарова**— черный конь, которого водрузили на поле d3.
* **Конь Тарраша**— фигура (конь), расположенный на краю доски.
* **Кооперативный мат**— мат, который возник благодаря «усилиям» обеих сторон.
* **Короткая рокировка**— рокировка в сторону королевского фланга.
* **Крепость**— позиция, в которой при правильной игре обороняющейся стороны невозможно одержать победу.
* **Круговик**— соревнование (шахматный турнир)  по круговой системе. Все участники должны сыграть каждый с каждым.
* **Криттер (Critter)**— шахматная программа.

**Л**

* **Лавирование**— позиционная игра без явных активных действий.
* **Ладейник**— ладейный эндшпиль.
* **Ласкеровская компенсация** — ситуация, в которой за ферзя есть компенсация в виде ладьи, слона и пешки.
* **Лёгкая партия**— шахматная партия в неофициальном формате и без контроля времени.
* **Лёгкая фигура**—конь и слон.
* **Ловушка** — прием в расчете на  опрометчивую или неумелую игру соперника.
* **Лошадь**—жаргонное, шутливое название коня.

**М**

* **Мат**— положение на доске, когда король нахдится под шахом и не имеет возможности уйти из-под шаха или защититься другим способом.
* **Мат Легаля**— матовая комбинация с жертвой ферзя в дебюте.
* **Мат линейный**— ситуация мата одной или двумя тяжелыми фигурами на крайней горизонтали.
* **Мат спёртый**— ситуация мата конем, при которой король зажат собственными фигурами.
* **Матовая сеть**— положение, когда через несколько ходов будет неизбежно поставлен мат.
* **Материал**— пешки и фигуры.
* **Матч**— соревнование, в котором два шахматиста играют между собой определенное количество партий.
* **Мельница**— комбинация последовательных вскрытых шахов.
* **Миниатюра**— 1) короткая по количеству ходов партия, завершившаяся победой одной из сторон 2) Этюд или задача с небольшим количеством фигур.
* **Миттельшпиль**— срединная часть игры. Между дебютом и эндшпилем.
* **Мишень**— объект атаки на шахматной доске.

**Н**

* **Ничья**— итог партии, в которой никто из игроков не победил. Каждый получает по пол-очка.
* **Насиловать позицию**— игра без учета позиции, как правило, себе во вред.
* **Не выйти из дебюта**— потерпеть поражение в дебюте.
* **Ничья в кармане**— ситуация, при которой есть возможность играть без риска потерпеть поражение.
* **Новинка**— новое продолжение в известном варианте.
* **Нокаут-система**— формат турнира, схожий с олимпийской системой в других видах спорта. В следующий круг выходит только победитель. По сути – плэй-офф.
* **Нотация шахматная** — система правил, согласно которым ведется запись партии.

**О**

* **Обезьянья игра** — стремление одного из игроков к симметричному повторению ходов.
* **Обдернуться**— сделать не тот ход, что задумал.
* **Обжорный ряд**— горизонталь, на которой ворвавшиеся ладь или ферзь собирает «урожай» пешек.
* **Окучить**— уверенное, методичное давление на позицию соперника с последующим выигрышем материала.
* **Отжарить**— красивая, убедительная победа.
* **Откладывание партии** — процесс, при котором партия прерывается и затем (через несколько часов или на следующий день) доигрывается. В современных шахматах практически не применяется.
* **Открытая игра** — игра в открытых позициях.
* **Открытая линия**— свободная от фигур вертикаль.
* **Открытые дебюты**— дебюты, возникающие после первого хода  e4 e5.
* **Отравленная пешка** — пешка, взятие которой влечет за собой неприятные сюрпризы и последствия.
* **Отсталая пешка**— пешка, отставшая от своих собратьев, ставшая объектом атаки.

**П**

* **Пат**— положение на доске, при котором игрок, за которым право хода, — не может сделать ход, не нарушая шахматных правил и его король не находится под шахом.
* **Первая линия**— лучшее продолжение, предлагаемое шахматной программой.
* **Пешка**— шахматная единица, имеющая минимальную ценность.
* **Пешечник**— пешечный эндшпиль.
* **План игры**— идея, воплощенная в конкретные последовательные действия в шахматной партии.
* **Пластуны**— пешки, которые двигаются к полю превращения на разных флангах.
* **Плотный ход**— синоним понятия сильный ход.
* **Поддавки**— формат игры, в котором побеждает игрок, отдавший все свои фигуры, в том числе короля.
* **Подкрутить позицию**— создать дополнительное напряжение на доске игровыми способами.
* **Позиция** — положение на доске.
* **Поле**— единица пространства в шахматах, другие названия — клетка или пункт.
* **Полтинник**— половина набранных очков от количества возможных.
* **Поле «слабое»**— поле, которое может быть использовано для вторжения соперником.
* **Поплыть**— растеряться, перейти на игру «на автомате».
* **Похоронить вариант**— однозначно оценить вариант, как невыгодный и непригодный для применения.
* **Превращение**— изменение статуса пешки другой фигурой аналогичного цвета, кроме короля при достижении 8 или 1 горизонтали
* **Прихватить соперника в дебюте**— поставить перед соперником трудноразрешимые проблемы в дебюте.
* **Провисать**— нахождение фигуры «под боем» без защиты.
* **Промежуток**— то же, что промежуточный ход.
* **Программа шахматная**— разновидность компьютерных программ, способных делать ходы, анализировать и оценивать позицию.
* **Промежуточный ход**— неожиданный, не очевидный ход в форсированном варианте.
* **Пространство**— объем игрового поля шахматной доски. Является фундаментальным ресурсом шахматной игры.
* **Профилактика**— управление рисками, предупреждение угроз.
* **Проходная пешка**— пешка, которая может двигаться к полю превращения перед которой отсутствуют пешки соперника.
* **Преимущество**— превосходство над соперником  в каком либо аспекте.

**Р**

* **Размен**— ход или несколько ходов, при которых происходит взаимный обмен фигурами.
* **Раздача люлей**— победы с подавляющим преимуществом.
* **Разноцвет**— положение в эндшпиле, когда у сторон по одному слону разного цвета полей. Не считая других фигур.
* **Расписать**— сыграть быструю ничью без борьбы.
* **Рассыпаться**— получить в несколько ходов проигранную позицию из приемлемой или хорошей.
* **Рейтинг**—уровень относительной силы игрока, измеряемый числовым коэффициентом.
* **Рентген**— эффект от действия дальнобойной фигуры (например фианкетированного слона), при котором фигуры соперника потенциально под угрозой взятия.
* **Ретроградный анализ** — задание в шахматной композиции на выяснение последнего хода в партии.
* **Рокировка**— ход с участием сразу двух фигур. А именно, короля и ладьи.  При рокировке король перемещается изначальной позиции через поле (вправо, или влево). а ладья перескакивает через короля, становясь на соседнее поле.
* Ряд «обжорный» — вторая или седьмая горизонталь, на которой «свирепствует» ладья и поедает пешки.
* **Рубить флаг**— умышленная игра на время.
* **Рыба**(жаргон)— ничья.
* **Рыбка (Rybka)**— один из продвинутых  шахматных программ.

**С**

* **Связка**— нападение на фигуру противника, которая прикрывает собой более важную фигуру. Или же ключевое поле.
* **Связанные пешки**— пешки, находящиеся на соседних вертикалях рядом друг с другом.
* **Сдвоенные пешки**— две пешки одного цвета на одной вертикали.
* **Сеанс одновременной игры** — формат игры, когда шахматист играет с несколькими соперниками одновременно на разных досках. Ходы делаются поочередно.
* **Скахография**— жанр шахматной композиции, когда расположение фигур образует очертания букв, цифр или рисунки.
* **«Слабое» превращение**— превращение пешки в фигуру, отличную от ферзя.
* **«Слепота» шахматная**— что-то вроде затмения, когда игрок не видит очевидный ход.
* **Стратегия шахматная**— набор принципов, методов и план игры против определенного соперника.
* **Самоходки**— связанные пешки, близкие к полю превращения.
* **Сбор урожая (шут.)**— перевод позиционного или другого преимущества в материальное.
* **Сицилианка**— сицилианская защита.
* **Скинуть**— принести в жертву материал или вернуть жертву сопернику.
* **Славянка**— славянская защита.
* **Слоны Горвица**— два слона рядом одного цвета, простреливающие диагонали.
* **Слон Гуфельда**— фианкетированный слон g7 в староиндийской защите.
* **Слон Фишера**—белопольный слон белых в испанской партии и сицилианской защите.
* **Соскок**— неожиданное спасение в тяжелой позиции.
* **Сплав**— умышленный проигрыш.
* **Старушка**(шут.)— староиндийская защита.
* **Стокфиш (Stockfish)**— одна из лучших шахматных программ.
* **Стоять**— придерживаться выжидательной тактики.
* **Строчка**— решающий перевес. Произносятся как «плюс-минус в строчку» (когда перевес у белых) и «минус-плюс в строчку» (когда у чёрных).
* **Стучать**— играть блиц или во взаимном цейтноте.

**Т**

* **Табия**— хорошо изученная позиция.
* **Тактика шахматная**— набор комбинационных  приёмов. Вилка, двойной удар, отвлечение, завлечение и т.д.
* **Темп**— динамика ходов. Потеря темпа — лишний ход, потеря времени.
* **Теория шахматная**— область анализа и обобщения знаний в шахматах, выявление закономерностей. Обычно имеют ввиду дебютную теорию.
* **Топталка**— неоднократное повторение позиции.
* **Треугольник** — способ передачи очереди хода сопернику для достижение цели поставить его в положение цугцванга.
* **Тура**— жаргонное название ладьи.
* **Туристы**— (юмор) слабые шахматисты, не претендующие на победу в турнире.
* **Турнир**— разновидность шахматного соревнования, в котором участвуют более двух игроков.
* **Турнирная таблица**— документ, в котором фиксируются результаты партий участников турнира.
* **Тычок**— движение пешки навстречу неприятельским силам.
* **Тяжёлая фигура**—ферзь и ладья.

**У**

* **Угроза**— потенциальная или реальная опасность.
* **Уконтрапупить**— уверенно обыграть.

**Ф**

* **Фаланга**— пешечная цепь.
* **Фейерверк**—комбинация с каскадом жертв.
* **Фианкетто**—фианкетирование, развитие слона в «домик» из пешек  (к примеру слон на g2 при пешках f2, g3 и h2).
* **Фишка**(жаргон) — шахматная фигура.
* **Фланг**—вертикали a, b, c, f, g, h.
* **Фланг королевский**— фланг на вертикалях f, g, h.
* **Ферзевый фланг**— фланг на вертикалях a, b, c.
* **Фишеровские шахматы**— в начальной позиции фигуры расположены произвольно, за исключением:  пешки занимают второй ряд, —слоны стоят на полях разного цвета, ладьи с разных сторон от короля.
* **Форпост**— внедренная во вражеский лагерь фигура под защитой пешки. Например, конь на d6 под защитой  пешки е5.
* **Форсаж**— форсированный вариант.
* **Форсирование**— серия ходов, в которой соперник отвечает только вынужденным образом.
* **Форточка** — поле, для ухода короля от шаха по первой (восьмой) горизонтали. Как правило h2 или g2.

**Х**

* **Ход**— передвижение фигуры с одного поля на другое.
* **Хвост**— группа участников-аутсайдеров в турнире. Иногда так называют последние доски в командных соревнованиях.

**Ц**

* **Цейтнот**— нехватка времени для обдумывания.
* **Цементировать**— сверхнадежная защита.
* **Ценность фигур**— номинальная значимость фигуры в игре по отношению к другим фигурам. Например, конь равен трем пешкам.
* **Центр**— поля e4,e5,d4 и d5.
* **Цугцванг**(цуг)— ситуация, при которой любой ход ведет к ухудшению позиции.

**Ч**

* **Часы шахматные**— специальная разновидность часов, в которых имеются  два циферблата и  механизм переключения часов таким образом, что ходят часы игрока, обдумывающего ход.
* **Часы Фишера**— шахматные часы, в которых предусмотрено прибавление нескольких секунд к каждому ходу.
* **Чернопольник**— чернопольный слон.

**Ш**

* **Шах**— ситуация нападения на короля. Король находится под шахом означает, что он находится под боем фигуры противника и должен защититься.
* **Шах д**войной — ситуация, в которой шах объявлен сразу двумя фигурами.
* **Шахматная композиция**— разновидность шахмат, в которой составляют позиции для решения задач и этюдов.
* **Шахматная фигура**— король, ферзь, ладья, конь, слон.
* **Швейцарка**— турнир с большим количеством участников. Основное правило — между собой должны встречаться игроки, имеющие одинаковое или максимально близкое количество очков на данный момент.
* **Швиндель** — неожиданный комбинационный удар.
* **Шлёпать**— играть быстро и плохо.
* **Шпилер**—игрок, делающий ставки на ловушки и использование ошибок партнера.
* **Штаны**— ситуация, когда слон не может удержать две проходные пешки на разных флангах.
* **Шреддер (Shredder)**— одна из продвинутых шахматных программ.

**Э**

* **Эстетика шахмат** — способность игры вызывать эстетическое удовольствие.
* **Эндшпиль**— завершающая часть партии.
* **Этюд шахматный**— элемент шахматной композиции. Созданная позиция, в которой требуется найти единственный путь к решению поставленной задачи – достижения выигрыша