

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Приморская спортивная школа»

Рассмотрено педагогическим советом
МБУ ДО «Приморская спортивная школа»
Протокол №1 от 29.08.2025 г.

Утверждаю
Директор
МБУ ДО «Приморская спортивная школа»

Севастьянов И.А.
Приказ № 37/01-09 от «01» сентября 2025 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Шашки»
для обучающихся 6-17 лет
Срок реализации 1 год**

Составитель: Ярославцев А.И.
Тренер-преподаватель
МБУ ДО «Приморская спортивная школа»

Архангельск

2025г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3-4
2.НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ.....	5-16
3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....	17-21
4.ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ.....	22-23
5. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	24
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	25-28

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа спортивной подготовки (далее – Программа) подготовлена на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шашки, утвержденным приказом Минспорта России от 14 декабря 2022 г. N 1246 (далее – ФССП), разработанного на основании Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», с учетом нормативно-правового обеспечения деятельности спортивных школ в РФ с целью: организации, планирования и проведения тренировочного процесса с лицами, проходящими спортивную подготовку (далее - спортсменами) в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Приморской спортивной школе».

Актуальность программы

О социальной значимости шашек, их возрастающей популярности в мире можно судить по таким весомым аргументам, как создание международных организаций, занимающихся популяризацией и пропагандой шашек, проведение многочисленных международных соревнований, выпуском разнообразной шашечной литературы.

Игра в шашки развивает комплекс важнейших личностных качеств и потому с давних пор приобрела особую социальную значимость - это один из самых лучших и увлекательных видов досуга, когда-либо придуманных человечеством.

Поэтому актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на организацию содержательного досуга учащихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности.

Шашки нам нужны как способ самовыражения творческой активности человека.

Направленность программы

Учитывая, что русские шашки – это сплав спорта, искусства, науки, дополнительная образовательная программа «Шашки» имеет физкультурно-спортивную, общеинтеллектуальную направленность (изучение шашечной теории, творческих достижений мастеров прошлого).

Данная программа является попыткой систематизировать и обобщить методические материалы для обучения детей игре в русские шашки.

Рекомендуемая программа составлена на основе многолетнего опыта работы ведущих тренеров страны и предназначена для клубной работы со школьниками по обучению игре в русские шашки и повышению спортивного мастерства.

Учебный материал в программе рассчитан на этапы начальной подготовки, учебно-тренировочные занятия, этап спортивного совершенствования.

Цели и задачи программы

Цели:

развитие личности обучающегося, совершенствование его интеллектуального потенциала, социальной адаптации через занятия шашками.

Задачи программы:

личностные: - формирование активности, памяти, мышления, концентрации внимания, умения сосредотачиваться на проблеме;

- содействовать развитию логики у детей, умения совмещать разные знания и применять их в любых жизненных ситуациях;

- развить потребность в систематических занятиях шашками;

- содействовать развитию личных качеств «бойца» - выдумки, изобретательности, концентрации внимательности, игровой активности, а также творческих способностей.

- развивать у обучающихся умение ставить и решать задачи, способность к

самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты;

- сформировать у учащихся устойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни, способность к самостоятельному физическому и нравственному самосовершенствованию;

метапредметные: - содействовать воспитанию дружеских взаимоотношений в игре, уважения к сопернику и судьям, строгого соблюдения спортивной этики; воспитать эстетическое восприятие игры как элемента подлинного искусства;

- воспитать чувство личной ответственности за результат, стремления к достижению спортивных успехов;

- приучить к самоанализу, занятиям самообразованием с использованием специальной литературы;

- профессиональная ориентация и самоопределение ребенка;

- воспитывать трудолюбие, способность к преодолению трудностей, целеустремленность и настойчивость в достижении результата. **предметные (образовательные):**

- обучить основным правилам шашечной игры;

- ознакомить с основами теории шашечной игры: дебюта, миттельшпиля, эндшпиля; дать навыки ведения разработки личного дебютного репертуара;

- научить владеть всеми элементами шашечной техники, знаниями во всех стадиях партии;

- способствовать развитию умения преодолевать препятствия, рассчитывать заранее действия противника, правильно за них.

2.НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ

Отличительные особенности программы

Содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии со следующими уровнями сложности:

«Стартовый уровень» - 1-е классы

Использование и реализация общедоступных и универсальных форм организации, минимальная сложность предлагаемого материала для освоения содержания программы.

«Базовый уровень» - 2-4 классы

Предлагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию целостной картины в рамках содержательно - тематического направления программы.

«Продвинутый уровень» - 5-9, 10-11 классы

Предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы.

На данном уровне сложности важнейшее внимание уделяется высокой степени самостоятельности обучающихся в познавательной и творческой деятельности.

Каждый обучающийся имеет возможность начать обучение по программе на стартовом этапе, переходя к любому из уровней.

2.1. Порядок зачисления в группы

Возраст детей, участвующих в образовательной программе, 7-18 лет.

Специальных способностей в данной предметной области не требуется. Отбор на обучение не проводится. Физиологические и психологические особенности детей в

основном соответствуют возрасту. Медицинский документ о допуске к занятиям не требуется.

Учебные группы комплектуются с учетом возраста и спортивной подготовки занимающихся.

Набор на обучение в августе-сентябре.

Учебная группа от 8 до 20 человек.

Возможны индивидуальные занятия.

Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки устанавливаются в соответствии на основании требований, предъявляемых приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных

и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

2.2. Организация образовательной деятельности и режим тренировочной работы.

Тренировочная деятельность организуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время в соответствии с календарным учебным графиком, годовым учебным планом и календарем спортивно-массовых мероприятий. Годовой учебный план рассчитан на 36 недель в условиях спортивной школы.

Формы и виды обучения

Занятия проводятся 5 раз в неделю.

Продолжительность занятий

Понедельник, среда, пятница – 2,5 учебных часа;

Вторник, четверг - 1,5 учебных часа.

Срок реализации 1 год. 90 часов

2.3 Планирование и учет учебно-тренировочного процесса

Методы организации занятий:

Словесные: лекция; беседа; рассказ; сказка; объяснение педагога; теоретические и судейские семинары; анализ партий и типовых позиций.

Наглядные: показ видеоматериалов; работа с демонстрационной доской; консультационные партии, матчи.

Практические: конкурс решения комбинаций, этюдов, задач; тесты; сеанс одновременной игры; игра вслепую; тренировочные партии, матчи; квалификационные турниры; экскурсия; доклады обучающихся.

Примерная структура занятий:

1. Организационный момент. Постановка учебной цели и задач. Разминка. Проверка домашнего задания,

2. Закрепление предыдущего материала. Введение нового материала (теория).

3. Закрепление изученного материала, то есть непосредственно сама шашечная

игра (практика).

4. Подведение итогов – озвучивание результатов, оценок и другое.

5. Рефлексия.

Ожидаемые результаты и формы их проверки

Предметные:

1. Представления об игре в шашки как среде эмоциональной коммуникации.

2. Знания об истории появления шашечной игры, шашечном кодексе.

3. Знания о правилах шашечной игры, буквенно-цифровом ряде и нотации.

4. Представления об основах композиционной игры.

Метапредметные:

1. Развитие творческой самостоятельности учащихся в процессе игры.

2. Развитие умения управлять своей деятельностью посредством активизации внимания, памяти, образного мышления.

3. Развитие умений планировать, анализировать и осуществлять корректировку игры.

4. Формирование умения самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию по игре в шашки.

Личностные:

1. Устойчивая мотивация к занятиям шашками.

2. Осознанный выбор к организации содержательного досуга.

3. Способность к установлению связи между поставленной целью, мотивом и качеством игры.

Формы подведения итогов реализации программы: наблюдение, тестирование, практические контрольные занятия, соревнования.

Для анализа результативности освоения образовательной программы предусмотрена система подведения итогов.

Текущий контроль - это оценка качества усвоения обучающимися содержания конкретного занятия, темы, раздела программы.

Промежуточная аттестация - это оценка качества усвоения обучающимися содержательной программы по итогам учебного периода (этапа)

Итоговый контроль - это оценка уровня достижений обучающихся по завершению всего курса образовательной программы.

(см. Приложение No1 Оценочные средства)

Критерии оценки результатов:

• Высокий уровень - обучающийся самостоятельно и правильно справился с заданием;

• Средний уровень - для правильного выполнения задания обучающемуся требуется несколько самостоятельных попыток или подсказка педагога;

• Низкий уровень – обучающийся не выполнил задание даже после подсказки педагога.

2.4. Годовой учебно-тренировочный план

Учебный план дополнительной образовательной программы.

Учебный план

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Физическая культура и спорт в России	1	1	-
2	История развития шашек	1	1	-

3	Шашечный кодекс	1	1	-
4	Первоначальные понятия	10	2	8
5	Тактика	10	5	5
6	Стратегия	10	2	8
7	Эндшпиль	12	2	10
8	Дебют	15	3	12
9	Композиция	15	3	12
10	Спаринг-тренировки, сеансы одновременной игры, конкурсы решений	5	1	4
11	Классификационные турниры	10	-	10
12	Итого:	90	21	69

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Организационное занятие	1	0	1	Беседа
2	Что такое шашки	1	0	1	Беседа, наблюдение за игрой
3	Правила игры	1	0	1	Беседа, наблюдение за игрой
4	Шашечная доска	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
5	Игровые поля	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
6	Ходы простых	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
7	Взятие	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
8	Превращение в дамку.	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
9	Ходы дамок Взятие дамок	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
10	Запирание	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
11	Цель игры. Выигрыш	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
12	Ничья по соглашению противников	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
13	Значение центра	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
14	Сложное взятие	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
15	Выбор при взятии	0	1	1	Беседа, наблюдение за

					игрой
16	Сила шашек и дамок Тренировочные партии	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
17	Простые комбинации	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
18	Правило “тронул-ходи”	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
19	Тренировочные партии	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
20	Что такое “застава”	1	0	1	Беседа, наблюдение за игрой
21	Связка	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
22	Игровая практика	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
23	Решение простых позиций	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
24	Оппозиция	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
25	Ближняя оппозиция	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
	Дальняя оппозиция Размен и оппозиция	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
26	Запись партии	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
27	Турнирная дисциплина	1	0	1	Беседа, наблюдение за игрой
28	Дебют.Понимание идеи дебютов	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
29	Форсированный характер некоторых дебютов.	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
30	Изолированные шашки	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
31	Слабый и сильный фланг	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
32	Решение комбинаций	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
33	“Золотая шашка”	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
34	Подрыв слабых полей Тренировочные партии	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
35	Решение комбинаций	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
36	Развитие левого фланга	0	1	1	Беседа, наблюдение
37	Порядок введения шашек в игру.	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
38	Тренировочные партии	0	1	1	Беседа, наблюдение за

					игрой
39	Выигрыш темпа	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
40	Скользкий размен	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
41	Вилка. Запирание	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
42	Удар с поля №4	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
43	Тренировочный турнир	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
44	Анализ сыгранных партий	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
45	Дебют «Косяк» Ловушка в дебюте «Косяк»	1	1	2	Беседа, наблюдение за игрой
46	Тренировочные партии	0	3	3	Беседа, наблюдение за игрой
47	Решение позиций	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
48	Тренировочные партии	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
49	Эндшпиль. Этюд Пеля	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
50	Как развить слабый фланг Особенности фланговой игры	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
51	Участие в турнирах	0	3	3	Беседа, наблюдение за игрой
52	Анализ сыгранных партий	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
53	Дебютные новинки в «Коле»	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
54	Тактика «Контржертва»	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
55	Тренировочные партии	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой
56	Физическая культура и спорт в России. История шашек в России	1	0	1	Беседа, наблюдение
57	Шашечный кодекс	1	0	1	Беседа, наблюдение
58	Тактика окружения	0	1	1	Беседа, наблюдение за игрой
59	Тренировочный турнир	0	3	3	Беседа, наблюдение за игрой
60	Тренировочный турнир. Участие в	0	2	2	Беседа, наблюдение за игрой

	соревнованиях				
61		0	1	1	Промежуточная диагностика/Итоговая диагностика
	Всего	21	69	90	

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

Группы обучения, классы	Сроки реализации, кол-во учебных недель	Всего академ. часов в год	Кол-во ч/нед	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)
Группа	1.09.2025 -15.05.2026	90	9	5 (3 занятия-1,5 часа и 2 занятия -2,5 часа)

2.5. Содержание программы

1. Шашечный кодекс. Судейство и организация соревнований

Правила игры. Нотация. Турнирная дисциплина. Правила: «тронул — ходи», «бить — обязательно». Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, официальные, товарищеские, сеансы одновременной игры.

2. Исторический обзор

Возникновение шашечных игр. Появление шашек на Руси. Упоминание их в былинах и других литературных памятниках.

Шашки в культурной жизни России. А. Д. Петров. Первая книга о шашках на русском языке. Роль М. К. Гоняева, Н. Н. Панкратова, Д. И. Саргина, В. И. Шошина, П. П. Боброва, П. Н. Бодянского в популяризации шашек.

3. Начальные сведения

Основные стадии партии: начало (дебют), середина (миттельшпиль), окончание (эндшпиль).

4. Начало партии

Значение начала (дебюта) в русских шашках.

Стратегические функции. Форсированный характер многих дебютных вариантов. Важность понимания идей дебютов. Точность разыгрывания дебютных вариантов. Цель хода 1.c3-d4 — развитие левого фланга белых. Начало «Отыгрыш» — первые 5-6 ходов. Начала «Кол», «Тычок» — первые 5—6 ходов.

«Перекресток» — разыгрывание связки типа «клещи».

«Вилочка» — первые ходы. Начала «Городская партия», «Старая партия» — первые 7—8 ходов.

«Жертва Кукуева» — начальное представление.

«Обратная городская партия», «Игра Филиппова», «Игра Каулена», «Игра Бодянского» — первые 5—6 ходов.

Начало «Отыгрыш». Борьба за центр.

«Городская партия». Идеи связки центра с поля c5. Переход на блокаду правого фланга при помощи шашек c5, d6.

«Новое начало». Трудности, возникающие из-за преждевременной активизации правого фланга черных.

«Игра Романычева». Использование переразвития черных посредством связи центра с поля f4.

«Центральная партия». Несколько форсированных вариантов.

«Обратная игра Бодянского» — общее знакомство.

Начала «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Киевская защита», «Новокиевская защита», «Защита Когана» — общий обзор, первые 7—8 ходов.

«Косяк Саргина». Последствия хода 5. ...b8—a7?

5. Середина игры

Преимущество центральных шашек перед бортовыми. Изолированные шашки. Фланги. Недопустимость заметного ослабления одного из них. Значение ударных колонн. Шашки первого ряда, их связь с укреплением и ослаблением позиций. Порядок введения шашек в игру. «Золотая» шашка. Определение комбинации. Финальные удары. Простейшие элементы комбинации: устранение «мешающих» шашек и «доставка» недостающих, подрыв слабых полей.

Важность колонны g1, f2, e3 (b8, c7, d6) для борьбы с центральными шашками соперника. Роль шашки g1 (b8). Ослабление этого поля — причина малоэффективной игры правого фланга и создания соперником комбинационных угроз.

Кол и тычок. Их роль в развитии атаки в центре. Способы их постановки.

Сила и слабость шашки e5 (a4).

Решето — серьезный изъян позиции.

Экономичность и инициатива при связке. Основной принцип игры в связках: связанная сторона стремится высвободиться с помощью разменов, связывающая — переносит активные действия на другой фланг, ослабляя его разменами. Основные типы связок в центре и на, флангах. Зажим. Использование комбинаций для подрыва связки. Отсталые шашки a1 (b8) и h2

(a7). Причины их образования и способы активизации.

Признаки наличия комбинации. Значение свободного темпа (роздыха).

Элементы техники расчета. «Дерево вариантов»

Рогатка. Способ ее постановки. Способы выхода из рогатки. Выгодные и невыгодные рогатки. Типовые комбинационные приемы. Клещи. Использование отсталых шашек соперника. Игра на удержание отсталой шашки b8(a1). Постановка параллельных шашек e3, f4 (c5, d6) при отсталой шашке a7 (g2).

Безупорные шашки. Способы борьбы с ними. Коловые позиции. Сильный кол. Укрепление его ударными колоннами.

Борьба против кола. Изоляция кола шашкой a4 (e5).

Взаимодействие флангов, значение их гармоничного развития. Активизация левого фланга в начале партии — важнейший закон стратегии. Слабые фланги. Связь шашек первого ряда с ослаблением флангов. Атака слабого левого фланга.

Преждевременное овладение полем 14 (c5)—причина атаки правого фланга. Способы атаки шашки c5 (14) на слабом фланге. Создание для этой цели параллельных шашек e3, f4 (c5, d6).

Сильный и слабый центр. Техника фиксации бортовых шашек соперника.

Связка центра с поля f4 (c5). Главная задача — торможение развития фланга соперника и стеснение его правого фланга.

Подготовка комбинации. Угроза. Ошибочные комбинации.

Жертва. Использование ее для прорыва, связки. Специфика планирования игры в открытых и связанных позициях.

6. Окончания

Нормальные окончания. Петля. Двойная петля. Четыре дамки против одной. Три дамки против одной. Треугольник Петрова. Борьба простых. Понятия: размен, выигрыш темпа, оппозиция, скользящий размен, запираение, распутье, вилка, трамплин.

7. Шашечный кодекс. Судейство и организация соревнований

Судейство соревнований. Воспитательная роль судьи. Системы проведения соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская, система микроматчей, смешанная.

Важность колонны g1, f2, e3 (b8, c7, d6) для борьбы с центральными шашками соперника. Роль шашки g1 (b8). Ослабление этого поля — причина малоэффективной игры правого фланга и создания соперником комбинационных угроз.

Кол и тычок. Их роль в развитии атаки в центре. Способы их постановки.

Сила и слабость шашки e5 (a4).

Решето — серьезный изъян позиции.

Экономичность и инициатива при связке. Основной принцип игры в связках: связанная сторона стремится высвободиться с помощью разменов, связывающая — переносит активные действия на другой фланг, ослабляя его разменами. Основные типы связок в центре и на, флангах. Зажим. Использование комбинаций для подрыва связки. Отсталые шашки a1 (b8) и h2

(a7). Причины их образования и способы активизации.

Признаки наличия комбинации. Значение свободного темпа (роздыха).

Элементы техники расчета. «Дерево вариантов».

5. Окончания

Понятия: цепочка, столбняк, переплет, западня, застава.

4 дамки против 2-х дамк.

Приемы: самоограничение, отбрасывание. Три дамки против дамки и простой.

Этюд. Его определение. Важность знания этюдных идей.

6. Основы методики тренировки

Тренировка — процесс всестороннего совершенствования шашиста, приобретение им специальных знаний, навыков и развития индивидуальных качеств. Совершенствование — непрерывный многолетний процесс. Постановка главной спортивной задачи и конкретных задач на определенных этапах роста. Учет индивидуальных психофизиологических особенностей для планирования тренировочных нагрузок и восстановительных мероприятий.

7. Спортивный режим

Понятие о гигиене. Основные сведения о гигиене физкультуры и спорта. Личная гигиена шашиста. Методы закаливания.

Понятие об обмене веществ, энергетических затратах при различных физических и умственных нагрузках. Значение правильного питания, его оптимальной калорийности.

Форма реализации: очная, без использования дистанционных технологий. При необходимости может быть разработан индивидуальный учебный план.

3.МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Учебный курс включает теоретические и практические занятия.

Основные задачи теоретических занятий - дать необходимые знания по физической культуре и спорту в России, истории развития шашечного спорта, правилах соревнований.

Теоретические сведения сообщаются в течении 10-15 минут перед практическими занятиями или непосредственно в процессе их проведения, а также на специально организуемых теоретических занятиях-лекциях, беседах.

На практических занятиях приобретаются умения и навыки выбора оборудования, ремонта и хранения лыжного инвентаря, пользования лыжными мазями, на базе всесторонней физической подготовки и развития физических качеств изучаются и совершенствуются техника и тактика, развитие специальных качеств, необходимые лыжнику.

Каждое учебно-тренировочное занятие разделено на четыре части:

- Организационная
- Вводная
- Основная
- Заключительная
-

Воспитательная работа

Воспитательная работа направлена на формирование личности юного спортсмена. Главная задача - воспитание высоких моральных качеств: патриотизма, преданности своей стране, высокой сознательности, чувства ответственности за свои поступки, порученное дело. Не менее важно воспитание уважения, любви к труду и творчеству, настойчивости в достижении поставленной цели, добросовестности, организованности, умения преодолевать трудности, что особенно важно в деятельности спортсменов, так как успехи в современном спорте зависят во многом от трудолюбия. Столь же велико значение воспитания дружелюбия, взаимного уважения, способности сопереживать, стремления прийти на помощь, коллективизма, когда только совместные усилия приводят к достижению общей намеченной цели, что особенно необходимо при участии в командных соревнованиях.

Одним из главных качеств спортсмена является дисциплинированность. Ее воспитание следует начинать с первых занятий, строго требуя четкое исполнение указания тренера, соблюдение правил поведения на тренировках и соревнованиях, в школе и дома. Все эти качества воспитываются в повседневных заботах и непосредственно в спортивной деятельности.

Успешность воспитания юных спортсменов определяется способностью тренера педагога сочетать в учебно-тренировочном процессе задачи спортивной подготовки и общего воспитания. В целях эффективности воспитания необходимо, организовывая тренировочный процесс, постоянно ставить перед юными спортсменами задачи осязаемого совершенствования, спортивного и интеллектуального. Отрицательно влияют на эффективность воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения. Необходимо, дав знания о нормах морали и этики, прививать обучаемым привычку постоянно следовать им; со временем эта привычка должна стать потребностью подрастающего спортсмена, чертой характера.

В школе применяются следующие формы воспитательной работы:

- активное привлечение учащихся к общественной работе;
- систематическое освещение событий в стране и мире;

- информацию о выдающихся достижениях российских спортсменов разных видов спорта, о соревнованиях и победах шашкистов;
- беседы на общественно-политические, нравственные темы;
- встречи с ветеранами, интересными людьми;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности занимающихся;
- торжественное чествование победителей соревнований и отличников учебы;
- просмотр соревнований, сеансов одновременной игры;
- посещение исторических мест (экскурсии в городе и на выезде);
- регулярное посещение театров и кино, музеев и выставок;
- проведение тематических бесед и диспутов, праздников, вечеров отдыха;
- оформление стендов, стенгазет, молний с поздравлениями победителей соревнований, с днями рождения занимающихся;
- взаимосвязь с общеобразовательной школой и школьными организациями.

Важным условием успешной воспитательной работы является единство воспитательных воздействий семьи, педагогов общеобразовательных и спортивных школ.

Планы инструкторской и судейской практики

Одной из задач спортивной школы является подготовка спортсмена к роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи. Решение этих задач целесообразно начинать на тренировочном этапе и продолжать тренерско-судейскую практику на следующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по шашкам. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места тренировок, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением заданий другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований. Во время занятий на тренировочном этапе у шашкистов необходимо самостоятельное ведение дневника, где нужно вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, шашечных партий, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ. Спортсмены этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять конспект тренировочного занятия и проводить занятие в группе начальной подготовки, принимать участие в судействе соревнований по шашкам в школьных соревнованиях и соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря. Для этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства итоговым результатом является выполнение требований на присвоение звания инструктора по спорту и судейского звания - судьи по спорту.

Восстановительные средства

К здоровью юных спортсменов предъявляются большие требования, так как в процессе тренировочно-соревновательной деятельности могут возникнуть условия для

развития перенапряжения и утомления.

Для восстановления работоспособности учащихся спортивных школ используется широкий круг средств и мероприятий (педагогических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, этапа подготовки, интенсивности тренировочных нагрузок и индивидуальных особенностей юных спортсменов.

Педагогические средства восстановления включают:

- рациональное планирование тренировочного процесса в соответствии с функциональными возможностями организма, построение тренировочных и соревновательных циклов, четкую организацию работы и отдыха;

- варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями;

- разработку специальных физических упражнений с целью ускорения восстановления работоспособности спортсменов, совершенствования технических приемов и тактических действий.

Медико-гигиенические средства восстановления включают:

- сбалансированное питание, физические средства восстановления (душ)

- обеспечение соответствия условий тренировок, соревнований и отдыха основным санитарно-гигиеническим требованиям.

Психологические средства восстановления включают:

- психорегулирующую тренировку, упражнения для мышечного расслабления, сон, отдых.

- особенно следует учитывать отрицательно действующие во время соревнований психогенные факторы (неблагоприятная реакция зрителей, боязнь проиграть, получить травму, психологическое давление соперников), чтобы своевременно ликвидировать или нейтрализовать их.

Следует учитывать, что после соревновательного цикла необходимы физическая и психологическая разгрузка, подготовка организма к новому циклу тренировочных и соревновательных нагрузок, профилактика перенапряжений.

Рекомендации по организации психологической подготовки

Основное содержание психологической подготовки шашкистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям шашками;
- 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 шашкистов, необходимые для

формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности. В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психологического воздействия: разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, в водной 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, сенсомоторики и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению

Таблица самооценки состояния утомления спортсмена-шашкиста

Самооценка, ощущения при развитии утомления	Способы предупреждения борьбы с утомлением
<ul style="list-style-type: none"> - усталость глаз, - тяжелая голова; - «ватная голова»; - сонливость; - апатия, - нежелание играть; - раздражительность. 	<p>1. Оценка психофизиологической стоимости каждой партии: знание уровня своей выносливости.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умение восстанавливаться после игры. - Сбалансированное питание, витамины, минералы.
<ul style="list-style-type: none"> трудность сосредоточения на игре; - появление «посторонних» мыслей, музыкальных мелодий; - утрата бдительности; - трудность представления позиций и расчета вариантов; - при нехватке времени - потеря самоконтроля 	<ul style="list-style-type: none"> - Аутомассаж, релаксационные паузы, умывание лица (головы) холодной водой, прогулки по залу (свежий воздух). - Прием глюкозы – сахарозаменителей природных и изделий на их основе, сухофруктов, орехов, фруктовых соков и фруктов. Прием тонизирующих напитков: чая, кофе, витаминизированных добавок к пище.

Система контроля

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

На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шашки»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «шашки» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;

- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;

- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;

- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шашки»;

- изучить антидопинговые правила;

- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;

- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

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

4. ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ

1. Общие требования безопасности:

1.1. К тренировочным занятиям допускаются учащиеся только после ознакомления с правилами техники безопасности и имеющие медицинский допуск к занятиям.

1.2. При осуществлении тренировочного процесса необходимо соблюдать правила поведения в спортивной школе, во время тренировок.

1.3. В процессе занятий учащиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.4. Тренировочные занятия должны проводиться в соответствии с расписанием учебных занятий, составленными с учетом режима занятий в общеобразовательных организациях и отдыха.

2. Требования безопасности при аварийных ситуациях

При получении учащимся травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

Материально – техническое обеспечение программы.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	1
2.	Стол	штук	8
3	Стул	штук	14
4	Шашечная доска с шашечным набором	штук	20
5.	Шахматные часы	штук	20
6.	Бланки для записи партий, бланки турнирных таблиц и протоколов туров, карточки участников соревнований и прочая типографская продукция, необходимая для проведения соревнований.		

Кадровое обеспечение реализации программы:

Руководящий и тренерско-преподавательский состав МБУ ДО «Приморская спортивная школа» состоит из директора, зам. директора по УВР и тренеров-преподавателей.

Дидактическое обеспечение реализации программы:

Для наиболее успешного усвоения учебного материала на занятиях используются следующие методические пособия и дидактический материал:

1. Информационный стенд с «Правилами техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке», с расписанием занятий, с инструкцией по применению лыжных мазей, подбору лыжного инвентаря;
2. Карточки-задания для развития двигательных качеств;
3. Карточки-задания для выполнения и запоминания элементов лыжной техники;
4. Подборка журналов о лыжном спорте;
5. Комплексы общеразвивающих упражнений;
6. Учебно-методическая литература для тренеров-преподавателей;
7. Материалы по основам знаний.

Общие требования к организации учебно-тренировочной работы

На основании нормативной части программы в спортивной школе разрабатываются планы подготовки учебных групп и отдельных спортсменов с учетом имеющихся условий. Утверждение планов подготовки проводится на основании решения педагогического совета, директором спортивной школы.

В основу комплектования учебных групп положено научно обоснованная система многолетней подготовки с учетом возрастных закономерностей становления спортивного мастерства.

1. Увеличение недельной учебно-тренировочной нагрузки и перевод обучающихся в следующие группы обучения обуславливаются стажем занятий, уровнем спортивных результатов.
2. Возраст учащихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления в учебные группы.
3. Установленная недельная учебно-тренировочная нагрузка является максимальной.

Подготовка спортсмена строится на основе следующих методических положений:

- 1 Единая педагогическая система задач, средств, методов, организационных форм подготовки;
- 2 Оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе тренировки;
- 3 Поступательное увеличение объёма и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок;
- 4 Строгое соблюдение постепенности в процессе использования тренировочных и соревновательных нагрузок в занятиях с детьми, подростками.

В программе занимающихся поставлены задачи, определены допустимые объёма тренировочных и соревновательных нагрузок.

Формы подведения итогов:

- опрос;
- участие в соревнованиях;

5. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА.

- Громов Г.В. Уроки мастерства. Методическое пособие. - Л.: 1990
- Жариков В.Л. Шашки детям. Краткое методическое пособие для тренеров и воспитанников шашечной секции. - СПб.,
- Жариков В.Л. Мои 50 концовок в русские шашки. – СПб., 1996 Данное методическое пособие иллюстрирует авторские композиции (концовки). Жариков В.Л. Принципы построения концовок.- СПб., Методические рекомендации для составителей концовок.
- Жариков В.Л. Тактический практикум для начинающих шашкистов. - СПб., 2008
- Специальная шашечная литература.

Список литературы для педагога

- 1 Вигман В. Я. Радость творчества. - М.: ФиС, 2010
- 2 Герцензон Б. М. и др. О шашках - с шуткой и всерьез. - Ростов-на-Дону,
- 3 Жариков В. Л. Шашки детям. - СПб., 2011
- 4 Жариков В. Л. Воспитание детей – сирот посредством влияния интеллектуальных игр.- СПб., 2004
- 5 Журнал «Шашки». - Рига: ШШК Лат. ССР, 1980-1991.
- 6 Куличихин А. И. История развития русских шашек. - М.: ФиС, 1982
- 7 Литвинович В. С. и др. Основы позиционной игры. - М.: ФиС, 1984
- 8 Литвинович В. С. и др. Курс шашечных дебютов. - Минск: Полымя, 1985

Список литературы для детей

- 1 Барский Ю. П. и др. Русские шашисты. – М.: ФиС, 2011
- 2 Василевский Р. Г. Учимся играть в шашки. - Киев: Здоровье, 2010
- 3 Виндерман А. И. и др. Шашки для всех. - М.: ФиС, 2009
- 4 Городецкий В. Б Книга о шашках. - М.: Детская литература, 2011
- 5 Жариков. В. Л. Мои 50 концовок в русские шашки. – Спб., 2006
- 6 Жариков В. Л. Принципы построения концовок. - Спб., 2001
- 7 Жариков В. Л. Тактический практикум для начинающих шашистов. – Спб., 2008
- 8 Петрова Л. В. О дебютных промашках в русских шашках. - Спб., 2001
- 9 Положения о соревновании. – М., 1993
- 10 Решетников В. В. и др. Василий Соков. – М.: ФиС, 1985

Ресурсы Интернет, информационно-справочные и поисковые системы

- 1.Единый национальный портал дополнительного образования детей. — URL: <http://dop.edu.ru/home/53>
2. <http://www.shashkivsem.ru/shashki-v-intemet> - Интересное об игре в шашки для всех.
3. <http://shaski.narod.ru/index.html> - Первые книги для начинающих. Основы теории игры. Начало партии. Дебют. Стратегия и тактика. Миттешпиль. Комбинация Эншпиль. Все по композиции. Этюды. Задачи.
4. <https://shashki.ru/>
5. <https://shashki-online.com/>

Оценочный материал для промежуточной аттестации.

1. По каким линиям выполняются ходы?

а) по горизонтальным

б) по диагональным

в) разницы нет

2. На каких полях ведется игра в шашки?

а) на белых полях

б) на черных полях

в) большой разницы нет

3. Ломаный путь "называемый тройником" - это

а) путь ограниченный полями c1, h8, f4, a8

б) путь ограниченный полями c1, h6, f8, a4

в) путь ограниченный полями g1, h2, b8, a7

4. какие поля обозначаются буквами латинского алфавита?

а) горизонтальные

б) вертикальные

5. передвижение шашки с одного поля на другое - это

а) дамка

б) пешка

в) ход

6. Когда можно снимать побитые шашки с доски?

а) нет никакой разницы

б) после того как выполнены все ударные ходы до конца

в) после каждого ударного хода

7. Ломаный путь "называемый двойником" - это

а) путь ограниченный полями с1, h8, f4, a8

б) путь ограниченный полями с1, h6, f8, a3

в) путь ограниченный полями g1, h2, b8, a7

8. Игровой путь называется "большой дорогой" - это

а)с1 h6

б)а1 h8

в)f8 a3

9) Сколько соперников в шашечной партии?

а) 4

б) 2

в) 1

10) Правильно ли выполнена запись3с-4d?

а) нет

б) да

Критерии оценки:

- Высокий уровень - ученик самостоятельно и правильно справился с заданием;
- Средний уровень - для правильного выполнения задания ученику требуется несколько самостоятельных попыток или подсказка педагога;
- Низкий уровень - ученик не выполнил задание даже после подсказки педагога.

Оценочный материал для промежуточной аттестации, проводимой в конце второго полугодия

Выберите правильные ответы:

1. Дайте определение термину «рожон»:

А) шашка, достигшая 6-ой горизонтали и противостоящая двум шашкам соперника, если у него нет возможности её атаковать.

А) шашка, достигшая 7-ой горизонтали и противостоящая двум шашкам соперника, если у него нет возможности её атаковать.

А) шашка, достигшая 8-ой горизонтали и противостоящая двум шашкам соперника, если у него нет возможности её атаковать.

2. Дайте характеристику термину «ЛЮБКИ»:

А)шашка соперника заходит в середину, когда одна из шашек гибнет, тоесть она как бы говорит «отдай любую»

б)шашка соперника заходит на поле b4

в)шашка соперника изолируется от остальных

3. Окончание в партии - ...

А) завершающая стадия партии в которой действует ограниченное количество шашек и где значение каждого хода огромно.

Б)начальная стадия игры

В) стадия в середине партии в которой действует неограниченное количество шашек.

4. Комбинация – это?

А)серия последовательных взаимосвязанных между собой ходов, объединённых единым замыслом и форсированно путём жертв шашек, осуществляющих его.

Б) ловушка

В)проигрыш партии

5. Изолированные шашки - ?

А)шашки, удалённые от своих сил

Б)шашки близко расположенные к своим

В)пустые поля.

6. Бортовые шашки в игре являются:

а)активными

б)сильными

в)слабыми и пассивными

г) все варианты верны

7. Безупорные позиции это такие позиции когда...

А) шашки в которых отсутствуют упоры и всякая возможность произвести размен

Б) шашки в которых присутствуют упоры и всякая возможность произвести размен

В) шашки в которых нет никакой возможности побить дамкой.

8. К безупорным позициям можно отнести:

А) скученные, отсталые и «нормальные позиции», но упоры в них отсутствуют.

Б) скученные, отсталые и «нормальные позиции», но упоры в них присутствуют.

В) сильные и активные поля

9. Центр можно окружить в следующих случаях:

А) когда он переразвит;

Б) когда он безупорен (в позиции нет полезных разменов)

В) при наличии отсталых шашек a1, a3, h2

Г) когда соперник играет неумело

Д) все вышеперечисленные варианты верны

10. Роздых – это?

А) наличие свободного темпа у обоих соперников

Б) наличие свободного темпа у одного из соперников

В) отсутствие темпа

Критерии оценки:

Высокий уровень – 9-10 правильных ответов

Средний уровень – 6-8 правильных ответов

Низкий уровень – 1-5 правильных ответов