

Рассмотрено и принято
на тренерском совете МБУ ДО
«СШ по шахматам Карпова А.Е.»
«22» 12 2023 г.
Протокол № 1



2023 г.

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

МБУ ДО «СШ по шахматам Карпова А.Е.»

г. Маджискали

2023 год

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шашки» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденным приказом Минспорта России от 09.11.2022г. № 952 и зарегистрированным Минюстом России 19.12.2022 г., регистрационный № 71617 (далее – ФССП).

2. Основной целью Программы является достижение спортивного результата на основе соблюдения спортивной и педагогически принятых в учебно-тренировочном процессе в условиях индивидуальности, круглогодичности и непрерывности спортивной подготовки.

В группах начальной подготовки учебно-тренировочный процесс преимущественно направлен на развитие личности, принятие позитивного здорового образа жизни, развитие физических, морально-волевых и волевых качеств, определение социализация.

На учебно-тренировочном этапе повышается уровень общей и специальной физической, технической, тактической и тактико-технической подготовки, приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта шашки, формирование спортивной дисциплины, укрепление здоровья спортсмена.

На этапе совершенствования спортивного мастерства решаются все более сложные задачи. При этом существенно повышается роль индивидуальных особенностей спортсмена, особенно в соревновательных упражнениях. Спортивная подготовка на данном этапе имеет выраженный специализированный характер, что проявляется в гибком использовании основных и дополнительных тренировочных средств с целью значительного повышения спортивной подготовленности.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта шашки

1. Срок реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки соотношение видов спортивной подготовки и видах мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Направленность (человек)
Этап начальной подготовки	1	6	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1-4	8	6

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
по виду спорта «Биатлон»**

Этатный портфель	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	С начала года	До трех лет	С начала трех лет
Количество часов в неделю	4,5	6	12	14
Общее количество часов в год	234	312	624	728

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

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются: групповые и индивидуальная (для занимающихся в группах УТГ спортсменов, выполняющих норматив кандидата в мастера спорта) тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, самостоятельная подготовка (не менее 10 % и не более 20 % в период отпусков тренировок продолжительности и в рабочие праздничные дни).

Формы организации образовательной деятельности: индивидуальная (для занимающихся в группах УТГ спортсменов, выполняющих норматив кандидата в мастера спорта) и групповая работа в рамках тренировочного занятия, выполнение домашних заданий по теоретической и физической подготовке, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика, промежуточная и итоговая аттестация.

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Приказом Министерства учебно-тренировочных мероприятий по видам спортивной подготовки (количество суток) (Воп учета времени проведения в месте проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к соревнованиям России, кубкам России, чемпионатам России, первенствам России	-	14
1.3	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			

1.1	Учебно-тренировочные мероприятия на общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
1.2	Выставочные мероприятия	-	-
1.3	Мероприятия для повышения медицинского обслуживания	-	-
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия в канцелярий периода	До 21 июня начала и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
1.5	Прочие учебно-тренировочные мероприятия		

Спортивные соревнования

Требования к участию в спортивных соревнованиях, обучающихся:

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

Организация реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по виду спорта шахматы, направляет обучающихся в лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана факультетских и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом международных, всероссийских и международных факультетских мероприятий и спортивных мероприятий, в соответствующих положениях (регламентах) об официальных спортивных соревнованиях.

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований, игр	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	С первого года	До трех лет	С первого трех лет
Контрольные	2	4	4	4
Судейские	-	2	2	2
Олимпийские	-	1	1	2

2. Годовой учебно-тренировочный план дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шахматы»

В плане реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки отразится трудоемкость программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта шахматы рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную

образовательную программу спортивной подготовки, должны вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальному плану спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общей величины часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

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

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

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

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, воспитательные, медико-биологические мероприятия, инструкторские и судейские практика.

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

Составление базис спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
1.	Общая физическая подготовка (%)	18-16	8-14	4-8	4-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)	-	-	4-8	4-6
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	2-4	2-5	3-12
4.	Техническая подготовка (%)	32-42	22-46	36-32	32-34
5.	Тактическая, теоретическая, медико-биологическая подготовка (%)	44-46	44-48	42-46	42-46
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-3	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико-биологические, воспитательные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4

Примерный годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
		НП 1 г.	НП 2 г. и об.	УТТ до 3-х лет	УТТ об. 3-х лет
		Нормативная нагрузка в часах			
		43	6	13	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-			

		тренировочного занятия в час			
		I		I	
		Наименование групп (классов)			
		10-20		6-12	
1.	Специальная физическая подготовка	28	11	44	29
	Самостоятельная подготовка*				
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	28	29
	Самостоятельная подготовка*				
3.	Учения в спортивных соревнованиях	-	11	11	41
4.	Теоретическая подготовка	98	121	284	231
	Самостоятельная подготовка*				
5.	Тактическая, теоретическая, тактико-техническая подготовка	101	111	287	246
	Самостоятельная подготовка*				
6.	Культурно-образовательная работа	-	1	12	11
7.	Медицинская, медико-биологическая, биомеханическая подготовка, восстановление и контроль	1	4	23	21
Сумма количества часов в год		214	112	624	728

* Самостоятельная подготовка составляет не более 10% в час для 10-20 и более человек, не более 20% в час для 6-12 человек, не более 30% в час для 1-5 человек. Самостоятельная подготовка должна быть направлена на закрепление знаний, полученных на занятиях с тренером, на развитие самостоятельности, на формирование навыков самостоятельной работы, на развитие самостоятельности в спортивной деятельности.

Воспитательная работа в спортивных школах направлена на формирование личности юного спортсмена. Главная задача - воспитание высоких моральных качеств: патриотизма, преданности своей стране, высокой ответственности, чувства ответственности за свои поступки, поручениям дела. Не менее важно воспитание уважения, любви к труду и творчеству, настойчивости в достижении поставленной цели, добротности, организованности, умения преодолевать трудности, что особенно важно в деятельности спортсменов, так как успехи в современном спорте зависят во многом от трудолюбия. Столь же важным является воспитание дружелюбия, взаимного уважения, способности помогать, стремления прийти на помощь, коллективизма, когда только совместные усилия приводят к достижению общей коллективной цели. Одним из главных качеств спортсмена является дисциплинированность. Ее воспитание следует начинать с первых занятий, строго требуя четкого выполнения указаний тренера-преподавателя, соблюдения правил поведения на тренировках и соревнованиях, в школе и дома. Основными средствами воспитательного взаимодействия при подготовке спортсменов являются: личный пример и педагогическое мастерство тренера-преподавателя, высокая организованность тренировочной и образовательной деятельности, дружный коллектив, сплоченный коллектив, атмосфера трудолюбия, творчества, взаимопомощи, бережливости, уважительное отношение к традициям, системе морального стимулирования, наставничество старших опытных спортсменов. Часто применяются следующие формы воспитательной работы: систематическое освещение событий в стране и мире, информирование и взаимодействие с активными достижениями российских спортсменов в олимпийских и других видах спорта, беседы на нравственные темы, встречи с выдающимися спортсменами, интересными людьми, регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности коллективов, торжественное чествование победителей соревнований, просмотр соревнований, организация свободного времени спортсменов, взаимодействие с общеобразовательной школой и социальными организациями.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Срок проведения
I. Преферентивная деятельность.			
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивной организации, различных уровнях, в рамках которых предусмотрены практические и теоретические курсы и применение правил игры спорта и терминология, принятой в виде спорта, приобретение навыков судейства и проведение спортивных соревнований в качестве помощника судьи и (или) помощника секретари спортивных соревнований; приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; формирование уважительного отношения к решению спортивного судьи.	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочная практика, в рамках которой предусмотрены: получение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; приобретение навыков учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; формирование навыков самостоятельности; формирование самостоятельного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование ответственности в педагогической работе.	В течение года
2. Спортивно-физическая			
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Для здоровья и спорта, в рамках которых предусматриваются: формирование знаний и умений и проведение дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (массовых танцевальных, гимнастических и др.) организация и проведение мероприятий, включая протоколы; подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта.	В течение года
2.2.	Роль питания и отдыха	Практическая деятельность и воспитательная работа обучающихся: формирование навыков правильного питания для и участия спортивного режима. Представительности учебно-тренировочного процесса, терпелив сти, отдыха, воспитательности мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержание физической активности, также способов нахождения и укрепления личности.	В течение года
3. Педагогические воспитательные обучающие			

3.1.	Теоретическая подготовка (исследования патристических мыслей святости святаго Петра Римского, горасти папской курии, свято Римскоу, убожество иносударственных епископов (серб., француски), готовность к служению Отечеству, его слава на примере роста, трезвости и развития восточнаго спорта в спортивном обществе, патекарная спортингера в Российской Федерации, а также культура гоночного велосипедизма и спортингера на соревнованиях)	Бюллетень, встречи, дискуссии, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменок, тренеров и ветеранов спорта с обучением и новыи мероприятиями, определяемыми организацией, реализующей комплексную образовательную программу спортинговой подготовки	В течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в федеральных, международных и спортивных соревнованиях и новых мероприятиях)	Участие в физкультурных и спортивных массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, а также участие в городских, национальных спортивных (соревнованиях), выступлениях на различных мероприятиях, тематических физкультурно-спортивных мероприятиях, организуемых в том числе организациями, реализующими комплексные образовательные программы спортинговой подготовки.	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, лекционные выступления для обучающихся, направленные на формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов. - развитие навыков командного сотрудничества и взаимодействия в формировании культуры спортивного поведения, воспитание товарищества и взаимопомощи; - приобретение навыков командной работы, умение работать в команде, достигая общих целей.	В течение года

4. Планы мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Доказано, в спорте применяются нарушения антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или) метода, включенных в перечень субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте (далее также – запрещенная субстанция и (или) запрещенный метод).

Противостояние доминирует в спорте и борьбе с ним осуществляется в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями (далее также – антидопинговые правила).

Во время соревнований в международных соревнованиях проводится допинг-контроль не только спортсмен, но и остальные участники по выбору или выбору судьи по допингу. Проведение (стандарт) допинг-контроля регламентируется на всестороннем уровне.

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №129-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (и впоследствии) организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе системы контроля с лицами, проводящими спортивную подготовку, включая, на которых не возлагается ответственность за нарушение антидопинговых правил: несут ли, организации спортивную подготовку под руководством должностных лиц спортивных организаций, связанных с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим видам или видам спорта.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/школ/курсов/лекций для спортсменов и тренеров спортсменов, а также родителей спортсменов;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организации, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

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

Допинг определяется как нарушение допинга или нарушение нарушения антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
3. Уклонение, отказ или отказ спортсмена на предъявку сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица.
6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.
7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.
8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во вне соревновательного периода запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во вне соревновательного периода.
9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.
10. Запрещенное содействие кистей со стороны спортсмена или иного лица.
11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональный

обязанности каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также использование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами запрещенных добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что запрещенные вещества, попавшие в состав продукта, могут не соответствовать субстанции, указанной на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, списках на проверку препаратов, правила использования биологически-активных добавок, процедуры допинг-контроля, а также и документы, регламентирующие антидопинговую деятельность, должны быть размещены на информационном сайте организации, осуществляющей спортивную деятельность. Также, должны быть актуализированы раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт WADA «РУСАДА».

Термины

Антидопинговая деятельность – антидопинговое образование и информирование, планирование распределения тестов, ведение Регистрованного пула тестирования, управление биологическим паспортом спортсмена, проведение тестирования, организация анализа проб, сбор информации и проведение исследований, обработка данных по получению Разрешения на терапевтическое использование, обработка результатов, мониторинг и обеспечение выполнения примененных положений нарушений, а также иные мероприятия, связанные с борьбой с допингом, которые осуществляются антидопинговой организацией или не ее имени в порядке, установленном Всемирным антидопинговым кодексом и (или) международными стандартами.

Антидопинговая организация – WADA или Подписавшаяся страна, ответственная за применение правил, направленных на внедрение, внедрение и реализацию любой части процесса Допинг-контроля. В частности, Антидопинговые организации являются Международной олимпийской комитет, Международной паралимпийской комитет, другие Организации крупных спортивных мероприятий, которые проводят Тестирование на своем Спортивном мероприятии, Международные федерации и Национальные антидопинговые организации.

ВАДА – Всемирное антидопинговое агентство.

Соревновательный период – любой период, который не является соревновательным.

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

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

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

Запрещенный метод – любой метод, приведенный в Запрещенном списке.

Персонал спортсмена – любой тренер, инструктор, менеджер, агент, персонал команды, официальные лица, медицинский, физиологический персонал, родители или любое иное лицо, работающее со спортсменом, оказывающее ему медицинскую помощь или помогающее спортсмену при подготовке и в участии в спортивных соревнованиях.

РУСАДА – Российское антидопинговое агентство «РУСАДА».

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

зависимость от того, что является

Спортивная – любая Движ. деятельность спортом на международном уровне (как это установлено каждой Международной федерацией) или национальном уровне (как это установлено каждой Национальной антидопинговой организацией). Антидопинговая организация имеет право на собственному усмотрению применять антидопинговые правила в Спортивном, который не является Спортивным на международном, на национальном уровне, распространяя на него определение.

«Спортивная». В отношении Спортивного, которое не является Спортивным на международном, на национальном уровне, Антидопинговая организация может действовать следующим образом: ввести в минимуме Тестирование или не проводить Тестирование вообще; анализировать Пробу не на весь перечень Запрещенных субстанций; требовать предоставления немалого количества информации о местонахождении или вообще не требовать ее предоставления; не требовать заблаговременной подачи запроса на Разрешение на терапевтическое использование. Однако если Спортивная, находящаяся под юрисдикцией Антидопинговой организации и выступающей на уровне ниже международного и национального, совершает нарушение антидопинговых правил, предусмотренное в статьях 2.1, 2.3 или 2.4, то в нем применяется Политика, предусмотренная Кодексом. Для целей статей 2.8 и 2.9, в том же для проведения информационных и образовательных программ Спортивным является любая Движ. деятельность спортом под юрисдикцией любой Подписавшейся стороны, правительства или другой спортивной организации, которые признали Кодекс.

Примерный план антидопинговых мероприятий для спортсменов

№	Содержание мероприятия	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап спортивной деятельности
1	Проведение лекции по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним (примерные темы): - Цели и задачи спорта; - Физические игры; - Виды нарушений антидопинговых правил; - Проверка лекарственных препаратов; - Физические препараты и их влияние на здоровье человека.	+	+
2	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА «Цели и задачи спорта» для спортсменов от 7 до 12 лет	+	+
3	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА «Антидопинговый курс» для спортсменов от 13 лет	+	+
4	Организация и проведение лекций по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе проведение с лекцией, посвященной спортивной подготовке, питания и восстановлению допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил	+	+
5	Онлайн-лекция под названием спортивную подготовку, под названием с показанием нормативов питания, связанных с соревновательной спортивной подготовкой, и темой антидопинговых правил	+	+
6	Онлайн-лекция спортсменов по списку запрещенных препаратов	+	+
7	Проверка лекарственных препаратов (наименование) международным стандартом «Запрещенный список»	+	+
8	Организация лекций по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе проведение с лекцией, посвященной спортивной подготовке, питания и восстановлению допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил	+	+

Организация мероприятий, направленных на распространение дзюдо в школе и борьбу с ним осуществляется один раз в квартал и в течение года по плану внебюджетных мероприятий утверждаемому приказом директора.

7. Планы инструкторской и судейской практики

Одной из задач спортивной школы является подготовка спортсменов в роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи. Решение этих задач целесообразно начинать на этапе начальной подготовки с самого года и представлять тренерско-судейскую практику на succeeding этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бросков, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по вопросам. Спортсмены должны овладеть приемами в виде спорта терминологией, основными методами построения тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка места тренировок, изучение и сдача материала). Во время проведения занятий необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением заданий другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Практика судейства является осуществляемая путем изучения правил соревнований, применения спортсменами в непосредственном выполнении отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

В группах начальной подготовки с самого года, изучение судейских навыков обучающимся осуществляется путем изучения правил соревнований, применения в непосредственном выполнении отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время занятий в группах учебно-тренировочного этапа учащимся необходимо самостоятельно вести дневники, где нужно вести учет тренировочных занятий с тематикой, заданиями и поставленными задачами, шиматными партиями, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ. Изучение правил судейства и организация соревнований. При изучении этого раздела ставится задача по приобретению учащимися навыков судейства и организации памятных соревнований. Рассказывая о той или иной теме, тренер-преподаватель должен стремиться давать как можно больше конкретных примеров из практики самих обучающихся.

8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий применения вспомогательных средств

На всех этапах подготовки необходимо наличие соответствующего медицинского обеспечения и участие в занятиях по физкультуре и в участии в спортивных соревнованиях.

В соответствии Приказом № 1 приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации 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 организационных и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» в форме медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий».

Кратность медицинских осмотров в течение календарного года

1. лица, занимающиеся видами спорта «экстремалы» на этапе всесторонней подготовки – 1 раз в 12 месяцев (архив медкарты);

2. лица, занимающиеся видами спорта «экстремалы» на учебно-тренировочном этапе (стадионной специализации) – 1 раз в 12 месяцев (архив по спортивной медицине);

3. лица, занимающиеся видами спорта «экстремалы» на этапе специализированной спортивной подготовки – 1 раз в 6 месяцев (архив по спортивной медицине).

Основными задачами медицинского обследования является контроль за состоянием здоровья, принятие гигиенических решений и применение научно обоснованных рекомендаций врача.

В общем случае углубленное медицинское обследование позволяет установить исходный уровень состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности. В процессе многолетней подготовки углубленное медицинское обследование должно выявить динамику состояния основных систем организма, выявить основные физиологические факторы и потенциальные возможности их развития, определить тренировочную нагрузку. Таким образом, цель углубленного медицинского обследования – построение личности и оценка уровня здоровья и функционального состояния организма, выявление необходимых лечебно-профилактических, восстановительных и реабилитационных мероприятий.

Углубленное медицинское обследование проводится по графику и в соответствии с принципом руководящих Указания.

Планы применения восстановительных средств в мероприятиях

Для восстановления работоспособности лиц, проходящих спортивную подготовку необходимо использовать широкий круг средств и мероприятий (психологических, физиологических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов.

Восстановительные мероприятия должны рассматриваться как неотъемлемая часть тренировочного процесса. Средства и методы восстановления подразделяются на следующие группы: 1) естественные и физиологические; 2) педагогические; 3) медико-биологические; 4) фармакологические. Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция спортсменов на процедуры. Восстановительные процедуры осуществляются преимущественно после тренировки и в дни отдыха. В дни отдыха могут быть использованы более интенсивные формы восстановления – парная баня, сауна. Объем восстановительных средств и методов и применяемых лиц определяется в соответствии с особенностями подготовки. В подготовительном и переходном периодах усиливается доля естественных и физиологических средств восстановления. В соревновательном периоде возрастает объем медико-биологических и фармакологических средств. Таким образом, планирование объема восстановительных мероприятий имеет те же принципы, что и планирование тренировочных нагрузок, т.е. систематичность, вариативность, учет индивидуальных особенностей организма спортсмена. При организации восстановительных мероприятий следует учитывать субъективные и объективные признаки утомления, психофизиологические. Субъективные признаки не всегда выполняются правильно, проявляются вялостью, апатией, иногда раздражительность, невозможность плохой памяти и сна, нарушение психической деятельности. Объективные признаки – снижение работоспособности, изменение в деятельности сердечно-сосудистой системы, нервно-мышечного аппарата. В течение

системы тренировок с повышенными нагрузками должны быть прекращены и должен быть прекращен комплекс мероприятий по восстановлению организма спортсмена.

Естественные и гигиенические средства восстановления

К данным средствам восстановления относятся: 1) режимный режим дня; 2) правильность рационального питания и сбалансированное питание; 3) естественные факторы природы. Режим дня следует составлять с учетом правильной смены различных видов деятельности, дифференцированного подхода к разным группам занимающихся (в зависимости от возраста, особенностей восстановления организма) и имеющихся условий. При этом должны быть обеспечены рациональная организация тренировочных занятий, активного и пассивного отдыха, питания, специальные профилактически-восстановительные мероприятия, свободное время. Организация питания. Использование естественных факторов природы. Большое значение использования естественных и гигиенических факторов. Это солнечные и водные ванны.

Методические средства восстановления

Под методическими средствами восстановления подразумевается организация тренировочного процесса, включенная активный отдых, а именно: а) рациональное планирование тренировок, т.е. соответствие нагрузок функциональным возможностям организма спортсмена, рациональное сочетание объема и стимульных средств тренировок, оптимальное построение тренировочных микро- и мезоциклов, разнообразность нагрузок и отдыха, их оптимальное сочетание, широкое использование различных форм активного отдыха, различных видов переключения от одного вида работы к другому, введение специальных восстановительных циклов; б) правильное построение отдельного тренировочного занятия с использованием необходимых восстановительных средств для снятия утомления в соответствии с текущими стрессами: планирование подготовительных и заключительных частей занятия, правильный подбор мест занятий, введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления, создание благоприятного эмоционального фона. Методические средства - основные, поскольку рациональное планирование тренировочных нагрузок обеспечивает воздействие любых естественных, медико-биологических и психологических средств. Методические средства должны обеспечивать эффективное восстановительное воздействие рациональной организации всего процесса подготовки. Большое значение для средства активного отдыха и средства повышения функциональных возможностей организма занимающегося имеет общефизическая подготовка. Общефизическая подготовка способствует ускорению восстановительных процессов в организме спортсмена, расширяет функциональные возможности организма и позволяет выдерживать более высокие утомления и тренировочные нагрузки. Среди средств общефизической подготовки очень важна бег, ходьба на месте, бег на коленях, которые расширяют возможности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, повышают утомление и сильные мышечные упражнения для отдельных групп мышц. Медико-биологические средства восстановления. Среди медико-биологических средств, используемых в занятиях, большое значение имеет специально подобранный питание, а также витамины.

Психологические средства восстановления.

В данной группе выделяются собственно психологические, психофизиологические и психотерапевтические средства, к которым относятся многообразные средства восстановления: от психорегулировки, артистичных тренировок, индивидуальной работы с психологом до простых

определенных времен. С началом тех средств снижается уровень нервно-психического напряжения и уменьшается умственное утомление. В целом особое внимание следует обращать на четкую организацию и планирование восстановительных мероприятий. Главные участники в этом, кроме тренера, должны принимать и родители занимающихся. Необходимо, чтобы и шахматисты представляли себе значение восстановительных факторов и умели использовать весь арсенал естественных и синтетических средств в домашних условиях.

Таблица симптомов состояния утомления спортсмена-шахматиста

Симптомы, возникающие при развитии утомления	Способы предупреждения и борьбы с утомлением
• усталость глаз, • головная боль, • потные ладони, • головная боль, • шумная голова, • вялость, • забывчивость, • апатия, • нежелание играть, • раздражительность.	1. Оценка психофизиологической готовности каждой партии: минимурная своей выносливости. 2. Адекватные физические нагрузки, сбалансированная гимнастика, приемлемое питание. 3. Умение восстанавливаться после игры.
• трудность сосредоточения на игре, • повышенная «пластичность» мышечной, суставной систем, • утрата пластичности, • трудность представления логичной яркости вариантов, • при нежелании играть – потеря «шахматного дыхания» – контроль времени.	1. Аутотренинг, релаксационные игры, умывание лица (теплой) холодной водой, прогулки по лесу (свежий воздух). 2. Прием сладостей – шоколада, конфет, печенья, фруктов и др. кондитерских изделий, фруктовых соков и фруктов. 3. Прием тонизирующих напитков: чай, кофе, лимонад.

III. Система контроля

1. По итогам исполнения Программы применительно к этапам спортивной подготовки надо, придерживаясь спортивной политики (далее – обучающийся), необходимо выполнять следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, в участии в спортивных соревнованиях:

1.1. На этапе начальной подготовки:

- изучать основы базового движения при начальных спорте: повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «шахматы»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах, соблюдать антидопинговые правила;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый длячисления и перехода на этап совершенствования спортивного мастерства;
- ежедневно выполнять контрольно-мероприятия мероприятия (испытания) по видам спортивной подготовки;

1.2. На учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации): повышать уровень физической, технической, тактической, психической и волево-волевой подготовленности;

• изучать правила безопасности при занятиях видом спорта «шахматы» в уличном пространстве; во время проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;

- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучать основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шахматы»;
- изучать антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- успешно 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 в перевод на этап совершенствования спортивного мастерства.

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

1. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания)

по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся
по годам и этапам спортивной подготовки

Нормативы общей физической подготовки для зачисления в перевод на этап начальной подготовки по виду спорта «шахматы»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Нормативы до года обучения		Нормативы свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки						
1.	Бег на 30 м	с	на беге 6,8	7,1	на беге 6,7	6,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество разовых наклонов	7		6	
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	+1		+1	
4.	Присед в длину с места (от линии двух ног)	см	110		108	

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

№ п/п	Упражнения	Единица	Норматив
-------	------------	---------	----------

		спереди	сзади	всего
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 50 м	с	не более	
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
		раз	27	11
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня коленей)	см	не менее	
		см	17	19
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Приседание без отягощения	количество раз	не менее	
		раз		
2.2.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками в упоре лежа	количество раз	не менее	
		раз	1	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	спортивные разряды – «третий классический спортивный разряд», «второй классический спортивный разряд», «первый классический спортивный разряд»		
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (более трех лет)	спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивной мастерства на виду спорта «шашматы»

№ п/п	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			полученный результат	допустимый результат
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 50 м	с	не более	
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
		раз	28	14
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня коленей)	см	не менее	
		см	18	19,5
1.4	Челночный бег 3х10 м	с	не более	
1.5	Присед в шпуре с весом, равным двукратной массе	см	не менее	
		см	180	165
1.6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
		раз	40	40
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Приседание без отягощения	количество раз	не менее	
		раз	18	12
2.2	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками в упоре лежа	количество раз	не менее	
		раз	8	8
3. Уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)				
3.1	Спортивный разряд «мастер» и «мастер спорта»			

IV. Рабочая программа по виду спорта шахматы

1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому тактико-технической поддготовлен

Этап начальной подготовки

Решение задачи	Задача	Содержание задачи
Групповые и индивидуальные тактико-технические задачи	1. История шахмат. Применение шахмат. Распространение шахмат на Востоке. Мат Давидов. Применение шахмат в Европе. Мастера XVIII в. Анри Филидор и его школа.	1. История шахмат Европейские шахматисты 19 века. А. Андерсен. Наставник П. Морфи. Первый чемпион мира В. Стейн и его ученики. Эмиль Ласкер. Применение шахмат в России. М. Чигорин. Турниры Л. Тарраша, Е. Зиндербера, А. Рубинштейна.
	2. Основы тактики шахмат. Скоростной режим Общие сведения об организации человека. Влияние физических упражнений на организм человека.	2. Основы тактики шахмат Скоростной режим Воздушная ритм- система в деятельности мозга человека. Защитный образ жизни.
	3. Антидемпинговые задачи	3. Антидемпинговые задачи
	4. Дебют Дебют – начало партии. Как начинать партию. Основные принципы развития дебюта. Дебютные варианты. Развитие пешки. Безопасность короля. Создание угрозы дебюту. Король и пешка.	4. Дебют Открытые дебюты. Закрытые дебюты. Замок короля. Пешка центра. Фланговые ходы. План в дебюте. Оценка позиций в дебюте. Сила дебюта и контрдебюта. Стратегические идеи.
	5. Миттельменш Что делать после дебюта. Развитие фигур. Создание угрозы. Отвлечение угрозы контрхода. Понятия о комбинациях. Тактические удары, приемы. Принципы реализации материальных преимуществ. Комбинации.	5. Миттельменш Основные принципы развития середины игры: целесообразность в развитии фигур, комбинация энд, сокращение комбинаций и последующих ходов. Реализация материальных преимуществ. Комбинации.
	6. Эндшпиль Определение эндшпиля. Основные принципы эндшпиля. Активность фигур. Концентрация короля. Опасности. Мат главного короля пешкой, ферзем. Личный мат. Прямой король.	6. Эндшпиль Пешечные эндшпили. Отдаленная пешечная игра. Заключенная пешечная игра. Пешечный король. Ключевые (важные) эндшпили. Путь короля. Личный эндшпиль. Личный король.
	7. Скоростные информативные задачи Общие сведения о работе ПК. Задачи и тактические приемы.	7. Скоростные информативные задачи Общие сведения о работе ПК. Задачи и тактические приемы.
Групповые и индивидуальные тактико-технические задачи	1. Стратегия и тактика Выбор хода и плана партии. Неблагоприятные условия игры. Атаки на короля. Тактика в дебюте и миттельменше. Сильные и слабые фигуры. Сильные и слабые ходы.	1. Стратегия и тактика Позиционный тактический центр. Вилеринг тактика. РазГМСС. Сильные пешечной структуры. Промысловый ход. Промысловый ход.
	2. Анализ типовых позиций Дебютные варианты. Король и пешка против короля. Опасности. Вечный ход.	2. Анализ типовых позиций Отдаленная (комбинаторная) пешечная игра. Личный король и пешка. Сила против пешки. Ключевые эндшпили.
	3. Развитие игры Материальные комбинации. Комбинации на выигранных фигурах. Открытые комбинации. Открытый ход.	3. Развитие игры Личный удар. Сила. Уничтожение пешки. Промысловый ход. Промысловый ход.

Общ.	А. Тренероцентризм партии Французская – шахмат. Французский гамбит Италийская партия Уровень, элемент физической культуры и включенности на результативность по виду спорта шахматы. Простейшие удары по мячу Различные удары по мячу. Игра голкипер Понятие о фактах, Основы тактической игры Командная игра. Игра на один короты. Защитный образ жизни	А. Тренероцентризм партии Сербский гамбит. Венская партия. Корольский гамбит Уровень, элемент физической культуры и включенности на результативность по виду спорта шахматы. Подвижные игры (шахматы, футбол и др.) Разновид Насколько ударов, в сторону, назад, поперек Голкипер, нападающий, защитники с поперечными, вертикальными Делание различных частей тела (приседания и наклоны вперед и движение руками, выпады с наклоном туловища, круговые движения руками, и др.), упражнения на формирование правильной осанки. Делательство
	Гастароцентризм и интеллект Гастароцентризм и интеллект	Г. Гастароцентризм и интеллект

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной системы подготовки)

Разделы подготовки	До трех лет	Свыше трех лет
Где учиться и где заниматься	1. История шахмат 2. Р. Каспаров. Гиперскачковые шахматные компьютеры. Шахматная партия. Россия в начале 20 века. Творчество А. Нимцовича, Р. Рети, С. Тарнопольца, А. Алехина – первый русский чемпион мира. М. Уин. Советская шахматная школа и шахматная партия мира.	1. История шахмат Выдающиеся зарубежные шахматисты второй половины 20 века. Р. Фишер, А. Карпов, Г. Каспаров Шахматы в начале 21 века. Новые задачи партиями шахмат. В. Крайнов, М. Карпов и др. Российская шахматная партия.
	2. Основы психологии человека. Спортивный режим Гигиена умственного труда. Укрепление здоровья: аутогенное, психическое, двигательные упражнения. Организм человека и факторы риска: стресс, гиподинамия, переутомление.	2. Основы психологии человека. Спортивный режим Спортивный режим во время соревнований. Комплексные режимы. Делание работоспособности и режим дня. Организация тренировочного процесса.
	3. Антидопинговые правила	3. Антидопинговые правила
	4. Дебют Понятие шахматных дебютов. Жаркая партия и дебют (в шахматной). Гамбиты. Италия партия: основные варианты. Славянская партия: основные идеи и варианты. Защита Каро-Кана. Атака в дебюте. Стратегическая игра русской партии, славянской защиты, французской защиты, греческого французского гамбита, староиндийской защиты. Закрытие фактов: дебютный анализ защиты с фактами, спорная защита.	4. Дебют Дебют как подготовительный этап к борьбе в середине игры. Стратегические идеи защиты: Греческая, Французская защита, Защита Нимцовича. Характеристики стратегических дебютов. Понятие дебютной партии. Дебют Рети. Стратегические идеи защиты: Алехина, защиты Уфимцева, защиты Тарнопольца, славянской защиты, староиндийской защиты, голландской защиты, индийской защиты.
	5. Маттосадакция План игры. Оценка позиций. Центр. Центральная атака. Атака в королевской партии. Инициатива и темп. Фигуры: пешечная атака. Проблемы центра. Пешечный проход. Подвижной пешечный центр. Центр и факты. Инициатива и темп в атаке. Атака при разрыве центра. Организация инициативы фигур, пешечного.	5. Маттосадакция Пешечная и пешечная защита. Составление плана защиты, перестроения сил. Переход и контроль. Принципы тактической защиты. Стратегические приемы. Жаркая матировка для перехода в атаку. Комплексная атака. Инициатива пешечной фигуры в середине игры. Инициативная пешечная партия. Пешечная партия пешца, пешца. Игра на одну фигуру.

	теплого вида спорта Психологическая подготовка Оборудование, спортивный инвентарь и инвентаризация по виду спорта. Правила вида спорта.	Успехов и тактика. Двигательное представление. Методика обучения. Метод использования тела. Изучение разносторонней техники и достижением высокого спортивного результата. Характеристики психофизиологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые физические качества личности. Специальные физические качества личности. Классификация спортивного инвентаря и инвентаризация по виду спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и инвентаризация к спортивным соревнованиям. Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
--	---	--

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «парашютный спорт» основаны на особенностях вида спорта «парашютный» и его спортивной дисциплины. Реализация дополнительной образовательной программы спортивной подготовки проводится с учетом особенностей спортивной подготовки в спортивной дисциплине вида спорта «парашютный», по которой осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивной дисциплине вида спорта «парашютный» учитываются организационными, рекомендациями дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, при формировании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

Для включения на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год поступления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «парашютный» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «парашютный» на высшем уровне Всероссийских спортивных соревнований.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивной дисциплине вида спорта «парашютный».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапа спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала; наличие помещений для игры в шахматы и другие интеллектуальные игры;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава

Решения от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации обучения медицинским помощникам, 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 нормативные испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и формы медицинского заключения о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)¹;

- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
- обеспечение обеспечения обучающихся, в том числе организации систематического медицинского контроля;

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для проведения спортивной подготовки

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество шт./ед.
1.	Доска накатная демонстрационная с фигуркой демонстрационная	комплект	2
2.	Доска накатная с фигуркой накатными	комплект	10
3.	Интерактивный элемент (мультимедийный проектор, экран/монитор, экран, специализированное программное обеспечение для вида спорта (аэробика))	штука	1
4.	Скокдамер	штука	2
5.	Стол накатный	штука	10
6.	Стулья	штука	10
7.	Часы накатные	штука	10
8.	Мат гимнастический	штука	2
9.	Мат набивной (матрасик) (от 1 до 3 м²)	комплект	2
10.	Горки накатной для гимнастической утяти	штука	1

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, используемый в индивидуальном использовании							
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная стоимость	Углубленная спортивная подготовка			
				Углубленная спортивная подготовка		Учебно-тренировочный этап (углубленная спортивная подготовка)	
				инвентарь	спортивный инвентарь (шт.)	инвентарь	спортивный инвентарь (шт.)
1.	Инвентарь из специального программного обеспечения для вида спорта (аэробика)	штука	на обучающегося	-	-	-	-

¹ с изменениями, внесенными проектом Минюста России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67134).

1. Кадровые условия реализации Программы

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

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62307), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по организаторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 31.04.2021 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 22.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравоохранения России от 13.08.2011 № 616н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22254).

С целью профессионального роста и повышения квалификационных категорий – действительные профессиональные образования (программы повышения квалификации) не реже одного раза в пять лет.

2. Информационно-методические условия реализации Программы

1. Список литературных источников

1. О физической культуре и спорте в Российской Федерации (Закон) - Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ.
2. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта шахматы. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 1042, зарегистрирован в Министерстве юстиции РФ от 09.02.2022 № 67202.
3. Богданович, Г. Спортивная подготовка. Варианты Рубинштейна: Г. Богданович.
4. М.: Русский шахматный дом, 2007. - 320 с.
5. Болдаринский, Н.Т. Конфликты в шахматной игре/ Н.Т. Болдаринский. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. - 128 с.
6. Гурфелд, Э.Е. Спортивная подготовка шахматиста / Э.Е. Гурфелд, О.В. Станко.
7. М.: Ретей Классик, 2002. - 364 с.
8. Гурфелд, Э.Е. Наступает спортивная подготовка/ Э.Гурфелд. - М.: Российский шахматный дом, 2008. - 320 с.
9. Дворецкий, М.И. Учебное пособие для Марка Дворецкого/ М.И.Дворецкий. - Харьков: Феникс, 2006. - 486 с.
10. Казанцевич, Н.М. Дефектный репертуар шахматиста - шахматиста/ Н.М.Казанцевич. - М.: Российский шахматный дом, 2005. - 241 с.
11. Казанцевич, Н.М. Дефекты в репертуаре шахматиста/ Н.М.Казанцевич. - М.: Российский шахматный дом, 2009. - 220 с.
12. Карпов, А.Е. Учим играть шахматы Каро-Канн/ А.Е.Карпов. - Москва: Дашков, 1999. 102 с.
13. Карпов, А.Е. Шахматы Каро-Канн. Атака Пасома/ А.Е.Карпов, М.И.Полонин.
14. М.: Российский шахматный дом, 2006. - 120 с.
15. Карпов, А.Е. Шахматы Каро-Канн. Закрытые и закрытые / А.Е.Карпов, М.И.Полонин. - М.: Российский шахматный дом, 2006. - 112 с.
16. Каспаров, Г.К. Мои великие противостояния. Новейшая история развития шахматной игры. В 6-ти т. Т. 1: От Стейнмана до Алехина/ Г.К.Каспаров. - М.: РИПОЛ классик, 2005. - 102 с.
17. Каспаров, Г.К. Мои великие противостояния. Новейшая история развития шахматной игры. В 6-ти т. Т. 2: От Таль до Тима/ Г.К.Каспаров. - М.: РИПОЛ классик, 2005. - 128 с.
18. Каспаров, Г.К. Мои великие противостояния. Новейшая история развития шахматной игры. В 6-ти т. Т. 3: От Петросяна до Спасского/ Г.К.Каспаров. - М.: РИПОЛ классик, 2005. - 184 с.
19. Каспаров, Г.К. Мои великие противостояния. Новейшая история развития шахматной игры. В 6-ти т. Т. 4: Фенстер и другие Тималы/ Г.К.Каспаров. - М.: РИПОЛ классик, 2005. - 544 с.
20. Каспаров, Г.К. Мои великие противостояния. Новейшая история развития шахматной игры. В 7-ти т. Т. 5: Карпов и Крамник/ Г.К.Каспаров.
21. М.: РИПОЛ классик, 2006. - 328 с.
22. Митаненчич, А.Б. Матчус Карпов, 60 летний шахматный чемпион мира/ А. Б.Митаненчич, О.В.Станко. - М.: Российский шахматный дом, 2011. - 296 с.
23. Митаненчич, А.Б. Спортивная шахматная Атака Спасского-Фенстера/ А. Б.Митаненчич, О.В.Станко. - М.: Астрель, 2007. - 178 с.
24. Нейбадт, Я.Н. Шахматный практикум/ Я.Н.Нейбадт. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 210 с.
25. Нейбадт, Я.Н. Шахматный практикум-2/ Я.Н.Нейбадт. - Харьков: Феникс Шахматная Пресса, 1998. - 256 с.
26. Павлов, А.Н. Теория и практика шахматной игры / А.Н.Павлов. - М.: РИПОЛ, 2004. - 256 с.
27. Павлов, А.Н.Теория и практика шахматных комбинаций / А.Н.Павлов. - М.: Российский шахматный дом, 2013. - 480 с.
28. Полушинский, Л.А. Шахматные лабиринты/ Л.А.Полушинский. - М.: Энци-ЕМ, 2003. - 116 с.
29. Программа подготовки шахматистов-реферансов. В 2-х частях. КМС. Под ред. В.Е.Голубовича. - М.: Российский шахматный дом, 2004. - 276 с.
30. Тарпан, Э. Учебник шахматной стратегии. Т.1 /Э.Тарпан. - Харьков: Феникс, 2001. - 112 с.
31. Тарпан, Э. Учебник шахматной стратегии. Т.2 /Э.Тарпан. - Харьков: Феникс, 2001. - 112 с.
32. Ткаченко, Г.А. Дефектный репертуар будущего мастера
33. Г.А.Ткаченко. - М.: Ретей Классик, 2009. - 240 с.
34. Фраки, Э. Тесты по стратегии и тактике/ Э.Фраки. - М.: Российский шахматный дом, 2014. - 344 с.

35. Халифман, А.В. Дебют Бьянки (из Альмау) 1-й, том 2/ А.В.Халифман. - СПб.: Гаран, 2003. - 312 с.
36. Халифман, А.В. Дебют Бьянки (из Альмау) 1-й, том 1/ А.В.Халифман. - СПб.: Гаран, 2004. - 240 с.
37. Халифман, А.В. Дебют Бьянки (из Крамника) 1-й, том 1а/ А.В.Халифман. - СПб.: Гаран, 2006. - 292 с.
38. Шахматные обозначения. Лекция/Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 112с.
39. Шахматные обозначения. Лекция/Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 30с.
40. Шахматные обозначения. Слон против коня, ладья против ладьей фигуры. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 288 с.
41. Шахматные обозначения. Слонный и конный. / Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 236 с.
42. Шахматные обозначения. Фигуры/Под ред. Ю.Л.Авербаха. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 216с.
43. Шенк, С.Ю. Бис: Учебник стратегии и тактики/С.Ю.Шенк. - М.: Рипол Классик, 2005. - 376с.
44. Яценко, Ю.Р. Современный компьютерный анализ на реальных фигурах / Ю.Р.Яценко. - М.: ООО ИИК Паритет-Принт, 2013. - 256 с.

3. Перечень программно-аппаратных средств

1. CHESSMASTER 10
2. Шахматы. Стратегия (ICD) - Системные требования: Windows 8/8.1/NT/2000/ME, Процессор 75 МГц, 20 Мб RAM, 15 Мб свободного места на жестком диске, 4-скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640х480 с глубиной цвета 8 бит.
3. Шахматы. Тактика - Системные требования: Windows 8/8.1/NT/2000/ME, Процессор 75 МГц, 20 Мб RAM, 15 Мб свободного места на жестком диске, 4-скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640х480 с глубиной цвета 8 бит.
4. Шахматы 4 Адаптации - Системные требования: Windows 8/8.1/NT/2000/ME, Процессор 75 МГц, 20 Мб RAM, 15 Мб свободного места на жестком диске, 4-скоростное устройство для чтения компакт-дисков или DVD-дисков, разрешение экрана 640х480 с глубиной цвета 8 бит.
5. Шахматы. Анализ 11 Профессиональный анализ - Диск: 8x/4x/2x (DVD) - Системные требования: IBM-совместимый компьютер с частотой 1000 МГц, 256 Мб оперативной памяти (RAM), жесткий диск (1 Гб свободного места), Windows XP/Vista/7, оптический DVD-ROM.
6. Диск: 8x/4x/2x 4.1. Альфаверсия 2011 - Системные требования: RAM 256 Мб, 4 Гб свободного места на жестком диске, Windows XP/Vista/7
7. FIDE 12 - Системные требования: Intel Core 2 Duo 2.4 ГГц, 3 Гб RAM, DirectX9-совместимая видеокарта с 128 Мб памяти, Windows Media Player 11, Windows XP SP3/Vista.

4. Перечень ресурсов информации - телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную деятельность, и лицами ее организующими

- 1 <http://chessbase.ru/> - сайт шахматной литературы;
- 2 <http://chess.sportsto.ru/> - информационный сайт;
- 3 <http://chess.sportbox.ru/> - регулярная шахматная газета, обзоры турниров, турнирные графикалы С. Шахова и других, трансляторы;
- 4 <http://www.chess.com/> - регулярные шахматные новости, комментарии, обзоры шахматных трансляторов;
- 5 <http://www.russianchess.org/> - сайт Российский шахматной федерации;
- 6 <http://www.russianchess.org/feedback.php> - сайт для отзывов