

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Петрозаводского городского округа
«Спортивная школа № 2»

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета

Протокол № б/н от «30» мая 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МУ ДО «СШ №2»

Мальцев Ф.А.

«31» мая 2023 г.

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

Возраст учащихся: с 6 лет

Срок реализации программы: 6 лет

Срок реализации программы на этапах:

- этап начальной подготовки – 2 года
- тренировочный этап – 2-4 года
- этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничения срока обучения (в соответствии с приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634)

Составили:

старший инструктор-методист Р. В. Дмитриев,

тренер И. Д. Лопухин.

г. Петрозаводск
2023

Содержание

I. Общие положения.....	3
II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.....	7
2.1. Сроки реализации	8
2.2. Объём программы	10
2.3. Виды (формы) обучения; применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.....	11
2.4. Годовой учебно-тренировочный план.....	16
2.5. Календарный план воспитательной работы.....	17
2.6. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.....	18
2.7. Планы инструкторской и судейской практики.....	22
2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.....	25
III. Система контроля	28
IV. Рабочая программа по виду спорта.....	32
V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам.....	43
VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.....	44
6.1. Материально-технические условия реализации Программы.....	44
VI.2. Кадровые условия реализации Программы	47
VI.3. Информационно-методические условия реализации Программы.....	48

I. Общие положения

1.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шашки» (далее - Программа) **предназначена** для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке спортивным дисциплинам, указанным в таблице 1, с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденным приказом Минспорта России от 24 ноября 2022 года № 1072 (далее - ФССП).

Таблица № 1

Наименование спортивных дисциплин
в соответствии со Всероссийским реестром видов спорта
номер-код вида спорта «Шашки» - 0890002411Я

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины						
русские шашки-быстрая игра	089	010	2	8	1	1	Я
русские шашки - быстрая игра - командные соревнования	089	014	2	8	1	1	Л
русские шашки-командные соревнования	089	006	2	8	1	1	Я
русские шашки-молниеносная игра	089	011	2	8	1	1	Я
русские шашки - молниеносная игра - командные соревнования	089	001	2	8	1	1	Л
русские шашки	089	012	2	8	1	1	Я
стоклеточные шашки-быстрая игра	089	008	2	8	1	1	Я
стоклеточные шашки - быстрая игра - командные соревнования	089	016	2	8	1	1	Л
стоклеточные шашки-командные соревнования	089	007	2	8	1	1	Я
стоклеточные шашки-молниеносная игра	089	009	2	8	1	1	Я
стоклеточные шашки - молниеносная игра - командные соревнования	089	015	2	8	1	1	Л
стоклеточные шашки	089	002	2	8	1	1	Я

Программа разработана МУ ДО «СШ № 2» (далее - Организация) с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденной приказом Минспорта России от 14 декабря

2022 года № 1246, а также следующих нормативных правовых актов:

Федеральный закон от 30 апреля 2021 года № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон № 127-ФЗ);

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее - Федеральный закон № 273-ФЗ);

Федеральный закон от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона № 127-ФЗ) (далее - Федеральный закон № 329-ФЗ);

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 года № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года»;

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 года № 3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации» (с изменениями и дополнениями, вносимыми Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 сентября 2022 года № 2865-р);

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 октября 2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вносимыми приказом Министерства спорта Российской Федерации № 575 от 07 июля 2022 года) (далее - Приказ № 999);

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 года № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (далее - Приказ № 634);

Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 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» (с изменениями и дополнениями, вносимыми приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации № 106н от 22 февраля 2022 года) (далее - Приказ № 1144н).

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20).

Реализация Программы направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Программа определяет содержание следующих этапов спортивной подготовки:

- 1) этап начальной подготовки (далее - НП);
- 2) учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (далее - УТ);
- 3) этап совершенствования спортивного мастерства (далее - ССМ);

1.2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

1.3. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки по отдельным этапам спортивной подготовки, и направлены:

1.3.1. На этапе начальной подготовки на:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «шашки»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «шашки»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- укрепление здоровья.

1.3.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «шашки»;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «шашки»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

- укрепление здоровья.

1.3.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;
- сохранение здоровья.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Игра «шашки» является одним из наиболее распространённых видов спорта в нашей стране и в мире. Этой старинной, подлинно народной игре, посвящают свой досуг миллионы людей различных возрастов и профессий. Игра в шашки вырабатывает объективность мышления, тренирует память, воспитывает настойчивость, смекалку, трудолюбие, целеустремлённость, точный расчёт, формирует характер, зарождает в человеке творческое начало. Игра в шашки помогает ребёнку быстрее адаптироваться к школьным условиям, легче усвоить учебный материал. Игра в шашки развивает память и усидчивость, способность предвидеть и находить нестандартные решения.

Вид спорта «шашки» - спортивная интеллектуальная игра между двумя соперниками. Во время игры каждому спортсмену принадлежат шашки одного цвета: белого или чёрного. Целью игры для каждой из сторон является выигрыш партии.

«Русские шашки»

Игру ведут на черно-белом поле из 64 клеток. Число фишек - 24 (12 белых и 12 черных). Целью является забрать все фигуры соперника и не позволить ему сделать то же самое.

Расставляют фишки на черных клетках по 12 с каждой стороны поля. Ходить начинают белые. Движение происходит только по диагонали по черным клеткам на пустые места, в прямом и обратном направлении. Остановившись рядом с фишкой

оппонента, ее можно забрать, если при этом соблюдаются правила осуществления хода. За один ход можно забрать несколько шашечек. Если фигура дошла до конца поля (к стороне противника) она превращается в «дамку». Такая фишка движется по диагонали как вперед, так и назад на любое количество клеток. В остальном «дамкой» бьют с учетом основных правил.

«Стоклеточные шашки»

Доска 10x10 клеток; шашки занимают первые четыре ряда тёмных полей с каждой стороны (по 20 шашек); простая и дамка могут бить как вперёд, так и назад; если есть выбор направления боя, то бить необходимо наибольшее количество фигур соперника; при бое простой через поле превращения (в самом дальнем ряду от играющего) она превращается в дамку и, если есть возможность побить далее, как простой, то продолжает бой по правилам простой, а если такой возможности нет, то останавливается, завершая ход; дамка является «дальнобойной», т.е. способна побить фигуру соперника, находящуюся на любом поле одной с ней диагонали, если за этой фигурой есть свободное поле; дамка может ходить на любое число полей; цель игры – лишить соперника ходов (съесть или запереть все его фигуры).

2.1. Сроки реализации

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки приведены в таблице 2. В таблице 2 определяется минимальный возраст при зачислении или переводе обучающегося с этапа на этап спортивной подготовки и минимальная наполняемость при комплектовании учебно-тренировочных групп.

Таблица № 2

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-4	8	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	10	2

При комплектовании учебно-тренировочных групп в Организации

1) формируются учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки, с учетом:

- возрастных закономерностей, становления спортивного мастерства (выполнения разрядных нормативов);
- объемов недельной тренировочной нагрузки;
- выполнения нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- спортивных результатов;
- возраста обучающегося;
- наличия у обучающегося в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинского заключения о допуске к занятиям видом спорта «шашки»;

2) возможен перевод обучающихся из других Организаций;

3) максимальная наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки не превышает двукратного количества обучающихся, указанных в таблице 2.

4) возраст обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в

спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «шашки» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шашки» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

2.2. Объем Программы.

Объем Программы указан в таблице 3.

Таблица № 3

Объем Программы

Этапы и годы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
Количество часов в неделю	4,5	6	9	10	18
Общее количество часов в год	234	312	468	520	936

В зависимости от периода подготовки (переходный, подготовительный, соревновательный), начиная с учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), недельная учебно-тренировочная нагрузка может увеличиваться или уменьшаться в пределах годового учебно-тренировочного плана, определенного для данного этапа спортивной подготовки.

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

Учебно-тренировочные занятия.

Учебно-тренировочные занятия проводятся со сформированной учебно-тренировочной группой (подгруппой).

Для реализации Программы применяются групповые, индивидуальные, смешанные и иные виды (формы) учебно-тренировочных занятий, в том числе с использованием дистанционных технологий.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки - двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех 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, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Занятия начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20:00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 час.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса в Организации:

1) объединяются (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском;

2) проводятся (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при

соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов;
- превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

Учебно-тренировочные мероприятия.

Учебно-тренировочные мероприятия - мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям.

Учебно-тренировочные мероприятия (сборы) проводятся Организацией в целях качественной подготовки обучающихся и повышения их спортивного мастерства. Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий (сборов) определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований с учетом классификации учебно-тренировочных мероприятий (сборов).

Виды учебно-тренировочных мероприятий и предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки указаны в таблице 4.

Таблица № 4

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)		
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной	Этап совершенствования спортивного мастерства

			специализации)	
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям				
1.1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21
1.2	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18
1.3	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия				
2.1	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или)	-	14	18

	специальной физической подготовке			
2.2	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток
2.3	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год
2.4	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-
2.5	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток	

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Организация формирует количественный состав обучающихся для участия в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) с учетом планирования участия обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в календарные планы субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5-кратного численного состава команды.

Спортивные соревнования.

Спортивное соревнование - состязание (турнир, матч) среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания (турнира, матча), проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту).

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся, положениям (регламентам) об официальных спортивных

соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта;

- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Обучающиеся направляются на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий муниципальных образований и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

- объем соревновательной деятельности указан в таблице 5.

Таблица № 5

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований, игр	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
Контрольные	3	5	5	4	4
Отборочные	-	2	3	4	5
Основные	-	1	1	2	4

Обучающиеся, участвующие в спортивных соревнованиях, знакомятся под роспись с нормами, утвержденными общероссийской общественной организацией

«Федерация шашек России», правилами вида спорта «Шашки», положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях, антидопинговыми правилами, условиями договоров с организаторами спортивных мероприятий в части, касающейся участия спортсменов в соответствующем соревновании.

Работа по индивидуальным планам.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапе совершенствования спортивного, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Организация составляет и использует индивидуальные учебно-тренировочные планы для обучающихся, включенных в списки кандидатов в спортивные сборные команды субъекта Российской Федерации и (или) в спортивные сборные команды Российской Федерации.

2.4. Годовой учебно-тренировочный план.

Программа рассчитывается на 52 недели в год.

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

Годовой учебно-тренировочный план определяет объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки и иным мероприятиям, распределяет учебно-тренировочное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения. Продолжительность самостоятельной подготовки составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Организации.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса:

- 1) определяются сроки начала и окончания учебно-тренировочного процесса

с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий (далее - спортивный сезон), в которых планируется участие обучающихся;

2) проводится учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут);

3) используются следующие виды планирования учебно-тренировочного процесса:

- перспективное, позволяющее определить сроки реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с учетом олимпийского цикла;

- ежегодное, позволяющее составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий, промежуточной и итоговой (в случае ее проведения) аттестации;

- ежеквартальное, позволяющее спланировать работу по проведению индивидуальных учебно-тренировочных занятий, самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), участие в спортивных соревнованиях и иных физкультурных мероприятиях;

- ежемесячное, составляемое не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающее инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия.

Годовой учебно-тренировочный план указан в Приложении № 1.

2.5. Календарный план воспитательной работы

Главной целью воспитательной работы является воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры, а также воспитание высоких моральных и нравственных качеств,

чувства патриотизма, волевых качеств у обучающихся.

Календарный план воспитательной работы приведен в Приложении № 2

2.6. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

Допингом в спорте признается нарушение антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или) метода, включенных в перечни субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.

Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями.

В Организации осуществляется реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводятся с обучающимися занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья обучающихся, об ответственности за нарушение антидопинговых правил.

В соответствии с ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

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

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, 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, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений 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 неявка спортсмена на процедуру 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 внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.

9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

10. Запрещенное сотрудничество 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». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг-контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку. Также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА».

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним указан в таблице 6.

Таблица № 6

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	1. Теоретическое занятие	1 раз в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе
	2. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)	1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома).
	3. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	4. Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
	5. Семинар для тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	2. Семинар для спортсменов и тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации

	«Проверка лекарственных средств»		
	3. Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
Этапы совершенствования спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
	2. Семинар «Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг-контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации

Обучающиеся по Программе знакомятся под роспись с локальными нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами по виду спорта «шашки».

2.7. Планы инструкторской и судейской практики.

Инструкторская и судейская практика проводится с целью получения обучающимися знаний и навыков инструктора по спорту и судьи по спорту для последующего привлечения к инструкторской и судейской работе.

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 должны уметь самостоятельно составлять конспект тренировочного занятия и проводит 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 итоговым результатом является выполнение требований на присвоение второй судейской категории по виду спорта «шашки».

План инструкторской и судейской практики указан в таблице 7.

Таблица № 7

План инструкторской и судейской практики

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Инструкторская практика:		
	Теоретические занятия	В течение года	Научить обучающихся начальным знаниям спортивной терминологии, умению составлять конспект отдельных частей занятия

	Практические занятия	В течение года	Проведение обучающимися отдельных частей занятия в своей группе с использованием спортивной терминологии, показом технических элементов, умение выявлять ошибки.
	Судейская практика:		
	Теоретические занятия	В течение года	Уделять внимание знаниям правил вида спорта, умению решать ситуативные вопросы
	Практические занятия	В течение года	Необходимо постепенное приобретение практических знаний обучающимися начиная с судейства на учебно-тренировочном занятии с последующим участием в судействе внутришкольных и иных спортивных мероприятий. Стремиться получить квалификационную категорию спортивного судьи «юный спортивный судья»
Этапы совершенствования спортивного мастерства	Инструкторская практика:		
	Теоретические занятия	В течение года	Научить обучающихся углубленным знаниям спортивной терминологии, умению составлять конспект занятия
	Практические занятия	В течение года	Проведение обучающимися занятий с младшими группами, руководить обучающимися на спортивных соревнованиях в качестве помощника тренера-преподавателя
	Судейская практика:		

Теоретические занятия	В течение года	Углубленное изучение правил вида спорта, умение решать сложные ситуативные вопросы
Практические занятия	В течение года	Обучающимся необходимо участвовать в судействе внутришкольных и иных спортивных мероприятий, уметь составлять Положения о проведении спортивного соревнования, стремиться получить квалификационную категорию спортивного судьи «спортивный судья второй категории»

2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Медико-восстановительные мероприятия проводятся с целью медико-биологического сопровождения, медицинского обеспечения, осуществления восстановительных и реабилитационных мероприятий, организации спортивного питания (возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение).

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указан в таблице 8.

Таблица № 8

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
Этап начальной подготовки (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев

	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (по всем годам)	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 6 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года

В Организации осуществляется медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организация систематического медицинского контроля.

Организация осуществляет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования в медицинских организациях, осуществляющие

проведение медицинских осмотров лиц, занимающихся физической культурой и спортом на этапах спортивной подготовки.

Правила организации оказания медицинской помощи обучающимся (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра, установлены 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».

Систематический контроль за состоянием здоровья обучающихся (в том числе при подготовке и проведении мероприятий), включает предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования); этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения.

Основанием для допуска обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки является наличие у него медицинского заключения с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации согласно возрастной группе в соответствии с приказами Минздрава России.

Основанием для допуска обучающихся к учебно-тренировочным занятиям начиная с тренировочного этапа спортивной подготовки (этап спортивной специализации) является наличие медицинского заключения о допуске к тренировочным мероприятиям и к участию в спортивных соревнованиях.

III. Система контроля

3.1 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:

3.2. 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;

3.3. 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.

3.4. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

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

соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;

овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «шашки»;

выполнить план индивидуальной подготовки;

закрепить и углубить знания антидопинговых правил;

соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

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

демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;

показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в два года;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;

получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

3.6. 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.

3.7. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки (представлены в таблицах):

на этап начальной подготовки таблица 9;

на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) таблица 10;

на этап совершенствования спортивного мастерства таблица 11.

**Нормативы общей физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта
«шашки»**

Таблица № 9

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки						
1.	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,9	7,1	6,7	6,8
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
3.	Смешанное передвижение на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			7.10	7.35	7.00	7.25
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			115	110	125	120
6.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			10,4	10,9	10,2	10,6
7.	Приседание без остановки	количество раз	не менее		не менее	
			8	5	10	8

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

Таблица № 10

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,7	7,1
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.50	6.20
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
1.5.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,0	10,4
1.6.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			3	-
1.7.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	9
1.8.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	135
1.9.	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			15	13
2. Уровень спортивной квалификации				
2.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»		
2.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

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

Таблица № 11

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			10,5	11,0
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			4.50	6.00
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			16	13
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+6	+8
1.5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	-
1.6.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	15
1.7.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	150
2. Уровень спортивной квалификации				
2.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

IV. Рабочая программа по виду спорта.

4.1 Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки.

4.1.1. Этап начальной подготовки

Основными задачами в группах начальной подготовки являются - привитие учащимся интереса к занятиям шашками, овладение элементарными основами шашечной игры, ознакомление с основными тактическими идеями и приемами, получение первоначальных знаний по истории шашек, приобретение навыков участия в соревнованиях.

При планировании подготовки юного шашкиста необходимо учитывать практический опыт, свидетельствующий, что для достижения в юношеском

возрасте звания мастера спорта требуется, как правило, от 6 до 9 лет тренировочной работы.

В группах начальной подготовки занимающиеся как правило не выступают в официальных соревнованиях, и учебный процесс должен быть насыщен большим количеством внутренних турниров (тематических, квалификационных), специальными занятиями по закреплению теоретических знаний и различными массовыми мероприятиями.

4.1.2. Тренировочный этап

В тренировочных группах первого года обучения – развитие интереса к занятиям шашками, изучение сложных комбинаций на сочетание идей, овладение элементарными техническими приемами эндшпиля, ознакомление с теорией, усвоение понятия о тренировке и гигиене шашистов, выполнение нормативов III-I юношеских разрядов.

В тренировочных группах второго года обучения – формирование устойчивого интереса к занятиям шашками, развитие тактического зрения, приобретение навыков самостоятельной работы над шашками, ознакомление с приемами атаки, проблемами центра, углубленное изучение окончаний и основных приемов эндшпиля, изучение понятия инициативы в дебюте, расширение знаний по истории шашек, изучение элементарных основ судейства и организации соревнований, выполнение нормативов III-I юношеских разрядов.

В тренировочных группах третьего года обучения – расширение полученных знаний, изучение теории дебютов, ознакомление с характеристикой современных дебютов, совершенствование в изучении приемов эндшпиля и миттельшпиля, приобретение углубленных знаний о режиме шашиста и методике тренировки, выполнение нормативов III-I спортивных разрядов.

В тренировочных группах четвертого года обучения – совершенствование теоретических знаний, изучение типовых позиций миттельшпиля, овладение принципами формирования дебютного репертуара, углубленное изучение сложных

окончаний, овладение глубокими знаниями по истории шашек, получение сведений о психологической и волевой подготовке, выполнение нормативов III-I спортивных разрядов.

В группах совершенствования спортивного мастерства повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности; обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности; сохранение здоровья. Выполнение норматива спортивного разряда «кандидат в мастера спорта».

В тренировочных группах I и II годов обучения соревновательная нагрузка в официальных турнирах обычно еще невелика, поэтому учебный процесс не подразделяется на периоды.

На последующих годах обучения (в учебно-тренировочных группах III, IV годов обучения) учебный процесс подразделяется на периоды: подготовительный, соревновательный, переходный. В зависимости от календарного плана спортивных мероприятий соответствующим образом планируется учебно-тренировочный процесс подготовки шашистов с тем, чтобы подвести учащихся школы к основному соревнованию года в наилучшей спортивной форме и в состоянии оптимальной готовности.

В подготовительном периоде на первом этапе решаются общие задачи теоретической и практической подготовки, развития волевых качеств, спортивного трудолюбия, целеустремленности и настойчивости в устранении недостатков. На втором этапе подготовительного периода ведется непосредственная подготовка к предстоящему соревнованию.

В соревновательном периоде подводятся итоги тренировочной работы за прошедший этап подготовки, ставятся максимально высокие для данного шашиста (команды) цели. Значимость соревнования определяется в зависимости от перспективного плана подготовки шашиста. Вся учебно-тренировочная работа в

соревновательном периоде проводится с учетом особенностей данного соревнования.

В переходном периоде осуществляется создание наилучших условий для отдыха центральной нервной системы. Учебный процесс, начиная с учебно-тренировочных групп четвертого года обучения, строится на основании индивидуально-группового плана на 2-4 спортсменов примерно одинакового уровня подготовки.

Для перворазрядников, кандидатов в мастера и мастеров спорта могут быть составлены индивидуальные планы подготовки.

Программный материал для учебно-тренировочных занятий на этапе начальной подготовки

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для групп начальной подготовки I года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками.
- История возникновения шашечных игр. Разновидности шашек. Появление шашек на Руси.
- Правила проведения соревнований и основы судейства
- Основы здорового образа жизни. Спортивный режим и гигиена: гимнастика, сон, питание, купание, двигательная активность
- Правила игры. Нотация. Шашечная азбука: доска, шашки, ходы, бой, дамка.
- Основы шашечной теории: сущность и цель игры в шашки, основные стадии партии: начало, середина, окончание, связь теории с практикой.
- Значение начала (дебют). Идеи дебютов. Знакомство с дебютами: «отыгрыш» белыми и черными (первые 5-6 ходов).

- Игра в середине партии. Сила центральных шашек перед бортовыми. Фланги. Ударные колонны. «Золотые шашки»
- Нормальные окончания. Понятия: размен, запираение, столбняк, петля, застава, вилка, оппозиция. Дамочные окончания (1х1, 2х1, 3х1). Композиция – область шашечного творчества. Основные виды (жанры) композиции: проблемы, этюды, задачи, комбинации.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для групп начальной подготовки II года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками.
- Шашки в культурной жизни России. Роль А.Д. Петрова, М.К. Гоняева, И.Н. Панкратова, Д.И. Саргина, В.И. Шошина, П.П. Боброва, П.Н. Бодянского в популяризации шашек.
- Турнирная дисциплина. Виды соревнований: личные, командные, лично-командные, товарищеские, официальные, сеансы одновременной игры, матчи. Основы судейства.
- Основы здорового образа жизни. Гигиенические знания и навыки. Общий распорядок дня. Режим питания.
- Стратегия игры. Позиционная и тактическая игра. Понятия и термины. Элементы шашечной позиции.
- Стратегические функции дебютов. Форсированный характер дебютных вариантов. Ход 1. С3 – d4 – развитие левого фланга белых. Знакомство с дебютом: «Кол» (первые ходы).
- Порядок введения шашек в игру. Определение комбинации. Финальные удары. Простейшие элементы комбинации: устранение «Мешающих» шашек и доставка недостающих, подрыв слабых полей.

- Нормальные окончания. Двойная петля. Четыре дамки против одной. Пять дамок против двух дамок. Три дамки против одной. Треугольник «Петрова». Борьба простых. Понятия: выигрыш темпа (роздых), распутье, переплет, трамплин.
- Определение видов (жанров) композиции. Проблемы по соотношению шашек с каждой стороны. Миниатюры (до 7 ш.), средние (до 12 ш.), большие (до 20 ш.).

Программный материал для учебно-тренировочных занятий на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для тренировочных групп I года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками
- Сильнейшие мастера России С.А. Воронцов, Ф.А. Каулен, А.И. Шошин
- Судейство соревнований. Системы соревнований: круговая, олимпийская, швейцарская, система микроматчей, смешанная.
- Основы здорового образа жизни. Понятие о гигиене. Основные сведения о гигиене физкультуры и спорта. Личная гигиена шашиста. Методы закаливания.
- Позиционные и тактические приемы игры.
- Основные принципы развития сил в начале дебюта. Дебюты: «Вилочка» - первые ходы, «Перекресток» - разыгрывание связки типа «клещи» за белых и черных.
- Понятие «активные поля» - d4, f4 (C5, E5). Понятия: кол, тычок, рожон, связка, зажим, отсталые шашки. Расчет и план игры. Простейшие приемы.
- Идея и механизм комбинаций. Роль ударных колонн в борьбе за активные поля.
- Борьба простых в окончаниях. 4 дамки против 2-х дамок.

- Этюды – композиция с игрой в окончании (у белых не более 4-х, у черных – не более 6).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для тренировочных групп II года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками.
- Рост популярности шашечной игры в тридцатые годы XX столетия. Первые Чемпионаты страны.
- Основные положения правил вида спорта. Разрядные нормы.
- Основы здорового образа жизни. Краткие сведения об анатомии и физиологии человека. Роль центральной нервной системы в деятельности организма. Закаливание.
- Общие вопросы теории, понятия, термины. Позиционная игра. Тактические приемы игры.
- Начала. «Городская партия», «Старая партия» – первые 7 – 8 ходов. «Жертва Кукуева» - начальное представление. «Обр. городская партия», «Игра Филиппова», «Игра Каулена», «Игра Бодянского» - первые 5 – 6 ходов.
- Борьба против центральных шашек соперника. Важность колонны q1, f2, E3 (b8, c7, d6). Способы постановки кола и тычка для атаки в центре. Сила и слабость шашки E5 (d4). Решето – серьезный изъян в позиции.
- Экономичность и инициатива при связке. Зажим. Основные типы связок в центре и на флангах. Отсталые шашки a1 (h8), и h2 (a7). Признаки наличия комбинации. Значение роздыха. Элементы техники расчета. «Дерево вариантов».
- Окончания. Приемы: самоограничение отбрасывание. Три дамки против дамки и простой.
- Задача – композиция с заданием запереть шашки соперника. Особые виды композиций.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для тренировочных групп III года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками.
- Становление советской шашечной школы. Творчество В.В. Медкова, Н.А. Кукуева. Появление талантливых мастеров: С. Натова, Б. Блиндера, Д. Шебедева, И. Тимковского.
- Правила вида спорта. Контроль времени на партию. Таблица очередности игры в турнире, правило определения цвета шашек. Проведение соревнований по швейцарской системе.
 - Основы здорового образа жизни. Значение правильного питания, его калорийность. Понятие об обмене веществ при физ. и умств. нагрузках.
 - Общие вопросы теории, понятия, термины. Позиционная игра. Тактические приемы игры.
 - Начало партии. Дебют «Отыгрыш». Борьба за центр. «Городская партия». Идеи связки центра с поля C5. Переход на блокаду правого фланга шашками C5d6. «Новое начало». Трудности у черных на правом фланге. «Игра Романычева». Связка черных с центра с поля f4. «Центральная партия». Форсированные варианты. «Обр. игра Бодянского» - общее знакомство. Дебюты «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита», «Защита Когана» - первые 7-8 ходов. «Косяк Саргина». Последствия хода 5. ..., h8-g7?
 - Середина игры. Клеци. Рогатка. Способы постановки и выхода. Выгодные и невыгодные рогатки. Типовые комбинационные приемы. Постановка параллельных шашек E3, f4 (C5, d6) при отсталой A7 (h2). Безупорные шашки. Способы борьбы с ними. Коловые позиции. Сильный кол. Борьба против кола (изоляция шашкой d4 (E5). Взаимодействие флангов. Слабые фланги. Сильный и слабый центр. Фиксация бортовых шашек. Связка центра с поля f4 (C5). Подготовка комбинации. Угроза. Жертва.
 - Окончания. Приемы: самоограничение отбрасывание. Три дамки против дамки и простой.

- Этюды. Его определение. Важность знания этюдных идей. Основные критерии и требования к произведениям композиции.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для тренировочных групп IV года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками.
- Исторический обзор В.А. Соков – корифей русских шашек. Развитие шашек после Великой Отечественной войны. Спортивные и творческие достижения наших сильнейших гроссмейстеров и мастеров.
- Организация и проведение соревнований: положение о турнире, регламент, место и сроки соревнования, документация, отчет. Инструкторская и судейская практика. Зачет по судейству и организации соревнований.
- Основы здорового образа жизни. Физическая подготовка. Вред курения и алкоголя.
- Общие вопросы теории, понятия, термины. Позиционная игра. Тактические приемы игры.
- Начала: «Старая партия» - знакомство с основными системами. «Кол» - система с разменом на q5. «Игра Романычева» - основные варианты. «Ленинградская защита», «Новоленинградская защита» - основные идеи и варианты.
«Киевская защита», система с разменом черных 5. ...q5 – f4. «Перекресток», система 3. ... f8 – E7. «Жертва Кукуева», усвоение основных идей. Дебюты «Защита Когана», «Игра Дьячкова», «Обрат. городская партия», «Косяк Хромого», «Обрат. Кол» - основные варианты. «Игра Филиппова» - ход 1. E3 – d4. Основные системы. «Игра Бодянского» - системы 2. b2 – A3 и 2. E3 – d4. «Жертва Шошина – Харьянова». «Жертва Мазурка».
- Середина игры. Комбинационные возможности при связках. Удар Кукуева при отсталой шашке h2 (A7). Выгодное и невыгодное переразвитие.

Комбинации. Контркомбинации. Их расчет. Жертвы для захвата активных полей. Спасаящие жертвы. Игра на ограничение – важнейший принцип стратегии. Косяковые позиции. Точность расчета при жертве. Ошибочные жертвы. Техника расчета. Учет угроз и комбинаций.

- Окончания. Дамка и две простые против дамки. Позиция Саргина. Стандартные окончания с дамкой. Две дамки и простая против дамки и простой. Проводка шашки С1.

- Классификация составителей. Соревнования по композициям.

Программный материал для учебно-тренировочных занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для групп совершенствования спортивного мастерства I года обучения

- Техника безопасности на занятиях шашками
- Выдающиеся советские мастера и гроссмейстеры 60-х – 80-х годов. Роль В.С. Литвиновича в систематизации и исследовании дебютной теории. Работы З.И. Цирика в области окончаний.
- Зачет по судейству и организации соревнований.
- Основы здорового образа жизни. Знакомство с учением о биоритмах. Основы психологических знаний.
- Общие вопросы теории, понятия, термины. Позиционная игра. Тактические приемы игры.
- Принципы создания индивидуального дебютного репертуара. Начало «Старая партия». Форсированные варианты. «Новое начало» - идея игры черных, если белые не вторгаются на с5. «Вилочка». Игра окружение при переразвитии у белых. «Киевская защита» - система с размером белых 4. d4 – С5. Коловая система 1. С3 –

d4, f6 – q5; 2. b2 – c3, q7 – f6; c3 – b4, h8 – q7; 4. b4 – c5. Дебюты «Обрат. Игра Бодянского», «Игра Каулена», «Игра Шмультяна», «Игра Боброва» - основные варианты. Отказанные системы некоторых дебютов.

- Середина игры. Связка правого фланга. Симметричные позиции. Косяковые и гамбитные симметрии. Их разыгрывание. Жертвы для подготовки комбинаций или создание цугцванга.

- Окончания. Дамки против простых. Борьба простых. Оригинальные окончания. Три дамки против дамки и двух простых.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для групп совершенствования спортивного мастерства II года обучения

- Развитие русских шашек 1980 – 2000 г.г.
- Системы проведения чемпионатов страны, Европы, Мира
- Техника безопасности на занятиях шашками
- Основы здорового образа жизни. Режим шашкиста во время соревнований.
- Общие вопросы теории, понятия, термины. Позиционная игра. Тактические приемы игры.
- Начало «Городская партия» - игра белыми на окружение в системе с ходом a1-b2 и разменам f4-q5. Дебют «Косяк», «Обрат. Косяк», «Обрат. кол», «Обрат. тычок», «Игра Сокова», «Игра Рамма» - Цукерника – основные системы.
- Середина игры. «Висячий» центр, техника его подрыва и перехвата инициативы. Сочетание связки своего левого фланга с активной бортовой шашкой h6 (a3). Типовые позиционные и тактические идеи при разыгрывании косяковых позиций.
- Окончания. Две дамки и две простые против дамки и простой. Связь этюдного творчества с практической игрой. Оригинальные окончания.

- Шашечная композиция в подготовке шашиста. Условия составления композиций. Официальные соревнования по композиции.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

5.1. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «шашки» основаны на особенностях вида спорта «шашки» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «шашки», по которым осуществляется спортивная подготовка.

5.2. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «шашки» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

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

5.4. Возраст обучающихся на этапах 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 «шашки» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «шашки» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

5.6. 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 спортивным дисциплинам вида спорта «шашки».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

6.1. Материально-технические условия реализации Программы

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 12

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	1
2.	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение)	комплект	1
3.	Мат гимнастический	штук	1
4..	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
5.	Ноутбук	штук	1
6.	Секундомер	штук	1
7.	Стол	штук	10
8.	Стул	штук	10
9.	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
10.	Шашечная доска складная с набором шашек	штук	10
11.	Шахматные часы	штук	10
Для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства			
12.	Веб-камера	штук	1

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

Таблица № 13

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Шашечная доска складная с набором шашек	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	3	1	3

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 14

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный зимний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
2.	Костюм спортивный летний	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
3.	Кроссовки спортивные легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
4.	Кроссовки утепленные (зимние)	пар	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
5.	Футболка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1
6.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	1
7.	Шорты спортивные	штук	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1

6.2. Кадровые условия реализации Программы.

Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками:

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «шашки», 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 № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 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 Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Организации:

Работники направляются Организацией на соответствующую профессиональную переподготовку и повышение квалификации в сроки, определенные в соответствии с утвержденным в Организации планом профессиональной переподготовки, повышения квалификации на основании приказа руководителя Организации.

6.3. Информационно-методические условия реализации Программы.

Список литературы

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденным приказом Минспорта России от 24 ноября 2022 года № 1072.
2. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «шашки», утвержденная приказом Минспорта России № 1246 от 14.12.2022 года.
3. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.12 г.
4. Абаулин В. «Начала в шашечной партии». М., «Фис», 1965.
5. Адамович В.К. «Позиционные приемы борьбы в русских шашках». М., «Фис», 1976.
6. Берлинков Б.Л. «Шашечные партии белорусских мастеров». Минск, «Полымя», 1983.
7. Блиндер Б.М. «Шашечные этюды». М., «ОГИЗ - Физкультура и туризм», 1973.
8. Виндерман А.И., Герцензон Б.М. «Шашки для всех», М., «Фис», 1983.
9. Вирный А.Я. «Немного о шашках, но по существу», М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005.
10. Головня И.О. «Дебютные ловушки и комбинации в русских шашках», Киев, «Здоровье», 1983.
11. Голосуев В.М. «Играйте в шашки», Лениздат, 1983.
12. Городецкий В.Б. «Самоучитель игры в русские шашки», М., «ФиС», 1967.

13. Городецкий В.Б. «Книга о шашках», М., «Детская литература», 1980.
14. Громов Г.В., Свечников А.А. «Русские шашки в школе», Санкт-Петербург, 1991.
15. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта, М.: Просвещение, 1985.
16. Дунаевский А.И. «Окончание в шашечной партии», М., «ФиС», 1965.
17. Злобинский А.Д. «Комбинации в русских шашках», Киев, «Здоровье», 1985.
18. Кириллов Ю.В. «Искусство защиты», 2004.
19. Кукуев Н.А. «100 шашечных этюдов». М., Государственное издательство, 1930.
20. Кукуев Н.А. «125 шашечных этюдов». М., «ФиС», 1951.
21. Куличихин А.И. «История развития русских шашек». М., «ФиС», 1982.
22. Куперман И.И. «Начала партий в шашки». М., «ФиС», 1950.
23. Куперман И.И. «Начало и середина игры в шашки». М., «ФиС», 1957.
24. Литвинович В.С. «Школа позиционной игры». М., «ФиС», 1984.
25. Литвинович В.С. «Курс шашечных дебютов». Минск, «Полымя», 1985.
26. Маньшин С.С., Громов Г.В. «Программа подготовки юных шашистов. 1 часть. Русские шашки». Санкт-Петербург, 1992.
27. Маньшин С.С., Громов Г.В. «Программа подготовки юных шашистов. 2 часть. Стоклеточные шашки». Санкт-Петербург, 1993.
28. Медков В. «Азбука шашечной игры». М., 1927.
29. Миротин Б.А. «Комбинации в шашечной партии». М., «ФиС», 1952.
30. Миротин Б.А. «Тактические основы шашечной игры». М., 1974.
31. Петрова Л.В. «Шашечные раритеты выдают свои секреты», Санкт-Петербург, 2003.
32. Рамм Л.М. «Курс шашечных начал». М., «ФиС», 1953.
33. Рокитницкий А.В. «Рассказы о шашках и шашистах». Минск, «Беларусь», 1972.
34. Рокитницкий А.В. «Шашки и комбинации». Минск, «Беларусь», 1976.

35. Рубинштейн Л. «Василий Соков». М., «ФиС», 1952.
36. Федоров М. «Дамочный эндшпиль», Нижний Новгород, 1996.
37. Хацкевич Г.И. «25 уроков шашечной игры», Минск, «Полымя», 1979.
38. Цирик З.И. «Шашечный эндшпиль». М., «ФиС», 1953.
39. Цукерник Э.Г. «Антология шашечных комбинаций». М., «ФиС», 1987.
40. Цукерник Э.Г. «Курс дебютов». Рига, «НЛУС», 1996.
41. Шмультян Т.Л. «Середина игры в шашки». М., «ФиС», 1955.

Перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательной деятельности, включая электронные базы данных.

1. АИС «Мой спорт», <https://moisport.ru/>
2. Официальный сайт Федерации шашек России <https://shashki.ru/>
3. Официальная группа в ВКонтакте Федерации шашек Республики Карелия
<https://vk.com/club4330308>
4. Официальный сайт МУ ДО «СШ № 2» г. Петрозаводска <https://sport-sch2.ru/>
5. Официальный сайт Министерства спорта России <http://www.minsport.gov.ru/>
6. Министерство просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru/>
7. Министерство образования и спорта Республики Карелия
<https://minedu.gov.karelia.ru/>
8. Игровой и обучающий сайт «Шашки для начинающих и не только»
<https://www.kombinashki.ru/>

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки				
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствов ания спортивного мастерства
		До года	Свыш е года	До трехле т	Свыше трех лет	
		Недельная нагрузка в часах				
		4,5	6	9	10	18
		Максимальная продолжительность одного учебно- тренировочного занятия в часах				
		2	2	3	3	4
		Наполняемость групп (человек)				
		10		6		2
1.	Общая физическая подготовка	12	12	14	19	28
2.	Специальная физическая подготовка	12	9	14	19	28
3.	Участие в спортивных соревнованиях	–	6	14	62	64
4.	Техническая подготовка	72	103	164	156	234
5.	Тактическая подготовка	105	140	164	243	346
6.	Теоретическая подготовка					
7.	Психологическа я подготовка					

8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	3	9	12	19
9.	Медицинские, медико-биологические мероприятия					
10.	Восстановительные мероприятия					
11.	Инструкторская практика	–	3	9	12	37
12.	Судейская практика	–				
Общее количество часов в год		234	312	468	520	936

Приложение № 2

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных	В течение года

		занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе;	
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;	В течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);	В течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года

	Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)		
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов;	В течение года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060078

Владелец Мальцев Феликс Александрович

Действителен с 24.12.2024 по 24.12.2025