

Управление образования администрации муниципального образования
«Коношский муниципальный район»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
«ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ»
(МБОУ ДО СШ «ЦСП»)

Рассмотрено
на тренерском совете
Протокол № 8
от « 08 » ноября 2022 г.



Утверждаю
Директор МБОУ ДО СШ «ЦСП»
А.А.Коновалов

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
по рэндзю (8-12 лет)

Возраст детей, на которых программа рассчитана: 8-12 лет
Срок реализации программы 2 года

Автор – составитель:
тренер-преподаватель И. В. Метревели
(мастер спорта по рэндзю,
тренер высшей категории)

Коноша
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вступление

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по рэндзю (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для детей 5-12 лет. Программа направлена на развитие индивидуальных способностей, самореализации личности обучающихся на основе формирования интереса к спорту в процессе занятий рэндзю.

При создании программы учитывались все последние достижения в области теории, методики и практики проведения занятий по рэндзю.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по рэндзю (далее - программа) МБОУ ДО СШ «ЦСП» (далее – Учреждение), разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Конвенцией о правах ребёнка;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),
- СанПиН 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от от 21.03.2022 № 9);
- Письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Минспорта РФ от 12.09.2013 № 730 «Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ

- подготовки в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;
- Приказом Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
 - Положением о ДООП в Учреждении;
 - Положением об экспертизе ДООП в Учреждении;
 - Уставом муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования спортивная школа «Центр спортивной подготовки»

и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях физкультурно-спортивной направленности и спецификой работы учреждения.

Характеристика вида спорта шашки.

Шашки – это сфера интеллектуальной деятельности, в которой основной формой является игра двух игроков. Игра в шашки способствует развитию памяти, логического и творческого мышления; она вырабатывает терпение, усидчивость, умение анализировать различные ситуации. Шашки являются профессиональным видом спорта. Шашки как вид спорта вырабатывают в человеке ряд необходимых и требуемых в обществе качеств: целеустремленность, волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания, смелость, расчет, умение быстро и правильно принимать решения в меняющейся обстановке и т.д. Соревнования по виду спорта «шашки» проводятся в спортивных дисциплинах, включенных во Всероссийский реестр видов спорта:

- русские шашки - быстрая игра;
- русские шашки - быстрая игра - командные соревнования;
- русские шашки - командные соревнования;
- русские шашки - молниеносная игра;
- русские шашки - молниеносная игра - командные соревнования;
- русские шашки;
- стоклеточные шашки - быстрая игра;
- стоклеточные шашки - быстрая игра - командные соревнования;
- стоклеточные шашки - командные соревнования;
- стоклеточные шашки - молниеносная игра;

- стоклеточные шашки - молниеносная игра - командные соревнования;
- стоклеточные шашки;
- игра по переписке;
- обратная игра в шашки (поддавки);
- шашечная композиция;
- рэндзю.

Характеристика рэндзю.

Рэндзю – это логическая игра. Для игры нужны игровое поле и набор чёрных и белых шашек. Количество шашек зависит от продолжительности партии. Доска для игры представляет собой поле, которое состоит из 225 пунктов, на поле нанесены 15 вертикальных и 15 горизонтальных линий. Пересечения линий называются игровыми пунктами. В процессе игры шашки ставятся в игровые пункты (а не в клетки). Центральный игровой пункт обозначен жирной точкой. Перед началом игры доска пуста. Игру начинают чёрные, выставляя свою шашку в центр доски. Очередь хода переходит к белым, и они выставляют свою шашку в свободный пункт. Таким образом, соперники по очереди ставят свои шашки в свободные пункты доски. Выставленные шашки остаются на своих местах до конца партии. Побеждает тот, кто первым построит непрерывный ряд из пяти своих шашек по горизонтали, вертикали или диагонали.

Научится делать ходы в рэндзю намного проще, чем в других логических играх. Очень просто, казалось бы, построить ряд из пяти шашек. Неприхотливость инвентаря также позволяет игре завоевать сердца людей различного возраста и профессий, можно играть ручкой на листке в клетку, ставя крестики и нолики. Постепенно постигая глубину, можно убедиться, что по сложности рэндзю не уступает никаким другим логическим играм.

Рэндзю - это логическая игра, поэтому основная нагрузка умственная. Занятие рэндзю развивает счетные способности, быстроту мышления, зрительную, оперативную и долговременную память. А также такие волевые качества как целеустремленность, упорство, терпение, настойчивость, самообладание и волю к победе.

История рэндзю

Интеллектуальные спортивно-логические игры: Шахматы, шашки, рэндзю, го, спортивный бридж, Отелло (реверси) и сёги - все эти игры имеют многовековую историю и давние традиции. Каждая из них обладает богатой

теорией, которая продолжает развиваться и по сей день. Постоянно появляются новые дебютные разработки, совершенствуются приёмы игры на разных стадиях партии. Все эти игры поистине неисчерпаемы: только в шахматах количество возможных партий оценивается более чем 10¹⁰⁰ (это больше, чем атомов во Вселенной!), а в рэндзю и го степень исчисляется уже несколькими сотнями. Кроме того, во всех спортивно-логических играх стороны имеют примерно равные шансы. Результат встречи двух игроков зависит только от их умения и мастерства.

На протяжении длительного времени в нашей стране были известны только две спортивно-логические игры – шашки и шахматы. Отношение в обществе к ним было главным образом как к спорту. Лишь в последней четверти прошлого века в России получили распространение такие игры как го, рэндзю, сёги – они пришли к нам из Японии.

Местом первого рождения рэндзю считается дельта реки Хуанхэ в Китае. Время рождения – XX век до нашей эры, т.е. этой игре около 4000 лет! Это заставляет считать рэндзю одной из самых древних логических игр. По свидетельству древних историков, игра была привезена на Японские острова в 270 году нашей эры китайскими эмигрантами. Именно в Японии были разработаны современные правила и стали проводиться официальные турниры. Рэндзю переводится с японского как «нитка жемчуга». Очевидно, те кто давал название, считали, что выстроенный из пяти шашек ряд приводящий игрока к победе, действительно стоил пяти жемчужин. В Японии существует такая поговорка: «В го играют боги, в сёги – герои, рэндзю – игра для простых людей, для нас с тобой!»

Значительная роль рэндзю и в эстетическом воспитании.

Япония – удивительная восточная страна, в которой зародились и получили своё развитие многие логические игры. Японцы первыми придали играм статус науки и искусства. Познание логических игр Японии, их освоение позволяет воспринимать японскую культуру и загадочную для европейцев душу более естественно. Если в обычной жизни японцы редко допускают европейцев к своей культуре, то через игру сделать это намного легче. Приступая к партии, игроки должны создать некий шедевр, произведение искусства, которым будут любоваться зрители, получая эстетическое наслаждение.

Мгновенная смена ситуаций, многоходовые, тщательно рассчитанные атаки, неожиданные защиты и красивейшие позиционные ходы – вот чем привлекает рэндзю зрелого мастера. «Нет ничего проще этой игры» - восклицает новичок,

сыграв несколько партий. И он прав. «Нет ничего сложнее», скажет мастер. И будет тем более прав.

Рэндзю как организованный вид спорта.

В Советском Союзе регулярные соревнования по правилам классического рэндзю проводились с начала восьмидесятых годов XX века. Чемпионаты России проводятся ежегодно, начиная с 1992 года.

В настоящее время под эгидой Международной Федерации Рэндзю (**RIF**) систематически проводятся личные, командные, заочные чемпионаты мира, личные чемпионаты Европы, разработаны Кодекс рэндзю и Квалификационная система. Первый очный чемпионат мира по рэндзю прошёл в 1989 году. Ведущие позиции в развитии рэндзю занимают Китай, Япония, Тайвань, Эстония, Россия, Швеция. В России рэндзю активно развивается в Москве, Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде, Ярославской области, также очень сильна школа рэндзю в Коношском районе Архангельской области.

Силу игры принято оценивать по системе разрядов кю (1-й кю — высший ученический разряд) и данов (1 дан — низший из данов, но является следующей ступенью после 1-го кю). Системы присвоения разрядов в разных странах различаются. В России очередной дан можно выполнить только по итогам турнира, потеря возможна как по результатам турнира, так и вследствие длительного не подтверждения. Кроме этого, существует стандартная градация силы игры (1-3 юношеские разряды, 1—3 спортивный разряд, кандидат в мастера спорта, мастер спорта России, гроссмейстер).

С 2011 дисциплина рэндзю как вид спорта вернулась в Всероссийский реестр видов спорта, код 0890132811Я.

В шашечную теорию и практику уверенно вошли компьютерные технологии, которые значительно расширяют аналитические возможности и играют большую роль в подготовке спортсменов высокого класса.

О социальной значимости рэндзю, говорит их возрастающая популярность в мире. Международная организация рэндзю, занимается популяризацией и пропагандой шашек рэндзю в различных странах, проведением многочисленных международных соревнований как очных, так и онлайн соревнований.

Направленность программы

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по рэндзю направлена на физическое воспитание личности, приобретение 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, а также на развитие творческой личности, получение начальных знаний в области физической культуры и спорта.

Программа служит основой для эффективного построения многолетней подготовки спортивных резервов для шашек рэндзю и характеризуется:

- Физкультурно-спортивной направленностью;
- Направленностью на реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- Направленностью на реализацию принципа комплексности, предусматривающего тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);
- Направленностью на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- Направленностью на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня и самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации;

Актуальность программы

Рэндзю – это настольная логическая игра для двух игроков, спортивный вариант крестиков-ноликов до пяти в ряд, сочетающая в себе, кроме спортивных элементов, также элементы искусства и философии. Преимущество игры в том, что в нее могут играть любой желающий, здесь нет ограничений по возрасту. Это не только игра, доставляющая обучающимся много радости, удовольствия, но и действенное, эффективное средство их умственного развития. В спортивном варианте игра способствует воспитанию у обучающихся целеустремленности, воли к победе, умения владеть собой. Как творческая игра рэндзю, подобно шахматам и шашкам, развивает внимательность, память, совершенствует логику, прививает навыки самостоятельной исследовательской работы.

Рэндзю очень популярна в Китае, Японии, Корее, Тайвани, Макао, Эстонии. В России наибольшее развитие игра получила в Москве, Санкт-Петербурге, Нижегородской, Ярославской и Архангельской областях. Правила игры в рэндзю очень просты и общедоступны. Поэтому многих людей существует ошибочное мнение об этой игре как о весьма легкой и простой. В действительности же научиться хорошо играть в рэндзю дело не легкое и не простое. Эта игра содержит в себе много трудностей, тонкостей и глубины.

Рэндзю как и любая логическая игра, где требуется рациональное мышление способствует развитию:

- Терпения, усидчивости;
- Умению концентрироваться;
- Умению логически мыслить.

Программа учитывает:

- требования федеральных стандартов подготовки по шашкам;
- возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях шашкам.

Программа по шашкам рэндзю направлена на:

- здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирования знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в т.ч. в шашках (рэндзю).

Работа учебных групп может быть организована на базе общеобразовательной и спортивной школ. Основной **формой** учебно-тренировочного процесса являются групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль, участие в соревнованиях.

Форма получения образования - очная.

Образование осуществляется на русском языке.

Официальная группа МБОУ ДО СШ «ЦСП» <https://vk.com/almazcsp>

Адресат программы: учащиеся 5-12 лет

Программа реализуется в рамках Учреждения.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по рэндзю реализуется в сетевой форме совместно с:

- Муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования «Детская школа искусств № 8» (Договор от 01.01.2022 г.)
- Муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Центр развития ребёнка – детский сад «Радуга» (Договор от 15.02.2022 г.)

Цель программы

Формирование у детей и подростков мотивации здорового образа жизни, путем вовлечения в спортивную деятельность. Подготовка спортсменов с базовыми навыками игры в шашки рэндзю.

Задачи программы

Обучающие:

- обучение игре рэндзю;
- повышение общего уровня логического мышления, пространственного воображения, развитие зрительной памяти, счетных способностей, быстроту мышления, что пригодиться не только в рэндзю, но и в других областях жизнедеятельности;
- обучение теории и практике игры рэндзю;

- умение самостоятельно мыслить, решать поставленные задачи в различных ситуациях.

Развивающие:

- развитие стремления детей к самостоятельности;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности, содействие гармоничному физическому развитию.
- Развитие умственных способностей учащихся: логического мышления, зрительная память и счетные способности (умения производить расчеты на несколько ходов вперед), образное и аналитическое мышление;
- повышение личных спортивных результатов;
- формировать личностные качества спортсмена, повышать его самооценку.

Воспитательные:

- воспитание отношение к игре рэндзю как к серьезным, полезным и нужным занятиям, имеющим спортивную и творческую направленность;
- воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;
- Выработка у учащихся умения применять полученные знания на практике;
- формирование личностных качеств спортсмена, таких как целеустремленность, самостоятельность, выдержка, усидчивость, внимание и повышение самооценки;
- воспитание этического поведения спортсмена на соревнованиях, сборах, в коллективе;
- гармонизация личности с чувством уважения к себе и окружающим;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Выполнение задач, поставленных перед спортивной школой по шашкам рэндзю, предусматривает: систематическое проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебно-тренировочного плана, переводных контрольных нормативов; регулярное участие в соревнованиях и организации проведения контрольных игр; осуществление восстановительно-профилактических мероприятий; просмотр учебных фильмов, видеозаписей соревнований; создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий; использование данных науки и передовой практики как важнейших условий совершенствования спортивного мастерства учащихся.

Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы состоят в том, что внесены изменения в учебный план и тематическое планирование. Больше внимания уделяется специальной подготовке, техническому и тактическому умению, психологической и психической устойчивости.

Программа предполагает:

- индивидуальный подход (ориентация на личностный потенциал ребенка и его самореализацию на основе формирования интереса к спорту в процессе занятий лыжными гонками);
- возможность построения образовательной деятельности с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и здоровья обучающихся;
- физическое воспитание личности;
- выявление одаренных детей;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Программа строится на следующих принципах:

- принцип комплексности, который предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической, теоретической подготовок);
- принцип преемственности, который определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения для обеспечения в многолетнем тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности;
- принцип вариативности, который предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенных задач спортивной подготовки.

В муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования спортивная школа «Центр спортивной подготовки» созданы условия для реализации программы по шашкам рэндзю.

Развитие способности управлять своими эмоциями связано с включением в тренировочные занятия эмоциональных и достаточно сложных для того или иного возраста упражнений и с использованием игрового и соревновательного методов, добиваясь обязательного их выполнения и, таким образом, воспитывая у юных рэндзистов уверенность в своих силах.

Эффективность работы спортивных школ во многом зависит от учебных программ.

Программирование – это упорядочение тренировочного процесса на основе определенных специфических принципов. Разработка программ необходима в связи с потребностью усовершенствования процесса подготовки юных спортсменов и повышением требований к подготовке резерва.

Характеристика обучающихся по программе

По программе могут обучаться дети, как мальчики, так и девочки, в одновозрастных и разновозрастных группах в возрасте от 5 до 12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний. Набор и формирование групп осуществляется по вступительным испытаниям. Наполняемость групп от 10 до 14 обучающихся.

Программа занятий составлена в соответствии с возрастными особенностями занимающихся.

Сроки и этапы реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Учебный план охватывает 2 года по 11 учебных месяцев (сентябрь-июль).

Учебная нагрузка составляет 3 часа в неделю.

Рассчитана на 36 учебных недель, 108 часов

Зачисление детей производится в начале учебного года.

Продолжительность обучения по программе 2 года.

В программе отражены:

- задачи работы с обучающимися этапа начальной подготовки (НП); содержание учебного материала по теоретической, физической, технической и тактической подготовке,
- распределение объемов нагрузки по периодам подготовки в годичном цикле на каждый год обучения,

- система контроля,
- нормативные требования для перевода обучающихся на следующий год (этап) подготовки.

Структура начальной подготовки

Система начальной подготовки представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки спортсменов, которая основана на целенаправленной активности: оптимальное соотношение процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования умений, навыков и различных сторон подготовленности.

Программа содержит следующие предметные области:

- теоретическая подготовка;
- практические занятия;
- общефизическая подготовка.

Продолжительность этапов начальной подготовки

Программа подготовки рэндзистов имеет спортивную направленность. Комплектование групп, занимающихся и определение объема недельной тренировочной нагрузки производится согласно следующей таблице:

Этап спортивной подготовки	Продолжительность этапа в годах	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)	Оптимальная наполняемость групп (человек)	Максимальная наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	2	5	10	12-14	20

Лицам, проходящим начальную подготовку, не выполнившим предъявляемые программой спортивной подготовки требования, может предоставляться возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки в порядке, предусмотренном Уставом спортивной школы. Такие лица могут решением тренерского, методического совета продолжать спортивную подготовку повторно, но не более одного раза на данном этапе.

Соотношение объемов тренировочного процесса

Тренеры в своей практике должны придерживаться определённого соотношения объёмов тренировочного процесса по основным разделам спортивной подготовки: ОФП, СФП, технико-тактическая подготовка, теоретическая и психологическая подготовка, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовкой по виду спорта шашки представлена в таблице:

Виды спортивной подготовки	Этап начальной подготовки	
	1 год	2 год
Общая физическая подготовка (%)	6	4
Специальная физическая подготовка (%)	5	3
Техническая, тактическая подготовка (%)	42	42
Теоретическая, психологическая подготовка (%)	42	40
Участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика, медицинские, восстановительные и контрольные мероприятия(%)	5	11

Планируемые показатели соревновательной деятельности.

Система соревнований является важнейшей частью подготовки спортсменов. Соревнования являются обязательными в системе планирования и контроля спортивной подготовки.

Виды спортивных соревнований	Этапы спортивной подготовки	
	Этапы начальной подготовки	
	До года	Свыше года
Контрольные	-	3
Отборочные	-	2
Основные	-	1

Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности

Количество соревнований	Этап начальной подготовки	
	До года	Свыше года
минимальное	-	3
предельное	-	6

Экипировка, оборудование и спортивный инвентарь.

Для прохождения спортивной подготовки необходим кабинет для занятий, подготовленный к учебному процессу в соответствии с требованиями и нормами СанПиНа.

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки представлены в таблице:

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1	Демонстрационная доска с комплектом демонстрационных фигур	комплект	1
2	Интерактивный комплект (мультимедийный проектор, экран, специальное программное обеспечение для вида спорта шашки)	штук	1
3	Комплекты шашек	штук	10
4	Мат гимнастический	штук	1
5	Мяч набивной (медицинбол) от 1 до 5 кг	комплект	2
6	Секундомер	штук	1
7	Стол	штук	10
8	Стул	штук	10
9	Турник навесной для гимнастической стенки	штук	1
10	Шахматные часы	штук	10

Формы и режим занятий по программе

В соответствии с нормами СанПин3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» занятия проводятся 3 раза в неделю. Продолжительность занятий – 1 академический час.

Тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым планом-графиком распределения тренировочных часов, рассчитанным на 36 недель. Годичный цикл может быть разбит на несколько периодов, в таком случае ориентирами будут являться основные соревнования года.

С учетом специфики вида спорта шашки определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с особенностями развития;
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта шашки осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

Норматив	Этап начальной подготовки	
	1 год	2 год
Количество часов в неделю	3	3
Количество тренировок в неделю	3	3
Общее количество часов в год	108	108
Общее количество тренировок в год	108	108

Для занятий на этапах начальной подготовки необходимо наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к занятиям по шашкам и к участию в спортивных соревнованиях. Врачебный контроль за состоянием здоровья спортсмена проводится не реже 1 раза в год.

Формы занятий.

Формы организации образовательного процесса предполагают проведение коллективных занятий (всей группой 10-14 человек) и индивидуально.

Занятия проходят в режиме тренировок, однодневных и многодневных учебно-тренировочных сборов, участия в соревнованиях.

Формы проведения занятий:

- групповые и индивидуальные тренировочные занятия, учебная группа сформирована с учетом возрастных особенностей и уровня спортивной подготовки спортсменов: изучение дебютов, миттельшпиля, эндшпиля, выполнение упражнений, решение задач;
- участие в спортивных соревнованиях, матчевых встречах, командных, личных первенствах, сеансах одновременной игры, блиц-турнирах, разбор и анализ сыгранных партий;
- медико-восстановительные мероприятия (прохождение медкомиссии в областном спортивном диспансере);
- выполнение контрольно-нормативных и переводных требований (промежуточная аттестация спортсменов, тестирование и контроль).

На протяжении всего тренировочного процесса рэндзисты изучают теорию игры (Теоретическая часть) и участвуют в различных соревнованиях (практическая часть).

Теоретическая часть – изучения различных стадий партии, знакомство с тактическими и позиционными приемами игры. Знакомство с творчеством сильнейших рэндзистов мира прошлого и настоящего времени, выработка собственного стиля игры обучающегося, индивидуальные занятия.

Практическая часть – тренировочные турниры, квалификационные турниры, анализ сыгранных партий, консультационные партии, сеансы одновременной игры, участие в чемпионатах и первенствах района, области, России, Международных турнирах и прочее.

Схема построения занятия включает в себя: объяснение нового материала, его закрепление, практическую игру и проверку пройденного материала. Занятия в недельном цикле состоят из теории и практики. Половина отведенных часов отводится на практику (тренировочные партии, конкурсы решений, сеансы одновременной игры и блиц турниры).

Закрепление знаний проводится в компьютерной аудитории с помощью игровых программ рэндзю для ПК (соответствующего разряда).

Структура занятия:

I этап. Вводная часть. Постановка цели и задач занятия.

Создание мотивации предстоящей деятельности.

II этап. Основная часть.

Получение и закрепление новых теоретических знаний.

Практическая работа для закрепления теоретических навыков, индивидуально.

III этап. Заключительная часть.

Анализ работы. Подведение итогов занятия.

Ожидаемые результаты и форма их проверки

Главное – доступность для каждого ребенка.

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся в ходе освоения программы и выполнения поставленных задач:

Образовательных:

- познакомятся с игрой рэндзю, повысят общий уровень логического мышления, пространственного воображения, научатся самостоятельно мыслить, решать поставленные задачи в различных ситуациях.

Развивающие:

- улучшат свои умственные способности (логическое мышление, зрительную память и счетные способности).

Воспитательные:

- научатся относиться к игре рэндзю как к серьезному, полезному и нужному занятию; научатся быть настойчивыми, целеустремленными, находчивыми, внимательными, уверенными; научатся применять полученные знания на практике; научатся этическому поведению спортсмена на соревнованиях, сборах, в коллективе.

Способы определения результативности:

- сдача контрольных нормативов;
- участие в соревнованиях.

На этапе НП:

- формируется устойчивый интерес к занятиям рэндзю;
- формируются двигательные умения и навыки;
- осваиваются основы техники по рэндзю;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепляется здоровье;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

Тренером-преподавателем планируется количество соревнований на год и возможные призовые места на этих соревнованиях.

Занятия спортом предполагают формирование у спортсменов установки на высокие спортивные достижения и постоянное их улучшение. Спортивные достижения отражают конкретные показатели развития знаний, умений и навыков в рэндзю. Планирование спортивных результатов является одним из важнейших аспектов спортивной подготовки. Участие в соревнованиях и тренировочных сборах должно происходить в соответствии с заранее утвержденным индивидуальным планом спортсмена на год.

В процессе участия в соревновании тренер-преподаватель должен обратить особое внимание на поддержание психофизических возможностей спортсмена на высоком уровне, соблюдение режима дня и здорового образа жизни, соблюдение техники безопасности.

После участия в соревнованиях следует обратить особое внимание на восстановление спортивной формы спортсмена: на тренировках уменьшается доля интенсивной интеллектуальной работы, увеличиваются физкультурные паузы, увеличивается доля часов на общую и специальную физические подготовки, оздоровительные мероприятия.

Комплексы контрольных заданий для оценки результатов

По окончании начальной подготовки обучающийся должен знать: правила игры, стадии партии, простейшие дебютные принципы, понятия ряд, вилка, фол, псевдофол, обозначение, наиболее простые, часто встречающиеся ловушки в начале партии, понятие пауза и построение шашек в группировки из 3-х шашек «угол», «седло», «башня», «треугольник», что такое задача, уметь применять правила игры на практике рассчитывать соотношение сил в любой момент партии, производить необходимые простейшие расчеты, расставлять простейшие известные ловушки в 1 Диагональном дебюте и самому не попадаться на них, доводить до конца простые выигрышные комбинации, решать одноходовые и двухходовые задачи.

На этапе начальной подготовки в результате занятий предполагается развить следующие качества личности: уверенность, умение логически мыслить, память, счетные способности, силу воли.

Возможные способы оценки личностных качеств учащихся: беседы с родителями и детьми, наблюдение в период учебы, при подготовке и участии в соревнованиях, при обсуждении успехов и анализе ошибок, выявление характера взаимоотношений учащихся в коллективе.

Уровень подготовки учащихся в основном определяется результатами и занятыми местами в квалификационных турнирах, первенствах района. При выполнении требований Единой спортивной классификации учащимся присваивается соответствующий разряд.

Требования к результатам освоения программы.

Требования к результатам освоения программы выполнение которых дает основания для перевода, обучающегося на программу спортивной подготовки следующего года обучения.

Группы	Прим.основных терминов на практике/ задачи по тематике	Задачи на глубину счета	Задачи на быстроту восприятия/ за 5 минут	Знание дебютов	Средний %	Переведен
НП-1	Вилка 3x3, 4x3, 4x4. Задачи в 1ход, 10 задач за 30 минут, минимум 80%	1-2 хода, 10 задач за 30мин.	1-2 хода, 5 задач	Основные принципы	≥ 70%	НП-2
		Мин.70%	Мин. 80%	Мин.70%		
НП-2	Фолы. Задачи в 2 хода, 10 задач за 30 минут, минимум 80%	2-3 хода, 10 задач за 30 минут	1-3 хода, 7 задач	Основные принципы	≥ 70%	Т-1
		Мин.70%	Мин.80%	Мин.70%		

Результаты спортивной подготовки в значительной степени зависят от физических качеств и антропометрических данных спортсменов, что необходимо учитывать при отборе претендентов для прохождения спортивной подготовки.

Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта шашки представлена в таблице:

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Скоростные способности	1
Мышечная сила	1
Вестибулярная устойчивость	2
Выносливость	3
Гибкость	1

Координационные способности	3
Телосложение	1

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

Формы подведения итогов программы: промежуточная, итоговая аттестация.

Нормативы в Приложении

Контроль знаний, умений и навыков по программе проводится согласно «Положению об промежуточной и итоговой аттестации обучающихся» (муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования спортивная школа «Центр спортивной подготовки»)

Формы аттестации.

Аттестация учащихся представляет собой оценку качества усвоения содержания конкретных дополнительных общеобразовательных программ и рассматривается педагогическим коллективом как неотъемлемая часть образовательного процесса, позволяющая всем участникам оценить реальную результативность их совместной деятельности.

Аттестация может быть *промежуточной* или *итоговой*, цель которой выявление уровня освоения учащимися программ дополнительного образования и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных программ.

Задачи аттестации:

- развитие социально-позитивных мотивов познавательной деятельности учащихся на основе изучения их способностей и интересов;
- определение уровня теоретической подготовки учащихся;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков в выбранном учащимися виде спорта;
- анализ полноты освоения дополнительной образовательной программы;
- соотнесение прогнозируемых результатов дополнительной образовательной программы и реальных результатов тренировочного процесса;
- выявление причин, способствующих или препятствующих реализации дополнительной образовательной программы;

- внесение необходимых корректив в содержание и методику образовательной деятельности учебных групп учреждения.

Оценка качества усвоения учащимися содержания дополнительной образовательной программы определяет уровень их теоретических знаний и практических умений и навыков.

Критерии оценки результатов промежуточной и итоговой аттестации:

- соответствие уровня развития теоретических знаний программным требованиям;
- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;
- качество выполнения практического задания;
- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся.

Стартовая диагностика представляет собой процедуру оценки готовности к обучению.

Стартовая диагностика проводится тренером при поступлении ребенка в Учреждение и выступает как основа (точка отсчета) для оценки динамики образовательных достижений. Объектами оценки являются общая физическая и специальная физическая подготовка.

Результаты стартовой диагностики являются основанием для корректировки учебных программ и индивидуализации учебной деятельности с учетом выделенных актуальных проблем, характерных для тренировочной группы в целом и индивидуально каждого обучающегося.

Текущий контроль - это систематическая проверка достижений учащихся, уровня их физической подготовленности и состояния здоровья, проводимая педагогом в ходе осуществления образовательной деятельности.

Проведение текущего контроля направлено на обеспечение выстраивания образовательного процесса максимально эффективным образом для достижения результатов освоения программы, предусмотренных федеральными государственными требованиями.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем, реализующим дополнительные общеобразовательные программы:

- в рамках одного тренировочного занятия;
- в рамках нескольких тренировочных занятий (при тематическом контроле);
- в течение года (при осуществлении мониторинга – отслеживания динамики развития физических качеств и/или технических, технико-тактических умений и навыков).

Основными формами текущего контроля являются: наблюдение, контрольные, тренировочные занятия, участие в соревнованиях.

Результаты мониторингов являются основанием для получения объективной информации о состоянии качества образования, тенденциях его изменения и причинах, влияющих на его уровень.

Освоение теоретической подготовки: викторина, анкеты, тесты

Физическая и тактическая подготовка:

- Соревнования среди тренировочных групп по окончании учебного года.
- Участие в соревнованиях районного уровня.

Порядок приема и зачисления, комплектование и наполняемость групп.

Прием в МБОУ ДО СШ «ЦСП» и отчисление занимающихся осуществляется в соответствии с Положением о порядке приема, комплектации, перевода, отчисления обучающихся МБОУ ДО СШ «ЦСП» и в соответствии с уставом.

Комплектование на этап начальной подготовки первого года (НП) осуществляется путем зачисления всех желающих заниматься шашками рэндзю, прошедших вступительные испытания, не имеющих медицинских противопоказаний.

В основу комплектования учебных групп положена научно обоснованная система многолетней подготовки с учетом особенностей развития и возрастных закономерностей успешного спортивного роста спортсменов. Наполняемость групп и объем тренировочной нагрузки определяется в таблице:

Период подготовки	Год подготовки	Минимальная наполняемость групп (человек)	Оптимальная наполняемость групп (человек)	Максимальная наполняемость групп (человек)	Разрядные требования
НП	1-й	10	14-16	30	б/р
	2-й	10	12-14	24	3 юн.

Продолжительность и объемы реализации Программы.

Учебный план рассчитан на 38 недель, он является средством ежегодного планирования тренировочной работы.

В процессе реализации Программы предусматривается соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему годового учебного плана согласно следующей таблице:

Предметная область Программы	Объем обучения предметной области Программы	Предмет отношения объема обучения предметной области программ
Оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности	60-95%	Федеральный стандарт спортивной подготовки по шашкам
Теоретическая подготовка	21-42%	Учебный план
Общая физическая подготовка	2-6%	Учебный план
Избранный вид спорта	Не менее 45%	Учебный план
Развитие творческого мышления	10-15%	Учебный план
Самостоятельная работа обучающихся в т.ч. по индивидуальным планам	До 10%	Учебный план

Навыки в других видах спорта, способствующие повышению профессионального мастерства

В процессе реализации Программы рекомендуется развивать навыки в других видах спорта, в целях повышения профессионального мастерства обучающихся.

Вид	Рекомендуемые навыки
Головоломки	Быстрота мышления, моторика рук и пространственное воображение
Шашки, шахматы и др. интеллектуальные виды спорта	Логическое мышление, интуиция, счетные способности, развитие памяти

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ШАШКАМ РЭНДЗЮ
(36 УЧЕБНЫХ НЕДЕЛЬ)**

Годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки	Этап начальной подготовки	
		1 год	2 год
		Недельная нагрузка в часах	
		3	3
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	2
		Наполняемость групп (человек)	
		От 10	
1.	Общая физическая подготовка	7	4
2.	Специальная физическая подготовка	5	3
3.	Спортивные соревнования		5
4.	Техническая подготовка	36	36
5.	Тактическая подготовка	9	9
6.	Теоретическая подготовка	38	38
7.	Психологическая подготовка	7	5
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2
9.	Инструкторская практика		1
10.	Судейская практика		1
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2
12.	Восстановительные мероприятия	2	2
Общее количество часов в год		108	108

Учебно-тематический план группы начальной подготовки 1 года.

(3 часа в неделю)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	38		38
	Общие правила РЭНДЗЮ	3		3
	История рэндзю.	1		1
	Понятия и термины.	4		4
	Форсированная атака	12		12
	Общее понятие фолов	12		12
	Простейшие дебютные принципы.	6		6
2	Тактическая подготовка	7	2	9

	Тактические приемы(основы)	7	2	9
3	Техническая подготовка	13	23	36
	Тренировка техники расчёта.	9	7	16
	Глубина счета (1-2 хода)	4	6	10
	Тренировка зрительной памяти.		5	5
	Тренировочные турниры		5	5
4	ОФП и СФП	2	10	12
5	Психологическая подготовка	2	5	7
6	Контрольные мероприятия		2	2
7	Медицинские мероприятия		2	2
8	Восстановительные мероприятия		2	2
	Итого:	62	46	108

**Учебно-тематический план по шашкам рэндзю
для группы начальной подготовки 1 года (3 часа в неделю)**

	Группа НП-1	Периоды											
		Соревновательный			Переходно-восстановительный			Соревновательный			Подготовительный		
№	Виды подготовки	месяцы											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Теоретическая подготовка	5	4	4	4	4				5	4	4	4
2	Тактическая подготовка	1	1	1	1	1				1	1	1	1
3	Техническая подготовка	4	4	4	4	4				4	4	4	4
4	ОФП и СФП	1	1	1	1	1				1	2	2	2
5	Психологическая подготовка	1	1	1	1						1	1	1
6	Контрольные мероприятия					1				1			
7	Медицинские мероприятия					2							
8	Восстановительные мероприятия					1							1
	Всего часов 108	12	11	11	11	14				12	12	12	13

**Учебно-тематический план по шашкам рэндзю
для группы начальной подготовки 2 года (3 часа в неделю)**

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	21	17	38
	Обозначение	3	5	8
	Форсированная атака	3	4	7
	Виды пауз	2	2	4
	Фолы	3	4	7
	Псевдофолы	4		4
	Дебютные принципы	5	2	7
	Запись партий, игра с часами	1		1
2	Тактическая подготовка	4	5	9
	Тактические приемы	4	5	9
3	Техническая подготовка	12	24	36
	Тренировка техники расчёта	8	8	16
	Глубина счета (2-3 хода)	2	8	10
	Тренировка зрительной памяти	2	3	5
	Тренировочные турниры		5	5
3	ОФП и СФП		7	7
4	Психологическая подготовка	1	4	5
5	Спортивные соревнования		5	5
6	Контрольные мероприятия		2	2
7	Инструкторская практика		1	1
8	Судейская практика		1	1
9	Медицинские мероприятия		2	2
10	Восстановительные мероприятия		2	2
	Итого:	38	70	108

**Примерный план-график распределения тренировочных часов
для группы начальной подготовки 2 года (3 часа в неделю)**

Группа НП-2		Периоды											
		Соревновательный			Переходно-восстановительный			Соревновательный			Подготовительный		
№	Виды подготовки	месяцы											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Теоретическая подготовка	5	5	4	4	4				4	4	4	4

2	Тактическая подготовка	1	1	1	1	1				1	1	1	1
3	Техническая подготовка	4	4	4	4	4				4	4	4	4
4	ОФП и СФП	1	1	1	1	1				1		1	
5	Психологическая подготовка			1						1	1	1	1
6	Спортивные соревнования	1	1	1								1	1
7	Контрольные мероприятия					1				1			
8	Инструкторская практика										1		
9	Судейская практика					1							
10	Медицинские мероприятия										1		1
11	Восстановительные мероприятия				2								
	Всего часов 108	12	12	12	12	12				12	12	12	12

Содержание и методика работы по предметным областям, этапам подготовки

Современное представление о планировании годовых циклов подготовки связано с ее определенной структурой, в которой выделяют: микроциклы, мезоциклы и макроциклы.

Микроциклом тренировки называют совокупность нескольких тренировочных занятий, которые вместе с восстановительными днями составляют относительно законченный повторяющийся фрагмент общей конструкции тренировочного процесса. Как правило, длительность микроцикла составляет одну неделю (7 дней).

В практике отдельных видов спорта встречаются от 4-х до 9-ти различных типов микроциклов: втягивающий, базовый (общеподготовительный), контрольно-подготовительные (модельный и специально-подготовительный), подводный, восстановительный и соревновательный. В спорте по направленности тренировочных воздействий принято выделять шесть блоков построения недельных микроциклов: развивающий тактический (РТк); развивающий технический (РТх); контрольный (К); подводный (П); соревновательный (С) и восстановительный (В). Следует отметить, что условные обозначения микроциклов применяются для удобства планирования

подготовки к соревнованиям. Основными внешними признаками микроциклов является наличие двух фаз - стимуляционной (кумуляционной) и восстановительной (разгрузка и отдых). Успех планирования годового цикла подготовки зависит от рациональной последовательности микроциклов разной направленности, разного объема и интенсивности.

Мезоцикл – это структура средних циклов тренировки, включающих относительно законченный по воздействию ряд микроциклов. В практике средний цикл тренировки содержит от 2-х до 6-ти микроциклов. Мезоструктура подготовки представляет собой относительно целый законченный этап тренировочного процесса, задачами которого является решение определенных промежуточных задач подготовки. Внешними признаками мезоцикла являются повторное воспроизведение ряда микроциклов (обычно однородных) в единой последовательности (как правило в подготовительном периоде), либо чередование различных микроциклов в определенной последовательности (как правило в соревновательном периоде).

Макроцикл тренировки предполагает три последовательных фазы приобретения, сохранения (относительной стабилизации) и некоторой утраты спортивной формы. Построение макроцикла основывается на периодизации круглогодичной тренировки. В шашках в частности следует говорить об однонаправленном построении тренировки внутри каждого макроцикла, несмотря на два, три или более соревновательных периода. Необходимость индивидуального подхода к структуре спортивной тренировки в годовом цикле предполагает один или несколько макроциклов, в зависимости от календаря соревнований.

На этапе НП периодизация тренировочного процесса носит условный характер, так как основное внимание уделяется разносторонней тактической подготовке, что способствует развитию внимания. На этом этапе подготовки исключительно важное значение, имеет обучение лиц, проходящих спортивную подготовку, технике расчета вариантов. Формирование навыков разыгрывания позиций с форсированным выигрышем и умений создать необходимую предпосылку для дальнейшего совершенствования техники реализации позиционного преимущества. Важно стремиться к тому, чтобы лица, проходящие спортивную подготовку, с самого начала овладевали основами техники выполнения заданий, а не их отдельных элементов. Такой подход к обучению позволит эффективно подойти к пониманию и изучению технико-тактического арсенала подготовки рэндзиста.

Организации психологической подготовки.

Основное содержание психологической подготовки рэндзистов состоит в следующем:

- формирование мотивации к занятиям рэндзю;
- развитие личностных качеств;
- совершенствование счетных способностей, внимания, пространственного воображения, зрительной памяти, что способствует быстрому восприятию информации и принятию решений;
- развитие специфических качеств – моторики рук, позиционного чутья, совершенствование оценочных способностей, умения анализировать игровую ситуацию;
- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру-преподавателю следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на спортсмена, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности. В работе со спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение. Так, в водной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций. В подготовительной части – методы развития внимания, сенсомоторики и волевых качеств, в основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю, в заключительной части совершенствуется способность к нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки в решающей степени зависит от психических особенностей рэндзистов, задач и направленности тренировочного занятия.

Оценка эффективности психолого-педагогических воздействий осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализа различных материалов, характеризующих личность шашиста. Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения

коррективов в тренировочный процесс и планирования психологической подготовки шашистов.

Организация инструкторской и судейской практики.

Подготовку спортсменов к роли помощника тренера и судьи целесообразно начинать на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации). На начальном этапе занятия по этой теме несут ознакомительный характер. Занятия спортсменов по этой теме следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения кодекса рэндзю, правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей, подготовка турнирного зала, настройка шахматных часов.

Требования техники безопасности в процессе реализации программы.

- Тренеры-преподаватели обязаны прибыть на занятия за 10 минут до начала, лично проверить место проведения занятий и инвентарь.
- Занятия должны проходить в чистом помещении, при нормальном освещении спортивных сооружений.
- Температура в помещении во время занятий должна соответствовать установленным нормам.
- Тренеры-преподаватели должны строго соблюдать нормы единовременной пропускной способности спортивных сооружений при проведении тренировочных занятий.
- Нахождение родителей в помещениях для занятий строго запрещено.
- Тренеру-преподавателю запрещается выходить из зала во время проведения занятий, а также отпускать спортсменов до окончания занятий.
- Тренеры-преподаватели, занимающиеся с спортсменами младшего возраста по окончании занятий должны передать их родителям и уходить с занятий последними.
- Спортсмены обязаны быть в опрятной одежде, приступать к занятиям и заканчивать только по разрешению тренера -преподавателя.
- Запрещается приходить на занятия с посторонними предметами, стеклянными бутылками для питья, с острыми, режущими и воспламеняющимися предметами и жевательными резинками.

- Спортсмены должны строго соблюдать правила поведения в помещениях для тренировки. Нельзя бегать, кричать, спешить и толкаться в коридорах и залах.
- Спортсмены должны соблюдать дисциплину на занятиях, выполнять требования и указания тренера-преподавателя по окончании партии собирать за собой шашки, соблюдать чистоту в турнирном зале.
- Спортсмены и тренеры-преподаватели обязаны строго соблюдать нормы поведения в спортивных сооружениях, бережно относиться к ним, соблюдать организованность, беспрекословно подчиняться требованиям администрации по выполнению правил поведения, пожарной безопасности и установленного входа, и выхода.
- Администрация и тренерский коллектив не несет ответственности за утерю личных вещей спортсменов.
- Ответственность за соблюдение безопасности при проведении тренировочных занятий несут тренеры-преподаватели, проводящие занятия.
- Во время занятий спортсменам запрещается пользоваться сотовыми телефонами.
- При командировании на соревнования тренер-преподаватель несет полную ответственность за безопасность спортсменов.
- К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.
- При проведении соревнований должна быть мед. аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи.
- На соревнованиях и тренировках необходимо иметь кулер для соблюдения питьевого режима.
- На соревнованиях с количеством участников более 100 человек предусматривается возможность присутствия дежурного врача.
- При плохом самочувствии спортсмен может прекратить участие в соревновании и сообщить об этом судье.

Кадровое обеспечение

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 «лыжные гонки», 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 «Инструктор-методист», утвержденным приказом Минтруда России от 08.09.2014 № 630н (зарегистрирован Минюстом России 26.09.2014, регистрационный № 34135), 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.

Кадровое обеспечение – тренер-преподаватель, реализующий данную программу владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным физкультурным образованием;
- владеет навыками и приёмами организации спортивных занятий;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому занятию;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности воспитанников;
- умеет видеть и раскрывать индивидуальные способности воспитанников.

Список информационных ресурсов

Для преподавателей:

1. «Нить жемчуга» Пособие для ознакомления с занимательной восточной игрой. Брошюра по материалам А.М. Носовского
2. «Искусство Рэндзю» Самоучитель древней игры. Носовский А.М. Издатель Редакция журнала «Мир Рэндзю» Москва 2000г.
3. «Японские логические игры» Носовский А.М. ООО «Издательство Астрель» 143900, Московская обл., г. Балашиха, пр-т Ленина, д.81 электронные адреса: www.ast.ru E-mail: astpub@aha.ru
4. “Путь к вершинам” 120 задач по рэндзю (Из архивов Горо Сакаты) Олег Степанов и Виктор Александров Издательский Дом “Рэндзю Прес” г. С.Петербург
5. «Лучшие жемчужины рэндзю» А.Скуридин, г.Тюмень 2007г.
6. М. Кожин, А. Носовский "Звон Камней", Москва 1997

Для обучающихся:

1. «Твоё свободное время» В.Н.Болховитинов, Б.И.Колтовой, К.К.Лаговский Издательство “Детская литература” Москва 1975
2. «FIVE-IN-A-ROW»(RENJU) Goro Sakata and Waturu Ikawa THE ISHI PRESS, INC, CPO BOX 2126, Tokyo, Japan
3. Журналы «Мир рэндзю» “RENJU WORLD” MAGAZINE
4. Д.А. Епифанов, «Тигр в клетке», дебютный теоретический минимум по рэндзю, Москва: НИЯУ МИФИ, 2015г. – 218с.
5. И.В. Метревели, Рабочая тетрадь «Обучение игре в рэндзю». Тема «Обозначение», Архангельск: издательство АО ИОО, 2018г. - 38с.
6. И.В. Метревели, Рабочая тетрадь «Обучение игре в рэндзю». Тема «Форсированная атака», Архангельск: издательство АО ИОО, 2019г.- 42с.

Интернет источники:

- Сайт «Федерация шашек России»: <https://shashki.ru/>
- Сайт «Рэндзю в России» <https://sites.google.com/site/renjurussia/>
- Сайт «Международная федерация рэндзю» <http://renju.net/>

- Сайт «Российское сообщество любителей Рэндзю и Гомоку»
<http://renju.su/>
- Сайт «Универсариум» - Российская система электронного онлайн образования. Курс «Интеллектуальные игры» - автор модуля рэндзю
- И.В. Метревели. <https://universarium.org/course/567>

Сайты, на которых можно играть в рэндзю и гомоку (рэндзю без фолов для начинающих) онлайн и офлайн:

- Игровой портал рэндзю <http://www.renjuoffline.com>
- Международный игровой портал, есть русская версия.
<https://www.mindoku.com/>
- Русский игровой портал Гамблер. <https://www.gambler.ru/online/?room=1>
- Польский игровой портал PlayOK (только гомоку), есть русская версия. <https://www.playok.com/>
- Чешский сайт, есть русская версия. <http://www.piskvorky.net/ru/home>
- Эстонский игровой сайт <https://www.vint.ee/en-gb/>
- Международный сайт для игры в рэндзю и гомоку, есть русская версия
<http://www.playfive.net/ru/home>

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. 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

