

У НОМЕРІ:

Редакційні матеріали

Лущик І. В.

Станьте нашим автором! 2

Знаменні дати

Лущик І. В.

Видатні люди та події листопада 3

Мій досвід

Степаніщев С. В.

Урок гімнастики. 8-й клас 6

Лига С. О.

Урок атлетичної гімнастики.
11-й клас (юнаки) 10

Цілком офіційно

Правила змагань із гирьового спорту 13

Методичні перлинки

Тітов М. П.

Організація самостійних занять
фізичними вправами 21

Плануємо та контролюємо

Сочинський А. Я., Шалар О. Г.

Програма секційної роботи з шахів 25

Вкладка

Лущик І. В.

Популярна енциклопедія спорту
ГІРСЬКОЛИЖНИЙ СПОРТ 16-8-1

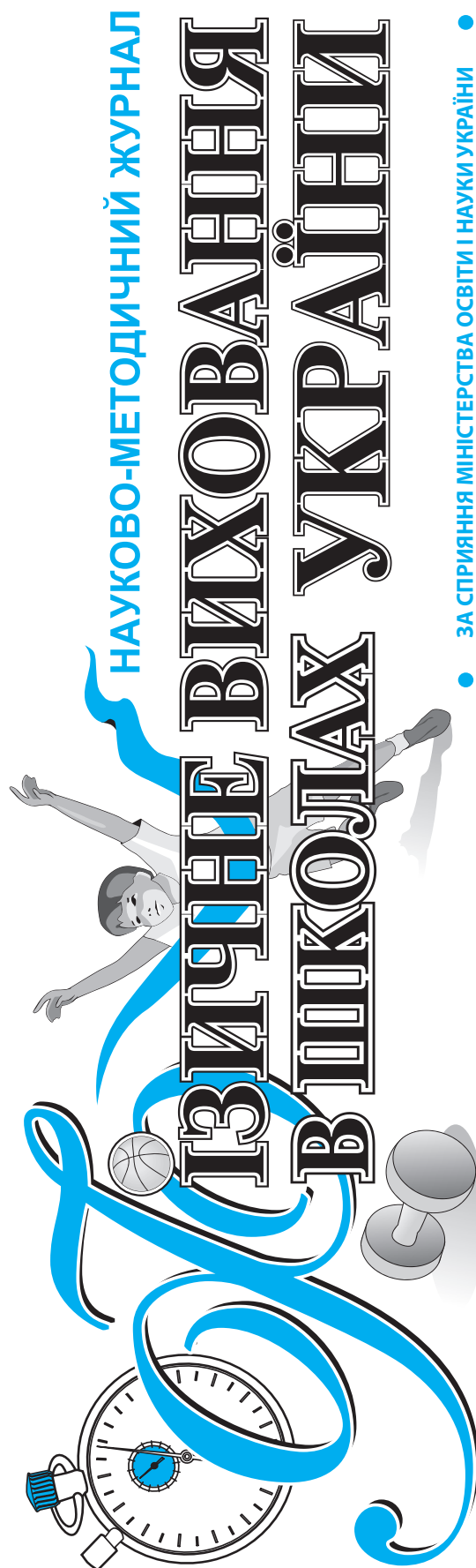
Додаткова вкладка

АКТУАЛЬНІ ДІАЛОГИ 16-1

Кольорова вкладка

Варавін С. В.

Національний олімпійський комітет України



НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ

● ЗА СПРИЯННЯ МІНІСТЕРСТВА ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ●

№ 11 (47) листопад 2012 р. ■ Заснований у квітні 2008 р. ■ Виходить раз на місяць ■ Передплатний індекс — 37071 ■

ПРОГРАМА СЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ШАХІВ

А. Я. Сочинський, Миколаївський ОІППО; О. Г. Шалар, Херсонський державний університет.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма призначена для шахових гуртків загальноосвітніх шкіл, розрахована на 4 розрядні групи і передбачає вивчення школярами матеріалу з теорії та історії шахів, участь у змаганнях, організаційно-суддівську практику. Поряд із цим у шаховому гуртку ведуть роботу з правильної організації дозвілля школярів і виховання суспільної активності.

Під час занять шахами школярі отримують корисні вміння та навички, необхідні у практичній діяльності. Заняття шахами розвивають у дітей мислення, пам'ять, увагу, творчу уяву, спостережливість, сувору послідовність міркувань. Протягом усіх років навчання юні шахісти опановують найважливіші логічні операції: аналіз і синтез, порівняння, узагальнення, обґрунтування висновків. У них формують навички роботи із різноманітними джерелами, самостійної дослідницької роботи, уміння користуватися довідковою літературою та ін.

Шаховий гурток містить 4 розрядні групи відповідно до спортивної кваліфікації гуртківців (групи IV, III, II і I розрядів). До шахового гуртка приймають новачків від 7 до 16 років і шахістів-розрядників.

Навчальний матеріал програми розподілено відповідно до принципу послідовного і поступового розширення теоретичних знань, практичних умінь і навичок. Вивчення програмного матеріалу для кожної розрядної групи розраховано на 2 роки.

Завдання групи IV розряду (1-й рік занять):

- прищеплювати школярам інтерес до занять шахами;
- опанувати елементарні основи шахової гри;
- вивчити шахову нотацію;
- ознайомити з історією походження шахів;
- отримати первинні навички участі в змаганнях.

Завдання групи IV розряду (2-й рік занять):

- вивчати історію європейських шахів (середні століття);
- закріплювати інтерес до занять шахами;

- ознайомити з основними тактичними ідеями та прийомами;
- виконати нормативи IV розряду.

Завдання групи III розряду (1-й рік занять):

- розвивати інтерес до занять шахами;
- вивчати складні комбінації на сполучення ідей;
- опанувати елементарні технічні прийоми легкофігурного ендшпілю;
- ознайомити із захистом Філідора;
- засвоїти поняття про гігієну шахіста;
- виконати нормативи III розряду.

Завдання групи III розряду (2-й рік занять):

- формувати стійкий інтерес до занять шахами;
- розвивати тактику ведення гри;
- набувати навичок самостійної роботи над шахами;
- ознайомити з прийомами атаки та проблемами центра;
- поглиблено вивчати легкофігурні закінчення і основні прийоми турового ендшпілю;
- вивчати поняття ініціативи в дебюті;
- вивчати знання з історії шахів достейніцевського періоду;
- вивчати елементарні основи суддівства та організації шахових змагань;
- підтвердити норматив III розряду.

Завдання групи II розряду (1-й рік занять):

- вивчати теорію Стейніца та історію шахів в Україні;
- поглиблено вивчати тему «Атака на короля»;
- ознайомити з характеристикою сучасних дебютів;
- удосконалювати прийоми ендшпілю і міттельшпілю;
- набувати знання про режим шахіста і методику тренування;
- отримати звання «Громадський суддя» або «Інструктор зі спорту»;
- виконати нормативи II розряду.

Завдання групи II розряду (2-й рік занять):

- удосконалювати теоретичні знання;
- вивчати типові позиції міттельшпілю;

- опанувати принципи складання дебютного репертуару;
- поглиблено вивчати складні закінчення;
- ознайомити з творчістю основоположника російської шахової школи М. І. Чигоріна, інших великих шахістів кінця XIX — початку XX сторіччя;
- опанувати відомості про психологічну та волюву підготовку шахістів;
- набутти практичних навичок організації та суддівства шахових змагань;
- підтвердити нормативи II розряду.

Завдання групи I розряду (1-й рік занять):

- удосконалювати теоретичні знання;
- вивчати типові позиції міттельшпілю і відпрацьовувати на цій основі особистий дебютний репертуар;
- вивчати досягнення радянської шахової школи, її успіхи у світовому шаховому русі;
- виконати нормативи I розряду.

Завдання групи I розряду (2-й рік занять):

- удосконалювати спортивну майстерність;
- формувати індивідуальний підхід до шахів;
- накопичити досвід участі у змаганнях;
- ознайомити з творчістю чемпіонів світу та провідних гросмейстерів;
- підтвердити нормативи I розряду.

Комплектація груп

Групи розрядів	Вік учнів	Мінімальна кількість, чоловік
IV	Новачки молодшого і середнього віку	15
III	Шахісти IV розряду середнього віку	10
II	Шахісти III розряду старшого віку	8
I	Шахісти II розряду старшого віку	6

На теоретичні та практичні заняття відводять 2 год на тиждень.

Рекомендовано дотримувати такий принцип комплектування розрядних груп, хоча в окремих випадках допускають певні зміни (наприклад, у групі IV розряду можуть займатися шахісти-початківці 7–8-х класів).

У тижневому циклі проводять теоретичні та практичні заняття. У групах IV, III і II розрядів зазвичай використовують лекційний метод викладу теоретичного матеріалу, у групах I розряду — індивідуальні заняття.

На практичних заняттях проводять класифікаційні змагання для членів шахового гуртка

ВИДАВНИЧА ГРУПА «ОСНОВА» РЕКОМЕНДУЄ

Науково-методичний журнал
«Фізичне виховання в школах України»
 Практичний журнал для вчителя фізичного виховання:

- розробки занять;
- методичні рекомендації та практичні поради;
- популярна енциклопедія спорту;
- сценарії фізкультурних свят.

+ Повнокольорова вкладка з наочно-дидактичними матеріалами.



4 с. кольорової вкладки



40 с. практичної інформації

Передплатний індекс **37071** **= 44 сторінки на місяць!**

1 Передплата на 6 місяців **38,25 грн**
 Передплата на 1 місяць **7,50 грн**

2 $7,50 / 44 = 0,17$ **грн**

3 **17 коп** за сторінку практичної інформації!

НЕВЕЛИКІ ВИТРАТИ — ВЕЛИКІ ЗДОБУТКИ! ПЕРЕДПЛАЧУЙТЕ ЖУРНАЛ УЖЕ ЗАРАЗ!
 Про оформлення передплати читайте на останній сторінці Вашого журналу.

(турніри новачків, груп IV, III, II та I розрядів; першість школи; командні зустрічі; районні, міські, обласні змагання; турніри на першість клубу «Біла тура» та ін.).

Рекомендують потоковий метод організації занять усіх груп гуртка: на теоретичні заняття відводять 1 год на тиждень, на гру в турнірах — не менше ніж 2–3 год на тиждень. Залежно від розкладу занять і графіка кваліфікаційних змагань шахісти старших розрядів можуть відвідувати гурток до 4–5 разів на тиждень (більше ніж за розкладом).

Під час проведення занять слід орієнтуватися на найактивніших школярів, однак необхідно намагатися, щоб більшість гуртківців так само опанувала цей матеріал. Учителеві рекомендовано мати конспект, у якому наведено схеми викладення тем, спостереження за учнями.

У навчальних групах наприкінці року рекомендують проводити підсумкові заняття, на яких розглядають досягнення кожного учня, вручають класифікаційні квитки, дають завдання на літо.

Навчання шахової гри є складним і трудомістким процесом. Тому дуже важливо довести до свідомості гуртківців те, що досягти спортивного успіху можна тільки за наполегливості, працьовитості, постійної аналітичної роботи. Без виховання сильної волі, звички до самостійних занять,

без дотримання режиму дня та загальнофізичної підготовки не можна досягти серйозних успіхів у шахах. Цю думку тренер повинен постійно підкреслювати під час занять і поза гуртком.

На заняттях у шаховому гуртку слід розвивати суспільну активність. Кожний учень старшої групи до кінця навчання зобов'язаний знати шаховий кодекс, уміти організувати, проводити шахові змагання і найпростіші заняття з початківцями. Крім того, учнів другого року навчання необхідно залучати до організаторської діяльності з проведення початкових етапів Усеукраїнського турніру на приз клубу «Біла тура».

Керівник шахового гуртка не повинен обмежуватися тільки навчальною й організаційною роботою. Масові заходи, у яких беруть участь учні (екскурсії, походи, командні зустрічі з колективами інших шахових гуртків), ведуть до зміцнення колективу, виховання товарищескості та взаємодопомоги.

Під час масових заходів силами гуртка добре організувати шаховий куточок, де всі охочі зможуть брати участь у шаховій вікторині, конкурсі розв'язання завдань і етюдів, сеансі одночасної гри, просто пограти в шахи. Саме там можна провести театралізовану виставу «Живі шахи». Дуже цікавою формою роботи є організація матчу за перепискою з шаховим гуртком іншого міста.

УВАГА! НАГАДУЄМО!



1



Передплатити журнали на 2013 рік
МОЖНА ЛИШЕ **до 1 грудня 2012 року!**

2

Кожен, хто передплатить будь-який журнал
ВГ «Основа» на 12 місяців 2013 року
та надішле копію передплатної квитанції
до редакції до 1-го лютого 2013 року,
матиме **шанс виграти справжній
ноутбук та гарантовано
отримає сертифікат**
про підвищення
фахового рівня!



ПОСПІШАЙТЕ ОФОРМИТИ ПЕРЕДПЛАТУ ТА ВЗЯТИ УЧАСТЬ У РОЗІГРАШІ!
Електронна передплата НЕ бере участі у розігравші.

Про те, як оформити передплату, читайте на передостанній сторінці вашого журналу. Копії передплатних квитанцій надсилайте на адресу: ВГ «Основа», вул. Плеханівська, 66, м. Харків, 61001 або на e-mail: action.osnova@gmail.com

Крім шкільних уроків фізичної культури школярам можна рекомендувати відвідувати секції із загальнофізичної підготовки й занять бігом. Узимку можна регулярно здійснювати прогулянки на лижах, улітку — плавання.

Для успішної роботи гуртка необхідне достатнє забезпечення інвентарем, наявність навчальної аудиторії та турнірної зали.

Майно шахового гуртка:

- шахи із шахівницями (не менше ніж 30 комплектів);
- шахові годинники (не менше ніж 15 штук);
- демонстраційна дошка з комплектом демонстраційних фігур.

Аудиторія для занять шахами має бути просторою, світлою та вмщувати не менше ніж 30 чоловік. В аудиторії повинні бути розташовані стіл для керівника, шафа для зберігання інвентаря, столи та стільці для гуртківців, дошка оголошень. Приміщення шахового гуртка можна прикрасити портретами чемпіонів світу.

Важливою умовою повноцінної роботи гуртка є наявність шахової літератури.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН ЗАНЯТЬ 1-го РОКУ У ГРУПІ ІV РОЗРЯДУ

№ з/п	Теми	Кількість год		
		теоретичні заняття	практичні заняття	усього
1	Фізична культура і спорт в Україні	1		1
2	Шаховий кодекс і первинні поняття	10		10
3	Історичний огляд розвитку шахів	4		4
4	Дебют	10		10
5	Міттельшпіль	25		25
6	Ендшпіль	15		15
7	Кваліфікаційні турніри; аналіз партій і типових позицій		66	66
8	Сеанси одночасної гри		6	6
9	Конкурси розв'язання комбінацій		3	3
Разом		65	75	140



ТЕОРЕТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1. Фізична культура і спорт в Україні

Поняття про фізичну культуру. Місце спорту в Україні.

Тема 2. Шаховий кодекс

Суддівство та організація змагань. Правила шахової гри. Первинні поняття. Нотація. Турнірна дисципліна; правило «Торкнувся — ходи»; вимога запису турнірної партії.

Тема 3. Історичний огляд розвитку шахів

Походження шахів. Легенда про раджу і мудреця. Поширення шахів на Сході. Чагуранга та шатрандж. Табії. Мансуба «Мат Діларам» як типове завдання середньовічного Сходу.

Тема 4. Дебют

Визначення дебюту як підготовчої стадії до боротьби в середині гри. Основні принципи розвитку дебюту. Мобілізація фігур. Боротьба за центр. Безпека короля. Стратегічні ідеї італійської партії.

Тема 5. Міттельшпіль

Поняття про тактику. Поняття про комбінацію. Основні тактичні прийоми. Зв'язки, напівзв'язки, подвійний удар, «вилка», розкритий напад, розкритий шах, подвійний шах, відволікання, запотяг. Розмін. Визначення стратегії. Принципи реалізації матеріальної переваги. Найпростіші принципи розігрування середини партії: доцільний розвиток фігур, мобілізація сил, визначення найближчого і наступного завдань.

Тема 6. Ендшпіль

Визначення ендшпілю. Роль короля в ендшпілі. Активність короля в ендшпілі. Матування самотнього короля. Пішакові закінчення. Опозиція. Цугцванг. Правило квадрата. Король і пішак проти короля. Ферзь проти пішака, тура проти пішака. Коневі завершення.

**ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН ЗАНЯТЬ
2-го РОКУ У ГРУПІ ІV РОЗРЯДУ**

№ з/п	Теми	Кількість год		
		теоретичні заняття	практичні заняття	усього
1	Фізична культура і спорт в Україні	1		1
2	Історичний огляд розвитку шахів	4		4
3	Дебют	10		10
4	Міттельшпіль	30		30
5	Ендшпіль	20		20
6	Кваліфікаційні турніри; аналіз партій і типових позицій		66	66
7	Сеанси одночасної гри		6	6
8	Конкурси розв'язання комбінацій		3	3
Разом		65	75	140

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1. Фізична культура і спорт в Україні

Фізична культура як складова частина загальної культури. Завдання фізичного виховання: зміцнення здоров'я, усебічний фізичний розвиток, підготовка до праці.

Тема 2. Історичний огляд розвитку шахів

Шахи в культурі країн Арабського Халіфату. Проникнення шахів у Європу. Реформа шахів. Шахові трактати. Заборона шахів церквою. Іспанські та італійські шахісти XVI–XVII ст. Калабриєць Греко. Шахи як придворна гра.

Тема 3. Дебют

Класифікація дебютів. Значення флангів у дебюті. Захоплення центра із флангів. Підрив центра. Гамбіти. Стратегічні ідеї гамбіту Еванса, віденської партії, королівського гамбіту.

Тема 4. Міттельшпіль

Комбінації з мотивом «спертого мата», використання слабкості останньої горизонталі, руйнування пішакового центра, звільнення поля, лінії, перекриття, блокування, перетворення пішака, знищення захисту. План гри. Оцінювання позиції. Централізація. Відкриття лінії. Важкі фігури на відкритих і напіввідкритих лініях.

Тема 5. Ендшпіль

Пішакові завершення. Король і пішак проти короля і пішака. Віддалений прохідний пішак. Захищений прохідний пішак. Пішаковий прорив. Слон проти пішака. Кінь проти пішака. Коневі закінчення. Король, кінь і пішак проти короля. Слонові завершення. Король, слон і пішак проти короля.

ДЛЯ ЗРУЧНОСТІ ПЕРЕДПЛАТНИКІВ



Шановні передплатники! Щоб не загубилися ваші особисті номери журналів, повідомляємо графік їх виходу на зимовий період.

Грудень	Дата виходу друком	Очікуйте на своєму поштовому відділенні!
№ 12	07.12.12	21.12.12
Січень	Дата виходу друком	Очікуйте на своєму поштовому відділенні!
№ 1	04.01.13	18.01.13
Лютий	Дата виходу друком	Очікуйте на своєму поштовому відділенні!
№ 2	08.02.13	22.02.13

Нагадуємо, що всі журнали потрапляють на поштове відділення точно в строк! За відсутності журналу в першу чергу звертайтеся до завідувача вашого поштового відділення!

**ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН ЗАНЯТЬ
1-го РОКУ У ГРУПІ ІІІ РОЗРЯДУ**

№ з/п	Теми	Кількість год		
		теоретичні заняття	практичні заняття	усього
1	Фізична культура і спорт в Україні	1		1
2	Шаховий кодекс; суддівство та організація змагань	1		1
3	Історичний огляд розвитку шахів	4		4
4	Дебют	11		11
5	Міттельшпіль	41		41
6	Ендшпіль	30		30
7	Основи методики тренування шахіста	1		1
8	Спортивний режим і фізична підготовка	1		1
9	Кваліфікаційні турніри; аналіз партій і типових позицій		50	50
Разом		90	50	140



ХРОНІКИ ОСНОВА

МІНУЛОГО 10-РІЧЧЯ



ВГ «Основа» відкрила представництво у Російській Федерації. Цього ж року було зареєстровано та випущено 17 методичних журналів для вчителів та один журнал для батьків.

В Україні ВГ «Основа» зареєструвала нові видання «ЧІЗ. Чудові інтелектуальні забавки», «ЧИЖ. Чрезвычайно интересный журнал» — журнали для учнів початкової школи, «JustTEEN. Тільки підлітки», «Хімія для допитливих», «Вихователю ГПД. Усе для роботи».

Розпочав роботу консалтинговий центр «Перспектива».

На сайті <http://journal.osnova.com.ua> з'явився новий варіант передплати — електронна.



ТЕОРЕТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1. Фізична культура і спорт в Україні

Найважливіші постанови уряду з питань розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Зростання досягнень українських спортсменів.

Тема 2. Шаховий кодекс; суддівство та організація змагань

Суддівство змагань. Виховна роль судді. Види змагань: особисті, командні, особисто-командні, офіційні, товариські.

Тема 3. Історичний огляд розвитку шахів

Майстри XVIII ст. Пилип Стамма. Алгебраїчна нотація. Андре Франсуа Філідор і його теорія. Моденське тріо.

Тема 4. Дебют

План у дебюті. Оцінювання позицій у дебюті. Зв'язок дебюту з міттельшпілем.

Стратегічні ідеї захисту двох коней, дебюту чотирьох коней, захисту Філідора, шотландської партії, шотландського гамбіту.

Тема 5. Міттельшпіль

Комбінація як сукупність елементарних тактичних ідей.

Складні комбінації на сполучення ідей. Форпост.

Вторгнення на сьому (другу) горизонталь.

Тема 6. Ендшпіль

Основні ідеї та технічні прийоми в пішакових завершеннях.

Кінь із пішаком проти двох і більше пішаків. Кінь проти пішаків.

Слон із пішаком проти двох і більше пішаків. Слон проти пішаків.

Турові завершення. Тура проти пішаків. Тура з пішаком проти тури.

Тема 7. Основи методики тренування шахіста

Поняття про навчання й тренування.

Навчання й тренування як єдиний педагогічний процес.

Дидактичні принципи радянської педагогіки у навчанні й тренуванні.

Тема 8. Спортивний режим і фізична підготовка

Поняття про гігієну. Характеристика гігієни фізичних вправ і спорту.

Гігієна розумової праці.

Особиста гігієна шахіста.

**ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН ЗАНЯТЬ
2-го РОКУ У ГРУПІ ІІІ РОЗРЯДУ**

№ з/п	Теми	Кількість год		
		теоретичні заняття	практичні заняття	усього
1	Фізична культура і спорт в Україні	1		1
2	Шаховий кодекс; суддівство та організація змагань	1		1
3	Історичний огляд розвитку шахів	4		4
4	Дебют	11		11
5	Міттельшпіль	25		25
6	Ендшпіль	25		25
7	Основи методики тренування шахіста	1		1
8	Спортивний режим і фізична підготовка шахіста	1		1
9	Радянська і закордонна шахова література	1		1
10	Кваліфікаційні турніри; аналіз партій і типових позицій		70	70
Разом		70	70	140

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1. Фізична культура і спорт в Україні

Єдина спортивна класифікація, її значення для розвитку спорту в Україні. Розрядні норми та вимоги з шахів. Почесні спортивні звання. Основні форми організації занять фізичною культурою і спортом поміж дітей і юнацтва. Позакласна та позашкільна спортивна робота.

Тема 2. Шаховий кодекс; суддівство та організація змагань

Системи змагань: колова, олімпійська, швейцарська. Контроль часу на обмірковування ходів партії. Таблиці черговості гри на змаганнях. Правила черговості гри білими і чорними фігурами.

Тема 3. Історичний огляд розвитку шахів

Французькі та англійські шахісти першої половини XIX ст. Матч Лабурдоне — Мак-Доннель.

Автомат Кемпелена. Кафе «Режанс». Журнал «Паламед». Німецькі шахісти середини XIX ст. А. Андерсен. Спадщина П. Морфі. Шахи у другій половині XIX ст. Боротьба за звання чемпіона світу.

Тема 4. Дебют

Поняття ініціативи в дебюті. Жертва пішака в дебюті за ініціативу. Стратегічні ідеї головних систем іспанської партії, сицилійського захисту, захисту Каро-Канн, відмовленого ферзевого гамбіту.

Тема 5. Міттельшпіль

Атака в шаховій партії. Ініціатива й темп в атаці. Атака пішаками. Атака фігурами. Пішаково-фігурна атака. Атака в дебюті, міттельшпілі, ендшпілі. Проблеми центра. Закритий пішаковий центр. Пішаковий клин. Рухливий пішаковий центр. Пішаковий прорив у центрі та утворення прохідного пішака. Пішаково-фігурний центр. Центр і фланги. Облога центра із флангів у міттельшпілі. Роль центра під час флангових операцій. Боротьба з утворенням у суперника пішакового центра.

Тема 6. Ендшпіль

Поля відповідності в пішакових завершеннях. Кінь із пішаками проти коня з пішаками. Боротьба слона з пішаками проти слона з пішаками (одноколірні та різноколіорові слони). Тура та крайній пішак проти тури. Тура та пішак проти тури. Принцип Тарраша. Позиція Філідора. Побудова «міст».

Тема 7. Основи методики тренування шахіста

Форми та методи тренування шахіста. Урок як основна форма організації навчально-тренувального процесу. План, зміст і побудова теоретичного заняття. Зміст практичного заняття.

Тема 8. Спортивний режим і фізична підготовка шахіста

Загартовування і його сутність. Роль загартовування у попередженні інфекційних і простудних захворювань. Засоби загартовування та методика їх застосування. Використання природних факторів (сонце, повітря, вода) з метою загартовування організму.

Тема 9. Радянська і закордонна шахова література

Значення шахової літератури для вдосконалення шахіста.

Завершення — у наступному номері. ♟