

«Согласовано»
Председатель РО РФГ (Б)
«Нижегородская федерация Го»

_____ **Ю.И. Соловьев**
«20» августа 2015 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДОД «ДЮСШ №9
по интеллектуальным играм»

_____ **С.Ю. Шулакова**
«20» августа 2015 г.

Дополнительная образовательная программа
«Го»

МБОУ ДОД «ДЮСШ №9 по интеллектуальным играм»
на 2015-2016 учебный год

«УТВЕРЖДЕНО»
Решением тренерского совета
от 18.08.2015 г.

г. Нижний Новгород
2015 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Го – интеллектуальный вид спорта, помогающий вырабатывать внимательность, логику мышления, пространственное воображение, самодисциплину и в то же время обеспечивающие культурный досуг и дарящие эстетическое наслаждение.

Го - наглядная соревновательная форма двух личностей. Как способ самовыражения творческой активности человека. Успех в работе во многом зависит от личности преподавателя, от его опыта и умения вести занятия с различными по возрасту юными спортсменами, от индивидуального подхода к каждому ученику.

В Концепции модернизации отмечено: "Базовое звено образования - общеобразовательная школа, модернизация которой предполагает ориентацию образования не только на усвоение обучающимся определенной суммы знаний, но и на развитие его личности, его познавательных и созидательных способностей".

Полагаем, Го - в числе эффективных ресурсов для решения данных и многих других задач.

Го – вид спорта, при обучении которым используются современные технологии. Они тесно связаны с математикой и информатикой. С появлением и распространением компьютерных программ темп обучения вырос во много раз. Сейчас есть возможность заниматься теорией с тренером, а дома отрабатывать приемы, используя игровые компьютерные программы и базы данных, а также играть в интернет-турнирах с игроками из разных стран.

Го способствует развитию воображения, концентрации внимания, воспитанию характера и воли.

В ДЮСШ №9 уже 20 лет производится обучение детей Го.

Цель программы: средствами интеллектуальных игр сформировать сильную личность, способную аналитически и критически подходить к решению проблемных ситуаций, личность, обладающую целеустремленностью, настойчивостью в достижении цели, ориентированную на ведение здорового образа жизни, вовлеченную в спортивную жизнь страны.

Задачи программы ДЮСШ по Го:

Образовательные:

- освоение учащимися учебной программы, основных правил и понятий Го,
- обучение детей навыкам самостоятельной работы с учебными материалами (литература по видам спорта, базы партий, игровые обучающие программы),
- обучить логическому мышлению, умению делать выводы, принимать

решения,

- привить устойчивый интерес к занятиям Го,
- подготовить спортсменов-разрядников, участвующих в соревнованиях разного уровня.

Развивающие:

- способствовать развитию качеств настоящего спортсмена (воли к победе, упорству в борьбе и т.д.),
- развитие пространственного мышления и воображения, развитие памяти,
- умение концентрировать внимание.

Воспитательные:

- воспитать гармонически развитую личность, занимающуюся и духовным и физическим развитием,
- воспитать важные личностные качества: трудолюбие, усидчивость, внимательность.

Организация образовательного процесса в ДЮСШ №9

В образовательную деятельность ДЮСШ №9 вовлечены учащиеся с 7 лет.

В своей деятельности школа руководствуется положением ДЮСШ; нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность спортивных школ, законом №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.

На основе типовых программ составляется учебный план по годам обучения, а также индивидуальные планы тренировок для обучающихся групп спортивного совершенствования, которые утверждаются руководителем учреждения.

Учебный план группы по виду спорта включает в себя вопросы теоретической подготовки, общефизической подготовки, специальной подготовки (по виду спорта), участие в соревнованиях.

Учебный план ДЮСШ №9 определяет количество часов на освоение образовательных программ и определяет допустимую нагрузку для детей разного возраста, определенного уровня подготовки и физического развития. Также учитывается занятость учащихся в общеобразовательных учреждениях: план календарно-массовых мероприятий составляется с учетом учебных планов нижегородских школ.

Годовая программа по Го рассчитана на 46 учебных недель непосредственно в условиях учреждения и 6 недель отводится на работу в летний период (учебно-тренировочные сборы, оздоровительно-спортивные лагеря, работа по индивидуальным планам в период отдыха).

Реализация учебного плана основывается на качественном кадровом, методическом и материально-техническом обеспечении.

Учебный план регулирует деятельность спортивной школы, направленную на развитие массового спорта, привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом, ведение здорового образа жизни, а также на развитие способностей учащихся.

Образовательный процесс в ДЮСШ №9 состоит из четырех преемственных ступеней и спортивно-оздоровительных групп. Возраст приема и требования по спортивной подготовке на каждой ступени определяется Уставом.

№ п/п	Образовательные программы				Возраст учащихся
		Наименование	Направленность	Нормативный срок освоения	
1	2	3	4	5	6
1	Го	Спортивно-оздоровительный этап	Дополнительное образование детей	весь период	7 - 15 лет
		Этап начальной подготовки	Дополнительное образование детей	2 года	7 - 10 лет
		Учебно-тренировочный этап	Дополнительное образование детей	5 лет	9 - 17 лет
		Этап спортивного совершенствования	Дополнительное образование детей	3 года	14 - 19 лет
		Этап высшего спортивного мастерства	Дополнительное образование детей	3 года	с 17 лет

Режим работы и учебные нагрузки

Продолжительность учебного часа - 45 минут.

Спортивно-оздоровительные группы (весь период) - 6 часов в неделю.

Группы начальной подготовки (1-й год обучения) - 6 часов в неделю.

Группы начальной подготовки (2-й год обучения) - 9 часов в неделю.

Учебно-тренировочные группы (1,2 год обучения) - 12 часов в неделю.

Учебно-тренировочные группы (3,4,5 год обучения) - 18 часов в неделю.

Группы спортивного совершенствования (1-й год обучения) – 24 часа в неделю.

Группы спортивного совершенствования (2,3 год обучения) – 28 часов в неделю.

Группы высшего спортивного мастерства (1,2,3 год обучения) – 32 часа в неделю.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам (утверждаемым директором ДЮСШ №9), медицинский контроль, участие в соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, судейская практика.

Неотъемлемой частью учебного процесса является отработка изученного теоретического материала на практике, участие спортсмена в соревнованиях. В ДЮСШ №9 по выходным дням (суббота, воскресенье) проводятся турниры для учащихся всех уровней. В связи с этим продолжительность занятия в игровой день в группах начальной подготовки может быть увеличена до 3 академических часов, в учебно-тренировочных группах может быть увеличена до 4 академических часов.

Требования к результатам реализации программы на каждом из этапов подготовки:

Результатом реализации Программы является:

1. На спортивно-оздоровительном этапе:

- формирование интереса к занятиям спортом,
- вовлечение учащегося в спортивную среду;
- формирование двигательных умений и навыков;
- знакомство с основами техники по виду спорта шахматы;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов.
- достижение физического совершенствования, высокого уровня здоровья и работоспособности, необходимых для подготовки к общественно полезной деятельности;

2. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта шахматы;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта Го.

3. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта шахматы;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

4. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.

5. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается. Тренировочный процесс в организации ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели (46 +6 недель), учитывая занятия по индивидуальному плану в период отдыха учащихся.

На любом этапе обучения в процессе освоения каждой темы тренер осуществляет текущий контроль и проводит контрольные упражнения с целью проверки освоения учащимися образовательной программы. В процессе обучения

проводится промежуточная аттестация (1 раз в год), а по окончании освоения образовательной программы проводится итоговая аттестация.

Промежуточная аттестация учащихся может проводиться в следующих формах: устного опроса, собеседования или тестирования (вопросы прилагаются).

После окончания каждого этапа обучения спортсмены могут завершить обучение в ДЮСШ при условии успешного освоения этапа образовательной программы и сдачи итоговой аттестации.

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ

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

В основу комплектования учебных групп (табл. 2) положена научно обоснованная система многолетней подготовки с учетом возрастных закономерностей становления спортивного мастерства.

Увеличение недельной учебно-тренировочной нагрузки и перевод учащихся в следующие группы обучения обуславливаются стажем занятий, выполнением контрольных нормативов по теории, по общей физической подготовке, уровнем спортивных результатов.

Таблица 2

Таблица учебно-тренировочной работы и требования
по этапам подготовки.

Этапы подготовки	Период обучения	Разряд (не ниже)	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел.)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
Спортивно оздоровительный 7-15 лет	первый год	б/р	15	20	6
	второй год	б/р	15	20	6
	третий год	б/р	15	20	6
Начальной подготовки 7-10 лет	первый год	б/р	15	20	6
	второй год	б/р	14	20	9
Учебно-тренировочный 9-17 год	первый год	3 юн.	10	12	12
	второй год	2 юн.	10	12	12
	третий год	1 юн.	8	10	18
	четвертый год	3 р.	8	10	18
	пятый год	1 -2 р.	8	10	18
Спортивного совершенствования с 14 лет	первый год	КМС	1	10	24
	второй год	КМС	1	10	28
	третий год	КМС	1	8	28
Высшего спортивного мастерства с 15 лет	первый год	МС	1	6	32
	второй год	МС	1	6	32
	третий год	МС	1	5	32

Примечание: При объединении в одну группу занимающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов.

Возраст учащихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления в учебные группы. Допускается превышение указанного возраста не более чем на два года.

(В спортивно-оздоровительных группах допускается большая разница в возрасте и разница в разрядах при условии индивидуального подхода тренера-преподавателя к разновозрастным и разноуровневым спортсменам и при ориентировании на общее развитие учащихся и повышение уровня их физического развития.)

Установленная недельная учебно-тренировочная нагрузка является максимальной.

В зависимости от уровня спортивной подготовленности учащихся разрешается сокращение недельной нагрузки, но не более чем на 25 % по согласованию с Учредителем.

Примерный учебный план представлен в табл. №3. При его разработке учитывался режим учебно-тренировочной работы в неделю для различных учебных групп с расчетом 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель для тренировки в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль;
- текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) учащихся организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

Неотъемлемой частью учебного процесса является отработка изученного теоретического материала на практике, участие спортсмена в соревнованиях. В ДЮСШ №9 по выходным дням (суббота, воскресенье) проводятся турниры для учащихся всех уровней. В связи с этим продолжительность занятия в

игровой день в группах начальной подготовки может быть увеличена до 3 академических часов, в учебно-тренировочных группах может быть увеличена до 4 академических часов. В случае двухразовых занятий в день продолжительность занятий не должна превышать 8 академических часов, и обязательен перерыв между занятиями не менее 1 часа.

Особенности образовательного процесса.

Учебный материал программы распределяется в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Представленные в программе темы создают целостную систему подготовки.

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учётом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, практическая значимость учебного материала для воспитанника.

Индивидуальный подход заложен в программу.

Можно выделить 2 важных аспекта:

- 1) воспитательное взаимодействие выстраивается с каждым юным спортсменом с учётом личностных особенностей,
- 2) учитываются знания условий жизни каждого воспитанника, что важно в процессе обучения. Такой подход предполагает знание индивидуальности ученика.

В данной программе предусмотрена возможность работы по индивидуальному плану с учащимися, начиная с уровня учебно-тренировочных групп (3 разряд и выше). План работы по индивидуальному плану с учащимися должен согласовываться с администрацией ДЮСШ.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический материал даётся с учётом развития тех качеств, которые пригодятся в жизни - мышление, память, внимание, наблюдательность, последовательность рассуждений. На индивидуальных занятиях - анализ, синтез, сравнение, обобщение, обоснование выводов.

Учитывая возрастные и индивидуальные особенности юных спортсменов, методики подачи учебно-тематического и проблемного материала на разных ступенях обучения постоянно меняются.

Основной формой учебного процесса является занятие.

В связи с тем, что у младших школьников доминируют наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, то в обучении используется наглядность, показ, рассказ, объяснение педагога. На занятиях используется система терминов,

понятий, их связей и обобщений. Эта система способствует выработке системного мышления воспитанника, которая может стать основой для создания индивидуальной схемы мышления игрока Го. Методы и приёмы обучения постоянно меняются, но основным приемом остаётся игра. Развитию долговременной и оперативной памяти поможет изучение правил, нотация, знание точных позиций ёсе (эндшпиля).

На 1-м году обучения происходит ознакомление с основными тактическими идеями и приёмами, овладение элементами теории фусэки (дебютов), овладение техникой реализации материала в ёсе (эндшпиле), приобретение навыков участия в соревнованиях.

Развитию творческого воображения помогут решения специальных упражнений или в практических партиях нахождение идеи, плана, который до этого был неизвестен ученику, или вообще не применялся в позициях подобного типа.

Развитию умения производить важнейшие логические операции (анализ и синтез, сравнение, обобщение) помогут изучение таких тем, как борьба в фусэки, решение задач цумэ-Го, изучение ёсе всех видов, оценка позиции и план в тюбане (миттельшпиле).

На 2-3 году обучения закрепляется развитие комбинационного зрения, происходит знакомство с приёмами атаки и защиты в партии, приобретаются знания по истории Го.

Развитию навыков самостоятельной работы поможет составление дебютного репертуара, изучение типовых планов игры в различных тюбан позициях.

Развитию логического и интуитивного мышления поможет умение оценивать позицию и выбирать обоснованный план, отработка техники расчёта вариантов.

ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ

В течение всего учебного процесса тренеру-преподавателю необходимо проводить диагностику, которая поможет выявить пробелы в знаниях, умениях, навыках учащихся, своевременно спланировать коррекционную работу, увидеть в динамике развитие учащихся.

Для оценки эффективности работы выбраны следующие критерии, определяющие развитие интеллектуальных способностей учащихся:

- уровень развития оперативной памяти;
- уровень развития воображения;
- уровень развития образного и комбинаторного мышления.

Результатом усвоения учащимися программы по каждому уровню обучения являются:

- устойчивый интерес к занятиям по Го;
- выполнение спортивных нормативов (разрядов);
- повышение уровня теоретических знаний и физических показателей спортсмена;
- результаты достижений в соревнованиях разного уровня: района, города, области и России.

Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется тренерами-преподавателями самостоятельно по видам контрольных упражнений и заданий в рамках образовательной программы по виду спорта.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем по каждой изученной теме (разделу). Достигнутые обучающимися умения и навыки учитываются тренером при работе. Содержание материала контроля определяется тренером-преподавателем на основании содержания программного материала.

Форму текущего контроля определяет тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся, уровня обученности детей, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий и др.

Текущий контроль может проводиться в следующих формах: устного опроса, собеседования, тестирования, докладов, защиты творческих работ по безотметочной системе.

Оценочные материалы для проведения текущего контроля представлены в приложении №1 и №2 настоящего положения.

На каждом этапе обучения в процессе освоения каждой темы тренер осуществляет текущий контроль и проводит контрольные упражнения и устный опрос учащихся с целью проверки освоения учащимися образовательной программы.

В процессе обучения проводится промежуточная аттестация (1 раз в год), а по окончанию освоения образовательной программы проводится итоговая аттестация. Промежуточная аттестация учащихся может проводиться в следующих формах: устного опроса, собеседования или тестирования (вопросы прилагаются).

Цель и задачи промежуточной и итоговой аттестации

Целью проведения промежуточной и итоговой аттестации является оценка уровня освоения обучающимися дополнительной образовательной программы по избранному виду спорта «Го» и соответствие этого уровня с требованиями подготовки обучающихся, определенными в программе данного этапа и года обучения.

Задачи:

- анализ полноты реализации образовательной программы;
- выявление уровня подготовки обучающихся;
- внесение необходимых изменений в содержание и методику образовательной деятельности.

Организация процесса аттестации.

1. Промежуточная аттестация учащихся проводится ежегодно в следующих формах: устного опроса, собеседования или тестирования (вопросы прилагаются).
2. Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании курса обучения и заключается в определении соответствия уровня подготовки выпускников требованиям дополнительной образовательной программы избранному по виду спорта.
3. Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации устанавливаются в соответствии с учебным календарным планом и графиком проведения аттестации.
4. К итоговой аттестации допускаются обучающиеся, завершившие обучение в рамках дополнительной образовательной программы, полностью выполнившие учебные планы.

Формы проведения аттестации.

1. Формами проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся являются: устный опрос, собеседование или тестирование (вопросы прилагаются).
2. Выполнение обучающимися спортивного разряда и участие в соревнованиях различного уровня определяется по итогам учебного года.
3. Инструкторская и судейская практика определяется по результатам исполнения судейских обязанностей на соревнованиях различного уровня в течение учебного года.
4. Перечень контрольных вопросов определяется в соответствии с программой по избранному виду спорта.

Система и критерии оценок при проведении аттестации.

Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся ДЮСШ. Критерии оценки определяются на основании программных требований и в соответствии с этапом подготовки. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации представлены в приложении № 2 настоящего положения.

Отдельные лица, проходящие обучение по дополнительной образовательной программе «Го», не достигшие установленного возраста для перевода в группу следующего тренировочного года, в исключительных случаях могут быть переведены раньше срока на основании решения органа самоуправления (педагогического или тренерского совета) при персональном разрешении врача.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

При построении многолетнего учебно-тренировочного процесса необходимо ориентироваться на оптимальные возрастные границы, в пределах которых спортсмены добиваются своих высших достижений. Как правило, способные спортсмены достигают первых успехов через 4-6 лет, а высших достижений - через 7-9 лет специализированной подготовки. При этом надо иметь в виду, что наиболее высокие темпы прироста результатов имеют место в первые 2-3 года специализированной подготовки.

1.ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Многолетнюю подготовку от новичка до чемпиона целесообразно рассматривать как единый процесс, подчиняющийся определенным закономерностям, как сложную специфическую систему со свойственными ей особенностями с учетом возрастных возможностей юных спортсменов. Весь процесс многолетних занятий избранным видом спорта включает практически не обозримое множество переменных. Каждый этап многолетней тренировки отражает своеобразие общих условий жизни и деятельности спортсмена в различные периоды жизненного пути (общей нагрузки в периоды обучения в школе, в ВУЗе). Разумеется, в процессе всех лет занятий задачи, тренировочные средства и методы претерпевают значительные изменения.

Спортивная тренировка юных спортсменов, в отличие от тренировки взрослых, имеет ряд методических и организационных особенностей.

1. Тренировочные занятия с юными спортсменами не должны быть ориентированы на достижение в первые годы занятий высокого спортивного результата (на спортивно-оздоровительном этапах, этапах начальной подготовки и начальной спортивной специализации).

2. Тренировочные и соревновательные нагрузки должны соответствовать функциональным возможностям растущего организма.

3. В процессе всех лет занятий необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить гигиену быта, хорошую организацию врачебно-педагогического контроля за состоянием здоровья, подготовленностью занимающихся и их физическим развитием.

4. Надежной основой успеха юных спортсменов в избранном виде спорта является приобретенный фонд умений и навыков, всестороннее развитие физических качеств, решение функциональных возможностей организма.

5. С возрастом и подготовленностью юных спортсменов постепенно уменьшается вес общей физической подготовки и возрастает вес специальной теоретической подготовки. Из года в год неуклонно увеличивается рост общего объема тренировочной нагрузки.

6. Необходимо учитывать особенности построения школьного учебного процесса в планировании спортивной тренировки.

Система спортивной подготовки представляет собой организацию регулярных тренировочных занятий и соревнований. На протяжении многих лет тренировок

юные спортсмены должны овладеть техникой и тактикой, приобрести опыт и специальные знания, улучшить моральные и волевые качества.

1.1. Спортивно - оздоровительный этап

Значительное омоложение, произошедшее в спорте в последние годы (начало тренировок с 5-7 лет), создало предпосылки для обязательного осуществления начальных занятий на спортивно-оздоровительном этапе подготовки.

Основная цель этого этапа: на протяжении спортивно-оздоровительного этапа подготовки начинающие юные спортсмены должны познакомиться с основами техники избранного вида спорта.

Насыщенный двигательный режим в СО группах даст благоприятные изменения в состоянии здоровья и адаптации организма детей к физическим нагрузкам, значительно повысит их интерес к занятиям спортом.

Для того чтобы значительно повысить работоспособность (физическую и умственную), создать надежные предпосылки к укреплению здоровья, необходимо заниматься не менее шести часов в неделю, с учетом факторов, ограничивающих физическую нагрузку-отсутствие специфических двигательных навыков и адаптации к физическим нагрузкам (вообще).

Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Обучение осуществляется на основе общих методических принципов. В большей степени используются методы обеспечения наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), методы упражнений - игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение - простым. Тренеру нецелесообразно подробно анализировать детали.

Детям необходимо ставить двигательную задачу в конкретной форме, с наглядным объяснением.

1.2. Этап начальной подготовки

Основная цель занятий: утверждение в выборе спортивной специализации го и овладение основами игры.

Основные задачи: укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие подростков; постепенный переход к целенаправленной подготовке в избранном виде спорта; обучение го; повышение уровня физической подготовки, отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий го.

Факторы ограничивающие нагрузку:

- 1) недостаточная адаптация к физическим нагрузкам;
- 2) возрастные особенности физического развития;
- 3) недостаточный общий объем двигательных умений.

Основные средства: 1) беседа, устное объяснение материала; 2) подвижные игры; 3) общеразвивающие упражнения; 4) всевозможные прыжки и прыжковые упражнения; 5) скоростно-силовые упражнения (отдельные и в виде комплексов); 6) введение в школу техники игры в Го; 7) комплексы упражнений для индивидуальных тренировок (задание на дом).

Основные методы выполнения упражнений: игровой; повторный; равномерный; контрольный; соревновательный.

Основные направления тренировки.

Этап НП один из наиболее «важных», поскольку именно на этом этапе закладывается основа дальнейшего овладения спортивным мастерством в избранном виде. На этапе начальных занятий спортом целесообразно выдвигать на первый план разностороннюю физическую подготовку и целенаправленно развивать физические и умственные качества путем специально подобранных комплексов упражнений и игр (в виде тренировочных заданий) с учетом подготовки спортсмена. Тем самым достигается единство общей и специальной теоретической подготовки.

Особенности обучения.

Одной из задач занятий на первом году является овладение основами техники избранного вида спорта. При этом процесс обучения должен проходить концентрированно, т.е. перерыв между занятиями не должен превышать трех дней. Всего на обучение каждому техническому элементу нужно отдавать 30-35 минут на каждом занятии.

Методика контроля. Контроль на этапе НП используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Он должен быть комплексным, проводиться регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях. Контроль эффективности технической подготовки осуществляется тренером.

Врачебный контроль над юными спортсменами предусматривает:

- 1) углубленное медицинское обследование (2 раза в год);
- 2) медицинское обследование перед каждым соревнованием;
- 3) педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий;
- 4) санитарно-гигиенический контроль над режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью;
- 5) контроль над выполнением юными спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.

Врачебный контроль предусматривает главное и принципиальное положение (допуск к тренировкам и соревнованиям здоровых детей).

Участие в соревнованиях. Невозможно достигнуть в будущем высоких стабильных результатов, редко выступая на соревнованиях. На этапе НП значительно увеличивается число соревновательных упражнений.

Программа соревнований, их периодичность, возраст участников должны строго соответствовать действующим правилам соревнований и доступным нормам нагрузок.

Юных спортсменов в соревнованиях нужно нацеливать на демонстрацию социально-ценностных качеств личности, мужества, инициативы, смелости, коллективизма, дружелюбия по отношению к товарищам и уважения к ним.

1.3. Учебно-тренировочный этап

Основная цель занятий: углубленное овладение технико-тактическим арсеналом го.

Основные задачи: - укрепление здоровья и физическое развитие подростков;

- создание интереса к избранному виду спорта;
- обучение и совершенствование техники; постепенное подведение спортсмена к более высокому уровню тренировочных нагрузок;
- постепенное подведение к соревновательной игре путем применения средств, необходимых для волевой подготовки спортсмена.

Основные средства тренировки:

1) занятия групповые и индивидуальные; 2) самостоятельные задания; 3) отработка полученных знаний в практической игре.

Методы выполнения упражнений: повторный; переменный; повторно-переменный; игровой; контрольный; соревновательный.

Основные направления тренировки. Этап углубленной спортивной подготовки является базовым для окончательного выбора будущей специализации. Поэтому подготовка на этом этапе становится более целенаправленной. Тренировочный процесс приобретает черты углубленной спортивной специализации.

Специальная подготовка в избранном виде должна проводиться постепенно. В этом возрасте спортсмену нужно чаще выступать в квалификационных турнирах и матчевых встречах.

Обучение и совершенствование техники игры в го. При планировании учебных занятий необходимо соблюдать принцип концентрированного распределения материала, так как длительные перерывы в занятиях не желательны.

Методика контроля. Как и на всех этапах подготовки, контроль должен быть комплексным. Система контроля на учебно-тренировочном этапе должна быть тесно связана с системой планирования процесса подготовки юных спортсменов. Она включает основные виды контроля: текущий, промежуточный и в условиях соревнований.

Проводятся педагогические наблюдения на основе контрольно-переводных нормативов и обязательных программ.

Медицинский контроль применяется для профилактики заболеваний и лечения спортсменов.

Участие в соревнованиях зависит от уровня подготовленности юного спортсмена, календаря соревнований, выполнения разрядных требований и т.д. В соревновательных поединках необходимо вырабатывать у юных шахматистов оптимизму, веру в собственные силы, не преувеличивать трудности. Основной задачей соревновательной практики следует считать умение реализовать свои теоретические знания.

1.4. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

На этапе обучения в группах ГСС рассматриваются пути максимальной реализации возможностей организма спортсмена и его умственного потенциала.

В основе формирования задач на этапе ГСС: выведение спортсмена на высокий уровень спортивных достижений с учетом его индивидуальных особенностей.

Преимущественная направленность тренировочного процесса:

- совершенствование техники игры в го и специальных физических качеств;
- повышение технической и тактической подготовленности;
- освоение необходимых тренировочных нагрузок;
- совершенствование соревновательного опыта и психической подготовленности;
- достижение спортивных результатов на уровне КМС и МС.

Этап ГСС и высшего спортивного мастерства характерен определенными зонами становления мастерства: зону первых больших успехов (выполнение норматива кандидата в мастера спорта), участие в международных спортивных соревнованиях; зону достижения оптимальных возможностей (выход на уровень лучших спортсменов России, участие на первенствах Европы, Мира); зону поддержания высших спортивных результатов. Поэтому особое внимание в процессе ГСС следует уделять подготовке к соревнованиям и успешному участию в них. Тренировочный процесс должен, максимально индивидуализироваться и строиться с учетом особенностей соревновательной деятельности спортсменов, у шахматистов вырабатывается собственный дебютный репертуар и стиль игры. Особое внимание при совершенствовании технико-тактической подготовленности также уделяется индивидуализации и повышению надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований.

Методы контроля.

На этапе обучения в процессе освоения каждой темы тренер осуществляет текущий контроль и проводит контрольные упражнения с целью проверки освоения учащимися образовательной программы.

Текущий контроль направлен на изучение явлений после выполнения нагрузок различной направленности, усвоения или совершенствования технико-тактических навыков в ходе тренировочных или соревновательных микроциклов.

В процессе обучения проводится промежуточная аттестация (1 раз в год), а по окончанию освоения образовательной программы проводится итоговая аттестация. Промежуточная аттестация учащихся может проводиться в следующих формах: устного опроса, собеседования или тестирования (вопросы прилагаются).

После окончания этапа обучения спортсмены могут завершить обучение в ДЮСШ при условии успешного освоения этапа образовательной программы и сдачи итоговой аттестации.

Таблица

Ключевые компетенции для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Развиваемое качество Контрольные упражнения (тесты)

Юноши Девушки

- 1.Ценностно-смысловые компетенции + +
- 2.Общекультурные компетенции + +
- 3.Учебно-познавательные компетенции + +
- 4.Информационные компетенции + +
- 5.Коммуникативные компетенции + +
- 6.Социально-трудовые компетенции + +
- 7.Компетенции личностного самосовершенствования + +

Предметные компетенции для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Развиваемое качество Контрольные упражнения (тесты)

Юноши Девушки

- Знание основных стратегических идей игры в дебюте + +
- Знания об особенностях игры в простейших окончаниях+ +
- Умение оценивать простейшие позиции и реализовывать материальное преимущество + +
- Способность реализовывать позиционное преимущество в малофигурных окончаниях + +
- Представление о последовательности приемов + +
- Знание основных тактических ударов и приемов + +
- Умение применять в игре простейшие тактические приемы + +
- Умение вводить варианты определенных дебютов и схем в компьютер + +
- Навыки самостоятельной работы над игрой го + +
- Первичные навыки по анализу собственных партий + +
- Знание основных видов соревнований + +
- Способность производить расчёт вариантов + +

Нормативы по развиваемым качествам для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Развиваемое качество Контрольные упражнения (тесты)

Юноши Девушки

- Знание приемов тактической, стратегической атаки в партии игры го+ +
- Знание выдающихся игроков мира в игру го + +
- Развитое комбинационное и позиционное «зрение» + +
- Знание технических приемов разыгрывания окончаний + +
- Способность анализа ситуации + +
- Понимание причинно-следственных связей + +
- Умение анализировать и комментировать собственные партии + +
- Способность анализировать и обобщать имеющийся материал + +
- Навыки самостоятельной работы над игрой го + +
- Первичные навыки по анализу собственных партий + +
- Знание основных видов соревнований + +

Способность производить расчёт вариантов + +

Нормативы для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (повышение спортивного мастерства до уровня МС и выше)

Развиваемое качество Контрольные упражнения (тесты)

Юноши Девушки

Наличие собственного дебютного репертуара + +

Умение использовать персональный компьютер для накопления базы данных разыгрывания дебютов и схем + +

Работа с базами данных + +

Анализ партий с помощью компьютера + +

Знание методики работы с литературой + +

Развитие способности аналитически мыслить + +

Освоение арсенала позиционных и тактических приёмов и навыков + +

Развитие способности концентрировать внимание + +

Повышение интеллектуального потенциала + +

Спортивное звание Мастер спорта России

Развиваемые физические качества (скоростные качества, скоростно-силовые качества, выносливость, силовые качества, силовая выносливость, координация, гибкость) на всех этапах обучения должны соответствовать нормативной части.

Текущий контроль тренировочного процесса

С целью устранения возможных срывов адаптационных процессов и своевременного назначения необходимых лечебно-профилактических мероприятий, а также для эффективного анализа данных углубленного медицинского обследования, необходимо отслеживать динамику средств и методов тренировочного процесса и контролировать переносимость тренировочных и соревновательных нагрузок в рамках программы текущего обследования. ТО, на основании которого проводится индивидуальная коррекция тренировочных нагрузок, рекомендуется проводить на всех тренировочных занятиях.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовке спортсменов. Главная ее задача состоит в том, чтобы научить игрока го осмысливать и анализировать действия как свои, так и соперника: не механически выполнять указания тренера, а творчески подходить к ним. Начинающих необходимо приучить посещать соревнования, изучать техническую и тактическую подготовленность соперников, читать книги и просматривать фильмы, видеофильмы и спортивные репортажи.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Игрок го, как и любой другой спортсмен, должен обладать высокими моральными и

волевыми качествами, быть достойным гражданином России, с честью представлять свою спортивную школу, свой город, страну на соревнованиях любого ранга.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая представляет большие возможности для воспитания всех этих качеств. Формирование высокого чувства ответственности перед обществом, гражданской направленности и нравственных качеств личности юных спортсменов должно осуществляться одновременно с развитием его волевых качеств. Понимая психологическую подготовку как воспитательный процесс, направленный на развитие и совершенствование значимых для юных спортсменов свойств личности путем формирования соответствующей системы отношений. При этом психическая подготовка к продолжительному тренировочному процессу осуществляется за счет непрерывного развития мотивов спортивной деятельности и за счет благоприятных отношений к различным сторонам тренировочного процесса.

Психологическая подготовка юных спортсменов к соревнованиям направлена на формирование свойств личности, позволяющих успешно выступать за счет адаптации к конкретным условиям вообще и к специфическим экстремальным условиям соревнований в частности. Психологическая подготовка здесь выступает как воспитательный и самовоспитательный процесс. Центральной фигурой этого процесса является тренер-педагог, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсменов во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и общего воспитания.

Воспитание дисциплинированности следует начинать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, отличное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома - на все это должен постоянно обращать внимание тренер.

Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие и способность преодолевать специфические трудности, что достигается, прежде всего, систематическим выполнением тренировочных заданий. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит от трудолюбия. В процессе занятий юными спортсменами важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной гигиены и других дисциплин.

ИНСТРУКТОРСКАЯ И СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА

Го как спортивная дисциплина представляет собой систематизированный курс теории и практики, базирующийся на научных основах. Инструкторская и судейская практика являются продолжением учебно-тренировочного процесса, способствуют овладению практическими навыками в преподавании и судействе игры Го.

Инструкторская практика.

В основе инструкторских занятий лежит принятая методика обучения виду спорта.

Судейская практика

Дает возможность игроку го получить квалификацию судьи по виду спорта. В возрасте 15-16 лет прошедшим специальную теоретическую и практическую подготовку при условии регулярного участия в судействе соревнований присваивается судейская квалификация «Юный судья».

Теоретическая подготовка по судейству осуществляется на специальных занятиях (семинарах); судейскую практику спортсмены получают на официальных соревнованиях типа «квалификационные турниры». Чтобы предупредить ошибочные решения, рядом с судьей-стажером в качестве консультанта должен находиться квалифицированный судья.

Судейская категория, присваивается лицам по достижении 16 лет, проявившим знания и умения в судействе, активно и систематически участвовавшим в соревнованиях, на судейских должностях на соревнованиях районного, городского и областного масштаба.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для успешной работы ДЮСШ №9 требуется следующее материально-техническое обеспечение: комплекты Го, часы, демонстрационная доска, наличие компьютеров и специальных обучающих программ (желательно).

УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

Предполагается участие учащихся в районных, городских, областных и российских турнирах. В соревнованиях отрабатываются на практике полученные теоретические знания, способность творчески применять свои знания. Противостояние во время партии, когда твоим замыслам мешает соперник и на партию отведено определённое количество времени, воспитывает у учеников способность к абсолютной концентрации внимания. Участие воспитанников в различных соревнованиях и стремление к достижению успеха неизбежно приводит к выработке у них объективной самооценки.

Примерный годовой план распределения учебных часов (см. приложение №3)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кэнзаку Сэйго. Энциклопедия тэсудзи. Т.1,2. - Япония, 1971.
2. К.Рин. Энциклопедия фусэки. Т. 1,2. - Япония, 1988.
3. Йошио Исида. Словарь основ дзесэки. Т. 1,2,3. - Токио,1977.
4. Джеймс Дэвис. Жизнь и смерть.
5. Т.Вуджек. Тренировка ума. - С.Петербург, 1996.
6. Г.Доман, С.Эйзен. Как дать ребенку энциклопедические знания. - М., 1996.
7. Акира Исида, Джеймс Дэвис. Атака и защита.
8. К.Йошинори. Базовые задачи по го. Т.1,2,3,4. - Токио, 1990.
9. Бозулич Ричард. Стань сильным в Го. Ч.1,2.
10. Харуяма, Нагахара. Основы техники го. Токио, 1997.

Периодическая литература

- 1) “Игра Го в России” – журнал Российской федерации Го
- 2) “Ranka” на англ. яз. – журнал международной федерации Го