

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО ДСЦ «Саксор» г.о. Самара
 _____ А.П. Пронин



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

ПРОГРАММА " Шашки - шахматы"

№№	СОДЕРЖАНИЕ	СОГ-1	СОГ-2	НП-1	НП-2	УТ-1-2	УТ-3-5
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ							
1.1	Вводное занятие. Краткий обзор состояния и развития шашек, шахмат в России	2	3	2	3	3	4
1.2	Соблюдение техники безопасности на занятиях	2	3	2	3	3	4
1.3	Влияние шахматной игры на умственные способности занимающихся.	2	3	2	3	2	4
1.4	Воспитание воли, смелости, настойчивости, чувства дружбы	2	5	7	7	8	12
1.5	Воспитание творческих способностей обучающихся			2	2	2	4
1.6	Гигиена, закалка, режим и питание спортсменов		2			3	4
1.7	Обучение основам стратегии игры	2		1	1	2	4
1.8	Разрядные требования ЕВСК	2	1	1	1	2	4
ИТОГО теоретических занятий		12	22	22	26	30	40
2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ							
2.1.	Общая физическая подготовка	84	150	150	200	200	170
2.2.	специальная физическая подготовка	42	60	60	128	212	398
2.3	Технико - тактическая подготовка	12	50	50	80	126	166
2.4.	Контрольные упражнения и соревнования	4	20	20	24	20	50
3	углубленное медицинское обследование		6	6	6	8	8
4	Восстановительные мероприятия					20	40
5	Инструкторская и судейская практика		4	4	4	8	10
Итого практических занятий		144	295	295	408	546	836
ВСЕГО		156	312	312	468	624	936