

**Российская Федерация, Нижегородская область,
г. Павлово**

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Физкультурно-оздоровительный комплекс «Гармония» г. Павлово**

Согласовано:
Заседание тренерско-
преподавательского совета
МБОУ ДО ФОК «Гармония»
г. Павлово

Утверждаю:
Директор
МБОУ ДО ФОК «Гармония»
г. Павлово

_____Привалов А.М.

Протокол № 2 от 30 мая 2023 г.

31 мая 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА**

ШАШКИ

разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

2023 г.

Содержание программы:

1	Пояснительная записка	3
2	Организационно-педагогические условия	5
3	Форма аттестации	7
4	Учебный план	8
4.1	Модули программы	8
5	Календарный учебный график	10
6	Рабочая программа	11
6.1	Теоретическая подготовка	11
6.2	Общая физическая подготовка	13
6.3	Специальная тактическая подготовка	15
6.4	Тактическая подготовка	15
7	Оценочные материалы	17
8	Методический материал	19

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по шашкам, срок реализации – 1 год, (далее «Программа»), разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Настоящая программа является основным нормативным документом, определяющим содержание, объем, планируемые результаты деятельности в спортивно-оздоровительных группах отделения шашки в МБОУ ДО ФОК «Гармония» г. Павлово.

Актуальность данной программы определяется запросом со стороны родителей на организованные занятия с детьми шашками.

Новизна заключается в:

- специально выраженной взаимосвязи физического развития человека с совершенствованием его духовной природы;
- строгом соответствии системы тренировки со специфическими требованиями избранного вида спорта;
- увеличении соревновательной практики, как эффективного средства мобилизации функциональных ресурсов организма обучающихся;
- стимуляции адаптационных процессов и повышения на этой основе эффективности процесса подготовки;
- использование технических средств подготовки, оборудования и методических приемов, позволяющих полнее раскрыть функциональные резервы организма обучающегося.

Основная цель программы: создание условий для развития личности обучающегося посредством обучения игре в русские шашки.

Основные задачи программы:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях;
- развитие разносторонних навыков в мгновенной оценке пространственных, временных характеристик;
- развитие и совершенствование общих физических и интеллектуальных качеств, необходимых в дальнейшем для успешного освоения шашечного спорта;
- систематическое знание принципов, приёмов, вариантов, позиций шашечной игры;
- развитие психологических приёмов во время турнирных партий и при подготовке к ним;
- совершенствование психологических особенностей личности (объём, переключаемость и помехоустойчивость внимания, стрессоустойчивость, память);
- приобретение начального опыта участия в соревнованиях;
- выявление одаренных и способных детей.

Программа рассчитана на детей от 6 – до 18 лет.

Изучение программного материала предполагается в форме групповых занятий.

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- овладение элементарным навыкам игры в шашки;
 - укрепление здоровья, повышение уровня общей физической подготовленности;
 - приобретение опыта командных действий, воспитание личностных качеств (дисциплинированности, ответственности, трудолюбия, коллективизма, взаимопомощи);
 - приобретение первого соревновательного опыта путем участия в личных/групповых соревнованиях;
 - умение соблюдать требования техники безопасности при занятиях физической культурой;
 - проявление интереса к занятиям шашками;
- для тренеров – преподавателей:
- возможность выявления способных детей для зачисления в группы начальной подготовки.

Программа состоит из вводного и основного модулей.

2. Организационно-педагогические условия

Образовательная деятельность организуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время в соответствии с календарным учебным планом, годовым учебным планом и календарем спортивно-массовых мероприятий. Подача заявлений о приеме и прием поступающих в Учреждение производится в период комплектования групп с 1 сентября до 15 октября, а также может осуществляться в течение всего календарного года при наличии свободных мест. Группы формируются как из вновь зачисляемых детей, так и из обучающихся не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах обучения, но желающих заниматься шашками. Обучающиеся групп, успешно усвоившие учебную программу, сдавшие контрольные нормативы на конец учебного года, могут быть зачислены на обучение по дополнительной предпрофессиональной программе.

Учебный год в Учреждении начинается с 1 сентября 2023 г. и заканчивается 31 мая 2024 г. Расписание занятий обучающихся регламентируется учебным планом, расписанием занятий. Годовой учебный план рассчитан на 40 недель, и составляет 234 часов в год. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (1 час = 45 минутам). Расписание тренировок составляется по представлению тренера – преподавателя с учетом расписания занятий в общеобразовательной школе и пожеланий родителей. Учебный материал распределяется на весь период обучения. При проведении теоретических занятий учитывается возраст обучающихся, и материал излагается в доступной им форме. Теоретические занятия могут проводиться в комплексе с практическими занятиями в течение 10-15 минут в начале практического занятия или в конце, и органически связаны с физической, технической и тактической подготовкой.

Режим занятий

Год обучения	Количество часов в неделю	Продолжительность занятия	Количество тренировок в неделю	Общее количество часов в год	Наполняемость группы (чел)
Весь период	6 ч.	2 ч.	3	234 ч.	15-30

В группу зачисляются учащиеся общеобразовательных школ в возрасте с 6 лет, имеющие медицинский допуск к занятиям и заявление от родителей.

Материально – техническое обеспечение реализации программы.

Занятия проводятся в кабинете для теоретической подготовки МБОУ ДО ФОК «Гармония» г. Павлово.

Здание МБОУ ДО ФОК «Гармония» оборудовано отдельными раздевалками для мальчиков и девочек, санузлами, душевыми комнатами, соответствующими всем санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Для проведения тренировок и игр по шашкам необходимо соблюдение следующих условий и требований:

- кабинет для шашек, подготовленный к учебному процессу в соответствии с требованиями и нормами САНПиНа;
- столы и стулья;
- часы для игры в шашки;
- комплекты шашек;
- баскетбольные стойки, мячи;
- ворота для мини футбола, футбольные мячи;
- бадминтонные стойки, сетки, ракетки, воланчики
- обеспечение санитарии и гигиены.

Для проведения теоретической подготовки необходимо:

- кабинет подготовки;
- камера;
- фотоаппарат;
- ноутбук;
- экран, проектор;
- флитчат магнитно-маркерный на треноге;
- доска магнитная.

3. Форма аттестации

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся проводится ежегодно в январе и мае, в форме сдачи контрольных нормативов по общей физической, специальной тактической и тактической подготовке, предусмотренных программой по шашкам и по результатам оценивается индивидуальная динамика изменений уровня физической подготовленности каждого учащегося. По теоретической части программы в форме собеседования. Основные вопросы, темы, разделы изложены в оценочном материале (п. 7). Целью проведения аттестации обучающихся является оценка уровня освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по шашкам.

Задачи аттестации:

- анализ полноты реализации дополнительной общеобразовательной программы по шашкам;
- выявление уровня подготовки обучающихся по теоретической, общей физической, специальной тактической и тактической подготовке, итогов участия в соревнованиях;
- внесение необходимых изменений в содержание и методику образовательной деятельности.

Сроки проведения аттестации обучающихся устанавливаются в соответствии с календарным учебным графиком.

К промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся. Подразумевает обобщение результатов соревнований в течение года и контрольных нормативов.

Формы аттестация обучающихся:

- теоретическая подготовка - в форме устного опроса;
- общая физическая подготовка – сдача контрольных нормативов;
- специальная тактическая подготовка – конкурс по решению комбинаций;
- тактическая подготовка – конкурс по решению комбинаций;
- участие в соревнованиях - определяется по итогам учебного года (спортивного сезона)

4. Учебный план

Учебный материал программы представлен в разделах учебного плана, отражающих тот или иной вид подготовки: теоретическую, общефизическую и специальную тактическую подготовки, тактическую.

№ п/п	Содержание занятий	Этап спортивно - оздоровительный	Форма промежуточной аттестации
		Весь период	
1.	Теоретическая подготовка	19	устный опрос
2.	Общая физическая подготовка	31	сдача контрольных нормативов
3.	Специальная тактическая подготовка	126	сдача контрольных нормативов
4.	Тактическая подготовка	58	сдача контрольных нормативов
	Всего часов:	234	

4.1 Модули программы

4.1.1. Вводный модуль «Основы теоретических знаний, двигательных умений и навыков»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, теоретические и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объём часов
Тема 1	Физическая культура и спорт в России	2
Тема 2	История игры в русские шашки	2
Тема 3	Общеразвивающие упражнения без предметов	3
Тема 4	Общеразвивающие упражнения с предметами	3
Тема 5	Дебют	8
Тема 6	Решение позиций	16
Тема 7	Текущий контроль успеваемости	2
	Итого	36

4.1.2. Основной модуль «ОФП, специально-тактическая, тактическая и теоретическая подготовки»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, теоретические и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объём часов
Тема 1	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	2
Тема 2	Дебют	3
Тема 3	Миттельшпиль	3
Тема 4	Эндшпиль	3
Тема 5	Правила соревнований	3
	итого	14
Тема 6	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов. Общеразвивающие упражнения с предметами. Подвижные и спортивные игры. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения. Эстафеты. Подвижные и спортивные игры.	24
Тема 7	Тактическая подготовка: <ul style="list-style-type: none"> • Дебют. • Миттельшпиль. • Эндшпиль. • Тактика и стратегия игры. 	49
Тема 8	Специальная тактическая подготовка <ul style="list-style-type: none"> • Решение позиций. • Турнирная практика. 	109
	Промежуточная аттестация	2
	итого	198

5. Календарный учебный график

№	Вид подготовки	Сентябрь					Октябрь					Ноябрь					Декабрь					Январь					Февраль					Март					Апрель					Май					Всего часов
1	Теоретическая подготовка		1			1	1	1				1			1				1		1	1			1			1	1			1	1				1	1	1			19					
2	Общая физическая подготовка		1	1	1	1	1	1	1				1	1	1		1	1	1			2	1	1			1	1		1		1	1		1	1			1	1	2	2	31				
3	Специальная тактическая подготовка	2	3	4	3	3	4	3	3	5		3	4	3	2	2	1	4	3	4	3	3	4	3	1	2	1	3	3	3	4	1	3	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	126
4	Тактическая подготовка		1	1	2	1		2	1	1	2		1	2	2	2		2	1	1	2		1	2	4		2	1	2	2			2	2	1	2	2	1	2	3		1	1	1	2		58
5	ИТОГО ЧАСОВ	26					26					26					26					26					26					26					234										

«к» - каникулы

6. Рабочая программа

6.1. Теоретическая подготовка (19 часов)

Тема № 1. Физическая культура и спорт в России. (2 часа)

Физическая культура как одно из средств укрепления здоровья и всестороннего физического развития.

Физическая культура – часть общей культуры общества; представляет собой совокупность достижений в деле оздоровления людей и развития их физических способностей.

Спорт как часть физической культуры своей специфической направленностью дополняет и углубляет её.

Основные средства физкультуры - игры и различные физические упражнения с постепенным увеличением нагрузки.

Показатели физической культуры в обществе:

- уровень физического развития и здоровья нации;
- степень использования физической культуры в сферах воспитания, образования, быту и на производстве.

Тема № 2. История игры в русские шашки. (2 часа)

История возникновения шашечной игры. Шашечный кодекс. Разновидности шашек. Появление шашек на Руси. Правила игры. Нотация. Шашечная азбука: доска, шашки, ходы, бой, дамка.

Тема № 3. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. (2 часа)

Гигиенические требования к местам проведения занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям шашками. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок. Общие гигиенические требования к занимающимся шашками с учетом специфических его особенностей. Общий режим дня. Гигиена сна, гигиена питания. Уход за кожей, волосами, гигиена полости рта, ушей, глаз, уход за ногами. Гигиена обуви и одежды. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Предупреждение спортивных травм при занятиях шашками.

При занятиях на спортивных сооружениях гигиенические условия обеспечиваются их администрацией.

Тема № 4. Дебют. (3 часа)

Понятие о начале игры. Основные принципы разыгрывания дебюта. Типичные ошибки в дебюте. Борьба за центр.

Тема № 5. Миттельшпиль (середина игры). (3 часа)

Игра в середине партии. Фланги. Ударные колонны. “Золотые шашки”. Определение комбинации. Расчет и план игры. Простейшие приемы. Идея и механизм комбинаций.

Борьба против центральных шашек соперника. Важность колонны q1, f2, E3 (b8, C7,d6).
Способы постановки “кола” и “тычка” для атаки в центре.

Тема № 6. Эндшпиль (окончание). (3 часа)

Петля, двойная петля, четыре дамки против одной, меньшая сторона на главной дороге и без неё (квадрат), три дамки против одной. Понятия: “размен”, “скользящий размен”, “оппозиция”, “запирание”, “столбняк”, “петля”, “застава”, “вилка” (распорка), “распутье”, “трамплин”. Дамочные окончания (1x1, 2x1, 3x1).

Тема № 7. Правила соревнований. (3 часа)

Правила игры в русские шашки

- шашечная доска;
- наименование диагоналей доски;
- цель игры;
- ход;
- ходы шашки;
- первый ход;
- момент совершения хода;
- прикосновение к шашке;
- шашечная нотация;
- определение результата партии;
- различные виды проигрыша;
- различные виды ничьей;
- неправильности при ведении партии.

Правила проведения соревнований

- виды и характер соревнований;
- системы проведения соревнований;
- возрастные группы участников;
- права и обязанности участников;
- контрольные часы и пользование ими;
- время на обдумывание ходов;
- запись партии, учет сделанных ходов;
- откладывание партии;
- доигрывание отложенной партии;
- результаты соревнований;
- проведение командных соревнований;
- проведение соревнований по швейцарской системе

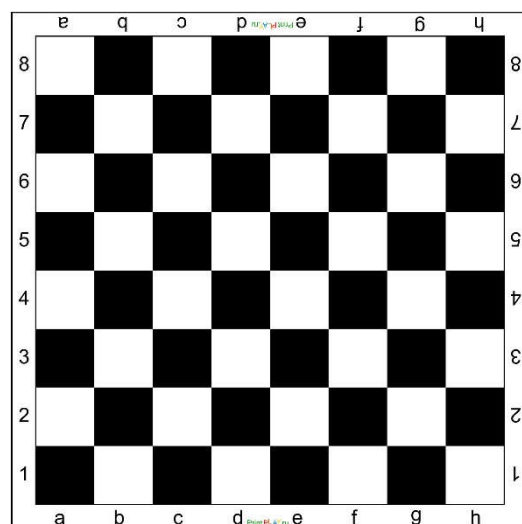


рис. 1. Шашечная доска

Теоретическая подготовка во время сдачи промежуточной аттестации в мае проводится в форме устного опроса (1 час)

6.2. Общая физическая подготовка (31 час)

- **Строевые упражнения.**

1. Построение, расчет. Шеренга, колонна, дистанция.
2. Повороты на месте и в движении.
3. Переход с шага на бег и с бега на шаг.

- **Общеразвивающие упражнения без предметов.**

1. Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки.
2. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращение, повороты головы в различных направлениях.
3. Упражнения для мышц туловища: наклоны, повороты, вращения туловища.
4. Упражнения для ног: поднимание на носки; ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы; вращение в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног; приседания; махи; выпады.

- **Общеразвивающие упражнения с предметами**

1. Упражнения с мячами.
2. Упражнения в парах с передачами, бросками и ловлей мяча.
3. Упражнения с гантелями.
4. Упражнения со скакалкой.

- **Акробатические упражнения**

1. Группировка в приседе, сидя, лежа на спине.
2. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад), из исходного положения сидя, из упора присев и из основной стойки.
3. Перекаты в сторону из положения лежа и упора стоя на коленях.
4. Кувырки вперед в группировке из упора присев.
5. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки.
6. Подготовительные упражнения для моста. Мост с помощью партнера.

- **Легкоатлетические упражнения.**

1. Бег: гладкий/челночный.
2. Прыжки в длину.
3. Метание мяча в цель.

- **Спортивные игры**

Футбол, бадминтон, баскетбол, (игры проводятся по упрощенным правилам).

Начальные навыки в технике спортивных игр.

- **Подвижные игры**

Игры с мячом, с беговыми упражнениями, с прыжками, с метанием, с сопротивлением, на внимание, на координацию: «Гонки мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Борьба за мяч», «Перетягивание каната».

- **Эстафеты**

Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов (маты, стойки), переноской, с расставлением и собиранием предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».

6.3. Специальная тактическая подготовка (126 часов)

1. Решение позиций
2. Турнирная практика

6.4. Тактическая подготовка (58 часов)

1. Дебют — начальная стадия шашечной партии. За ним идет миттельшпиль (середина игры), и затем — эндшпиль. В русских шашках понятие дебюта не формализовано количеством ходов и возможен случай, что дебютный вариант переходит в глубокий миттельшпиль и в эндшпиль.

Международные шашки отличаются затяжной стадией дебюта — 10-15 ходов не редкость.

Дебюты обычно называют по характерным построениям (кол, косяк и другие) или по фамилиям аналитиков, впервые проработавших данное начало (игра Бодянского, Игра Сидлина — Семёнова и другие). По корректности дебюты делятся на корректные и ловушечные.

При розыгрыше дебюта ставятся следующие задачи: захват центра, захват инициативы, своевременное развитие без переразвития.

2. Миттельшпиль — середина игры — является наиболее сложной и трудной стадией партии в шашках. Здесь более всего необходимо умение вести борьбу на основе единого стратегического плана с использованием богатого арсенала тактических приемов.

Срединная стадия партии — самая продолжительная, и теория для практического удобства условно делит ее на первый и второй миттельшпиль. Границы двух миттельшпилей определяются не числом ходов, а количеством имеющихся в игре шашек. В первом миттельшпиле у каждой стороны должно быть не меньше 12—13 шашек, а во втором — не меньше 8—9.

3. Эндшпиль — это заключительная стадия партии. Его существенная особенность состоит в том, что перевес на одну, а подчас и на две шашки не всегда обеспечивает победу.

Нет надобности доказывать важность умелого разыгрывания заключительной стадии партии. Ведь недаром говорят «конец венчает дело». Можно от начала до самого эндшпиля целеустремленно провести партию, добиться материального или позиционного превосходства в миттельшпиле, но не суметь реализовать его в завершающей стадии борьбы. Происходит это по разным причинам. Иногда от утомления (ведь партия в ответственных соревнованиях длится, как правило, пять - шесть часов, а нередко и откладывается), но чаще всего из-за отсутствия опыта и умения использовать все скрытые ресурсы, таящиеся в позиции.

Принято считать, что в окончании с каждой стороны участвует не более 6—7 шашек, т. е. одна треть первоначальных сил (в русских шашках — по 4—5 шашек).

И, несмотря на столь ограниченные силы, эндшпиль — трудная стадия. Иногда не менее трудная, чем начало или середина. Трудности порождаются избытком неожиданных ситуаций, скрытых возможностей.

Эта особенность эндшпиля используется в шашечной композиции — в этюдах. Этюд — художественное произведение, к которому предъявляется комплекс определенных требований.

Знание этюдных идей облегчает понимание и расчет окончаний. А расчет требуется точный и далекий.

Далее приводятся характерные окончания, встречающиеся в практике. Мы последовательно рассматриваем позиции в столетках с двумя, тремя и более единицами (шашками либо дамками) с каждой стороны.

4. Тактика и стратегия игры.

1. Есть несколько тактик, с помощью которых можно быстро выиграть. Нужно постараться как можно быстрее пройти в дамки. Сделать это по возможности нужно раньше соперника. В этом случае у вас будет больше возможностей на выигрыш;

2. Следует стараться, чтобы у вас сохранялся перевес по количеству шашек;

3. Необходимо как можно быстрее передвинуть свои шашки к центру доски. В этом случае у вас будет больше выгодных ходов;

4. Нужно постараться разгадать замысел противника. Попробуйте рассчитать его возможные ходы и перебейте их. Следить нужно за всем ходом игры;

5. Просчитывайте все свои ходы заранее. Чем точнее вы все рассчитаете, тем больше шансов у вас будет на победу.

Большое значение в игре имеет не только правильная тактика, но и тщательно продуманная стратегия. Для начала нужно узнать, какие варианты стратегий имеются.

Стратегии для выигрыша

Одна из стратегий, которую можно применить в своей игре — это поддавки. Суть данной стратегии, не в том, чтобы поддаться и проиграть, а в том, чтобы жертвовать своими фигурами, чтобы расставить ловушки для соперника. Это нужно для того чтобы в дальнейшем можно было поставить выигрышные ходы и комбинации.

Еще одна стратегия — «любки». Так называется ситуация, когда одна ваша шашка окажется зажатой между двумя шашками противника, при этом имеется возможность побить одну из них при следующем ходе.

Можно также заблокировать противника. При такой стратегии вам нужно так выстроить ваши шашки, чтобы у противника не было возможности сделать ход. Для этого следует занимать как можно больше клеток ближе к шашкам соперника.

7. Оценочные материалы

Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся учреждения. Критерии оценки определяются на основании программных требований и в соответствии с этапом подготовки. Выполнение контрольного норматива определяется следующими оценками: положительное - «сдал», отрицательное – «не сдал».

Итоговый результат выполнения всех контрольных нормативов и тестов определяется в сводном протоколе «зачет» - «не зачет».

Для успешного прохождения аттестации занимающемуся необходимо набрать не менее 50% положительных оценок («сдал») и получить общий «зачет» по всем контрольным нормативам.

С целью определения уровня общей физической подготовленности учащихся за основу контрольных нормативов по ОФП принимаются следующие упражнения, отражающие уровень развития физических качеств:

Контрольные упражнения (единицы измерения)	Возраст	Мальчики	Девочки
Челночный бег 3 * 10 м (сек)	6-10	9.9-8.2	10.4-9.7
Прыжки в длину с места (см)		130-180	120-160
Бег 6 мин (м)		850-1100	650-900
Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз)		1-4	-
Подтягивание на низкой перекладине (кол-во раз)		-	4-6
Контрольные упражнения (единицы измерения)	Возраст	Мальчики	Девочки
Челночный бег 3 * 10 м (сек)	12-18 лет	9.3-8.1	9.6-9.3
Прыжки в длину с места (см)		145-190	135-160
Бег 6 мин (м)		950-1100	750-800
Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз)		1-5	-
Подтягивание на низкой перекладине (кол-во раз)		-	4-6

Методика проведения оценивания знаний по теоретической подготовке:

Контроль уровня знаний по теоретической подготовке проводится в форме устного опроса одновременно со всей группой. Обучающимся задаются вопросы, на которые они должны дать краткий однозначный ответ. При оценивании результатов раздела теоретической подготовки ставятся оценки: положительное - «сдал», отрицательное – «не сдал». Оценочное суждение «сдал» ставится, если обучающийся умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала, выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, самостоятельно делать выводы. Оценочное суждение «не сдал» ставится, если обучающийся не усвоил и не раскрыл основное содержание материала.

Примерные вопросы для проведения опроса по теоретической подготовке:

1. Для чего нужна физическая культура?

В основном это укрепление здоровья и поддержания активного образа жизни, правильного развития человека

2. Первая помощь при ушибе?

Холод.

3. Как часто проводятся Олимпийские игры?

Каждые 4 года.

4. Что такое шашки? Цель игры?

Шашки — настольная игра для двух игроков, заключающаяся в передвижении определённым образом фишек-шашек по клеткам шашечной доски. Во время партии каждому игроку принадлежат шашки одного цвета: чёрного или белого. Цель игры — лишить противника возможности хода путём взятия или запираания всех его шашек. Существует множество вариантов шашек, отличающихся правилами и размерами игрового поля.

5. Особенности игры?

- Все шашки, участвующие в партии, выставляются перед началом игры на доску. Далее они передвигаются по полям доски и могут быть сняты с неё в случае боя шашкой противника.
- Брать шашку, находящуюся под боем, обязательно.
- Существует только два вида шашек: простые и дамки. В начале партии все шашки простые. Простая шашка может превратиться в дамку, если она достигнет последнего противоположного горизонтального ряда доски (дамочного поля).
- Простые шашки ходят только вперёд на следующее поле. Дамки могут ходить и вперёд и назад

6. Размеры доски?

- 8×8 (большинство вариантов шашек).
- 10×8 (80-клеточные).
- 10×10 (международные).
- 12×12 (канадские).

7. Что такое дебют, миттельшпиль, эндшпиль?

Начало игры, игра в середине партии и завершение.

8. Методический материал

1. В. Абаулин «Начала в шашечной партии». М., «Физкультура и спорт» 1965 г.
2. Л. Витошкин «Шашечные окончания», учебно-методическое пособие 1977 г.
3. «Обратная игра Бодянского», учебно-методическое пособие по шашкам (ред. В.Р. Габриеляна)
4. Б.М. Герцензон, М.А. Бурковский «Русские шашки». Лениздат, 1956 г.
5. Б.М. Герцензон, С.С. Гершт «Волшебник русских шашек». Лениздат, 1991 г.
6. И. Козлов, Б. Миротин «Комбинации и ловушки в русских шашках». М., «Физическая культура и спорт», 1962 г.
7. В.С. Литвинович, Н.Н. Негра «Курс шашечных дебютов». Минск «Полымя», 1985 г
8. С.С. Соминский «Комбинационные идеи в русских шашках». М., «Физкультура и спорт», 1979 г.
9. З. Цирик «Четверть века за шашечной доской». Изд. Прапор Харьков, 1965 г.
10. Шашки для начинающих и не только
http://www.kombinashki.ru/istoriya_shashek.php
11. Шашки. Виды игры в шашки, история и развитие.
<http://wmsg.ru/checkers1/>
12. Федерация шашек Россия
<https://shashki.ru/variations/draughts64/>