

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЕСПУБЛИКАНСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО
РЕЗЕРВА ПО ШАХМАТАМ, ШАШКАМ, ГО ИМ.
Р.Г.НЕЖМЕТДИНОВА»**

«Утверждаю»

Директор

ГАУ «РСШОР по шахматам,
шашкам, го им. Р.Г. Нежметдинова»

«2» сентября 2019г.


Р.М.Гарифуллин

**ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ГО»**

Срок реализации программы на этапах:

- начальной подготовки – 2 года
- тренировочном (спортивной специализации) – 4 года
- совершенствования спортивного мастерства – без ограничений
- высшего спортивного мастерства – без ограничений

Казань 2019г.

Содержание

Пояснительная записка	3
Нормативная часть	5
Методическая часть	14
Система контроля и зачетные требования	45
Информационное обеспечение	50
План физкультурных и спортивных мероприятий	52

Пояснительная записка

Программа спортивной подготовки по виду спорта Го для государственных и муниципальных учреждений, осуществляющих спортивную подготовку на территории Республики Татарстан (далее – Программа) разработана в соответствии с учетом основных положений Федерального закона № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", а также с учётом методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, которые утверждены приказом Минспорта России от 24 октября 2012 г. N 325.

Краткая характеристика вида спорта.

Го (кит. вэйци, корей. бадук) — стратегическая настольная игра, возникшая в древнем Китае около 2000 года до н. э. Го является одной из наиболее распространённых настольных игр на Земле. На 2000 год в мире играло в Го около 27 миллионов человек, то есть в среднем на 222 жителя планеты приходится один игрок в Го. Она очень популярна в Азии, а благодаря развитию интернета быстро приобретает популярность во всём мире.

В го играют на прямоугольном поле, называемом *доска*, расчерченном вертикальными и горизонтальными линиями. Стандартная доска имеет разлиновку 19×19 линий, для обучения и коротких неофициальных игр могут применяться доски меньших размеров: обычно 13×13 или 9×9 линий. Также для игры необходимы *камни* — специальные фишки двух контрастных цветов, чаще всего — чёрные и белые. Полный комплект для игры должен содержать 361 камень — 180 белых и 181 чёрный. Традиционно в комплект для игры входят *чаши* — сосуды с крышками. Они служат для хранения камней, а в крышки, снятые с чаш, во время партии игроки складывают захваченные камни противника. В официальных соревнованиях используются игровые *часы*, подобные шахматным, для контроля времени.

Официальные соревнования Го проводятся в спортивных дисциплинах согласно Всероссийскому реестру видов спорта (далее – ВРВС).

Система спортивной подготовки Го должна обеспечивать комплексное решение специальных для данного вида спорта задач: развитие разносторонних навыков в тактике и стратегии игры, умению принимать правильные решения в сложной ситуации, спортсмен должен уметь поддерживать хорошее психофизическое состояние.

Структура системы многолетней подготовки включает этапы: начальной подготовки, учебно-тренировочном (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.

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

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок)

разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;

- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта шахматы осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

1. Нормативная часть

1.1. Нормативные требования к продолжительности этапов спортивной подготовки, минимальному возрасту лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальному количеству лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта Го, представлены в таблице 1.

Таблица 1

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	2	7	8
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	8	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничений	9	без ограничений
Этап высшего спортивного мастерства	без ограничений	12	без ограничений

Примечания:

1. Количество часовой нагрузки в неделю может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от этапа спортивной подготовки. Неизменным остаётся количество часовой нагрузки в год.
2. В общее количество часовой нагрузки входит время, проведенное с воспитанником (по приказу образовательного учреждения) на выездах в официальных соревнованиях и других спортивных мероприятиях, проводимых в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных спортивных

соревнований и мероприятий по подготовке к ним (УТС), утвержденным Министерством спорта Российской Федерации, календарными планами спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, календарным планом всероссийской федерации по виду спорта Го, но не более 16 часов в день.

3. Возраст зачисления в группу ГСС-1 в порядке исключения может быть занижен, на основании показанного результата в официальных соревнованиях при наличии спортивного разряда кандидат в мастера спорта и выше.
4. Отдельные лица, проходящие спортивную подготовку, но не достигшие установленного возраста для перевода в группу следующего тренировочного года, в исключительных случаях могут быть переведены раньше срока на основании решения органа самоуправления (тренерского, методического совета) при персональном разрешении врача.
5. В счет времени официальных соревнований, общее время может значительно увеличиться (специфика соревновательной деятельности Го). Здесь определено время по тарификации.
6. В группы на всех этапах спортивной подготовки зачисляют на основании показанных результатов в официальных соревнованиях и присвоенных разрядов.
7. При объединении в одну группу лиц, проходящих спортивную подготовку разных по спортивной подготовленности, разница в уровне их спортивного мастерства не должна превышать двух спортивных разрядов.

1.2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта Го представлены в таблице 2

Таблица 2

Виды спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	первый год	второй год	до двух лет	свыше двух лет		
Общая физическая подготовка (%)	15	15	15	15	15	15

Психологическая подготовка (%)	10	10	20	20	25	30
Техническая подготовка (%)	30	25	30	30	30	25
Тактическая, подготовка (%)	25	30	20	10	10	10
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика (%)	20	20	25	25	20	20

1.3. *планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта Го* представлены в таблице 3.

Таблица 3

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	первый год	второй год	до двух лет	свыше двух лет		
Контрольные	3-4	5-7	5-7	4-6	4-5	1-3
Отборочные	-	2-3	3-4	4-5	5-7	4-5
Основные	-	1	1-2	2-3	3-4	5-6
Главные	-	-	-	1	1	1