

Patvirtinta
VšĮ Vilniaus miesto sporto mokyklos “Sostinės tauras”
Direktorius
2022 m. sausio 24 d. įsakymu Nr. V-25

VŠĮ VILNIAUS MIESTO SPORTO MOKYKLOS “SOSTINĖS TAURAS” ŠACHMATŲ UGDYMO PROGRAMA

PRADINIO RENGIMO 1 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaisti partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
PR1	12 mokinių	Iki 12 metų	9	6 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				1 val., tačiau ne daugiau 2 val.
44 sav. / 264val.				

Bendras teorinis parengimas	83
Spec. praktinis parengimas	44
Techninis taktinis parengimas	60
Teorinis parengimas	15
Žaidybinis parengimas	30
Intelektinis parengimas	32
Viso:	264 val.

DARBO TURINYS:

1. Visapusiškas žaidybinių ypatybių ugdymas, prioritetą teikiant bendrosios atminties, koncentracijos ugdymui.
2. Šachmatų technikos veikslių ir taisyklių, kombinacijų mokymas ir pradinis tobulinimas.
3. Individualus taktikos pagrindų mokymas.
4. Teorinių žinių kaupimas.
5. Pedagoginės kontrolės duomenys: fizinių ypatybių išvystymo, dėmesio koncentracijos, sportinės motivacijos supratimas.
6. Prioritetiniai metodai: kartojimo, varžybinis, analizės.
7. Prioritetinės pratimų rūšys: taktikos uždaviniai, lentos geometria, figūrų ėjimai, paprastieji matai.
8. Pradinio rengimo testai.
9. Medicininė kontrolė.

Pavyzdinė programa

- Ėjimai figūromis
- Figūrų, pėstininkų kirtimai, užpuolimai, gynybos būdai Pozičių žaidimas; „Pėstininkai“; „Pėstininkai prieš žirgą“; „Pėstininkai prieš rikį“; „Pėstininkai prieš bokštą“;
- Žaidimai treniruotės pabaigoje (paimti kamuolį, jūrų mūšis, vėliavos ėmimas).

PRADINIO RENGIMO 2 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaisti partijų skaičių	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
PR2	12 mokinių	7-13 metų	18	9 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				1 val., tačiau ne daugiau 2 val.
44 sav. / 396 val.				

Bendras teorinis parengimas	106
Spec. praktinis parengimas	57
Techninis taktinis parengimas	106
Teorinis parengimas	37
Žaidybinis parengimas	45
Intelektinis parengimas	45
Viso:	396 val.

DARBO TURINYS:

1. Visapusiškas žaidybinių ypatybių ugdymas, prioritetą teikiant bendrosios atminties, koncentracijos ugdymui.
2. Šachmatų teorijos ir technikos mokymas bei tobulinimas.
3. Taktikos mokymas.
4. Teorinių žinių kaupimas ir intelekto savybių ugdymas.
5. Žaidimo įgūdžių skiepijimas.
6. Prioritetiniai metodai: kartojimo, intervalinis, varžybinis.
7. Pedagoginės kontrolės duomenys: fizinių ypatybių išvystymo, dėmesio koncentracijos, sportinės motivacijos supratimas.
8. Parengtumo lygis: uždavinių testai pagal reitingo lygius.
9. Medicininė kontrolė.

Pavyzdinė programa

- Šachmatų klasika – Pasaulio čempionų partijų analizė
- Debiuto repertuaro plėtimas.
- Tipinės Mitenšpilio pozicijos
- Endšpilio technika
- Praktinės partijos ir jų analizė
- Pažintinė turnyrinė veikla

MEISTRISKUMO UGDYMO 1 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaisti partijų skaičių	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MU1	10 mokinių	8-14 metų	27	12 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 528 val.				

Bendras teorinis parengimas	128
Spec. praktinis parengimas	81
Techninis taktinis parengimas	128
Teorinis parengimas	83
Žaidybinis parengimas	54
Intelektinis parengimas	54
Viso:	528 val.

DARBO TURINYS:

1. Visapusiškas žaidybinių ypatybių ugdymas, prioritetą teikiant bendrosios atminties, koncentracijos ugdymui.
2. Šachmatų teorijos ir technikos mokymas bei tobulinimas.
3. Taktikos mokymas.
4. Teorinių žinių kaupimas ir intelekto savybių ugdymas.
5. Žaidimo įgūdžių skiepijimas.
6. Prioritetiniai metodai: kartojimo, intervalinis, varžybinis.
7. Pedagoginės kontrolės duomenys: fizinių ypatybių išvystymo, dėmesio koncentracijos, sportinės motivacijos supratimas.
8. Parengtumo lygis: uždavinių testai pagal reitingo lygius.
9. Medicininė kontrolė.

Pavyzdinė programa

- Šachmatų klasika – Pasaulio čempionų partijų analizė
- Debiuto repertuaro plėtimas.
- Tipinės Mitenspilio pozicijos
- Endšpilio technika
- Praktinės partijos ir jų analizė
- Dalyvavimas turnyruose

MEISTRISKUMO UGDYMO 2 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaisti partijų skaičių	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MU2	9 mokiniai	9-15 metų	36	12 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 528 val.				

Bendras teorinis parengimas	128
Spec. praktinis parengimas	81
Techninis taktinis parengimas	128
Teorinis parengimas	83
Žaidybinis parengimas	54
Intelektinis parengimas	54
Viso:	528 val.

DARBO TURINYS:

1. Visapusiškas žaidybinių ypatybių ugdymas, prioritetą teikiant bendrosios atminties, koncentracijos ugdymui.
2. Šachmatų teorijos ir technikos mokymas bei tobulinimas.
3. Taktikos mokymas.
4. Teorinių žinių kaupimas ir intelekto savybių ugdymas.
5. Žaidimo įgūdžių skiepijimas.
6. Prioritetiniai metodai: kartojimo, intervalinis, varžybinis.
7. Pedagoginės kontrolės duomenys: fizinių ypatybių išvystymo, dėmesio koncentracijos, sportinės motivacijos supratimas.
8. Parengtumo lygis: uždavinių testai pagal reitingo lygius.
9. Medicininė kontrolė.

Pavyzdinė programa

- Šachmatų klasika – Pasaulio čempionų partijų analizė
- Debiuto repertuaras konkretizavimas atviruose, uždaruose, uždaruose schemose.
- Tipinės Mitenšpilio pozicijos
- Endšpilio technika
- Praktinės partijos ir jų analizė
- Dalyvavimas turnyruose. Reitingo siekimas

MEISTRISKUMO UGDYMO 3 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MU3	8 mokiniai	10-16 metų	45	14 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 616val.				

Bendras teorinis parengimas	120
Spec. praktinis parengimas	62
Techninis taktinis parengimas	248
Teorinis parengimas	29
Žaidybinis parengimas	95
Intelektinis parengimas	62
Viso:	616 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis rengimas.
2. Šachmatinių ypatybių, reikalingų žaidimui, ugdymas.
3. Technikos veiksmų intensyvus tobulinimas.
4. Taktinių technikos veiksmų įgūdžių taikymo žaidžiant ugdymas, žaidimo kombinacijų mokymas ir tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelekto savybių ugdymas.
6. Žaidimo įgūdžių skiepijimas, komandinės taktikos pagrindų mokymas, tobulinimas.
7. Prioritetiniai metodai: kartojimo, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis, varžybinis.
8. Pedagoginės kontrolės duomenys: šachmatinių ypatybių išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidybinės veiklos, žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės.
9. Parengtumo lygis: Elo koef.
10. Medicininė kontrolė.

MESTRIŠKUMO UGDYMO 4 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MU4	7 mokiniai	11-17 metų	63	16 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 704 val.				

Bendras teorinis parengimas	70
Spec. praktinis parengimas	70
Techninis taktinis parengimas	321
Teorinis parengimas	36
Žaidybinis parengimas	137
Intelektinis parengimas	70
Viso:	704 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Visų pagrindinių technikos veiksmų, jų junginių intensyvus tobulinimas.
3. Taktinių žaidimo kombinacijų tobulinimas.
4. Teorinių žinių kaupimas ir intelekto savybių ugdymas žaidimo komandinių įgūdžių skiepijimas.
5. Šachmatų ypatybių, reikalingų žaidimui, ugdymas.
6. Prioritetiniai metodai: kartojimo, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis, varžybų.
7. Pedagoginės kontrolės duomenys: šachmatinių ypatybių išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidybinės veiklos, žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės
8. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
9. Medicininė kontrolė.

MEISTRISKUMO UGDYMO 5 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MU5	6 mokiniai	12-18 metų	81	18 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 792 val.				

Bendras teorinis parengimas	80
Spec. praktinis parengimas	114
Techninis taktinis parengimas	363
Teorinis parengimas	40
Žaidybinis parengimas	155
Intelektinis parengimas	40
Viso:	792 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam-taktiniam rengimui, kokybiniam žaidimo gerinimui.
4. Tikslingų endšpilio įgūdžių, veiksmų tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: kartojimo, individualus, intervalinis, pakaitinis, varžybų.
8. Pedagoginės kontrolės duomenys: šachmatinių ypatybių išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidybinės veiklos, žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės
9. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
10. Medicininė kontrolė.

MEISTRIŠKUMO TOBULINIMO 1 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MT1	5 mokiniai	13 m. ir vyr.	90	20 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 880 val.				

Bendras teorinis parengimas	94
Spec. praktinis parengimas	130
Techninis taktinis parengimas	297
Teorinis parengimas	55
Žaidybinis parengimas	230
Intelektinis parengimas	74
Viso:	880 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam-taktiniam rengimui.
4. Tikslingo tarpusavio bendradarbiavimo įgūdžių, komandinių veiksmų įgūdžių tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: individualus, intervalinis, pakaitinis, varžybų.
8. Pedagoginės kontrolės duomenys: šachmatinių ypatybių išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidybinės veiklos, žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės.
9. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
10. Medicininė kontrolė.

MEISTRISKUMO TOBULINIMO 2 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MT1	5 mokiniai	14 m. ir vyr.	90	22 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 968 val.				

Bendras teorinis parengimas	109
Spec. praktinis parengimas	152
Techninis taktinis parengimas	317
Teorinis parengimas	58
Žaidybinis parengimas	254
Intelektinis parengimas	78
Viso:	968 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam-taktiniam rengimui.
4. Tikslingo teorijos pritaikymo įgūdžių tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: individualus, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis, varžybų
8. Pedagoginės kontrolės duomenų kompleksinių gebėjimų išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės.
9. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
10. Medicininė kontrolė.

MEISTRISKUMO TOBULINIMO 3 METŲ SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
MT2	4 mokiniai	15m. ir vyr.	108	24 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 1056val.				

Bendras teorinis parengimas	99
Spec. praktinis parengimas	167
Techninis taktinis parengimas	320
Teorinis parengimas	66
Žaidybinis parengimas	318
Intelektinis parengimas	86
Viso:	1056 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam- taktiniam rengimui.
4. Tikslingo teorijos pritaikymo įgūdžių tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: individualus, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis, varžybų
8. Pedagoginės kontrolės duomenų kompleksinių gebėjimų išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės.
9. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
10. Medicininė kontrolė.

AUKŠTO MEISTRISKUMO SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
AM	2 mokiniai	17 metų ir daugiau	117	26 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				2 val., tačiau ne daugiau 3 val.
44 sav. / 1144val.				

Bendras teorinis parengimas	115
Spec. praktinis parengimas	115
Techninis taktinis parengimas	510
Teorinis parengimas	58
Žaidybinis parengimas	288
Intelektinis parengimas	58
Viso:	1144 val.

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam-taktiniam rengimui.
4. Tikslingo teorijos pritaikymo įgūdžių tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: individualus, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis, varžybų
8. Pedagoginės kontrolės duomenų kompleksinių gebėjimų išvystymo, techninio ir taktinio parengtumo, žaidybinės veiklos (varžybų metu), žaidėjo savijautos, elgsenos per treniruotes ir rungtynes, savikontrolės.
9. Parengtumo lygis: Elo koef., kiti normatyvai.
10. Medicininė kontrolė

NEĮGALIŲJŲ (SPORTININKŲ SU NEGALIA) SPORTINIO UGDYMO SPORTININKŲ RENGIMAS

Ugdymo programos etapai	Ugdytinių skaičius grupėje	Ugdytinių amžius	Sužaistų partijų skaičius	Kontaktinių valandų skaičius per savaitę
PR	6-8 mokiniai	Be apribojimų		6 val.
Pasirengimui pratyboms skaičius konkrečioje ugdymo grupėje ar ugdytiniams ugdyti individualiai skiriama				1 val., tačiau ne daugiau 2 val.
44 sav. / 264 val.				

DARBO TURINYS:

1. Funkcinis ir emocinis rengimas.
2. Individualių savybių ugdymas ir puoselėjimas.
3. Techninis-taktinis rengimas prioritetą teikiant specialiam techniniam-taktiniam rengimui.
4. Tikslingo teorijos pritaikymo įgūdžių tobulinimas.
5. Teorinių žinių kaupimas ir intelektinių ypatybių ugdymas.
6. Varžybinio patyrimo įgijimas.
7. Prioritetiniai metodai: individualus, pratimų kompleksų, intervalinis, pakaitinis.
8. Medicininė kontrolė.