

Рекомендовано
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
РГУФКСМиТ
Протокол №10 от «18» мая 2017 г.

Автор-составитель:

Габбазова А.Я. – к. псих. н., доцент, профессор кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта РГУФКСМиТ.

Рецензент:

Моисеев А.Б. – к. п. н., доцент.

Курс лекций **«Спортивное совершенствование шахматистов»** составлен в соответствии с рабочей программой дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (шахматы)» для студентов, обучающихся по направлению подготовки **49.03.01 «Физическая культура»**, профилю **«Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**

Содержание:

Введение	4
Лекция 1. Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной тренировки шахматистов	5
1.1 Цели и задачи спортивной тренировки.....	5
1.2 Средства спортивной тренировки шахматистов.....	6
1.3 Методы спортивной тренировки.....	6
1.4 Основные принципы спортивной тренировки.....	7
Лекция 2. Система спортивной подготовки шахматистов	9
2.1 Научные основы системы спортивной подготовки шахматистов.....	9
2.2 Компоненты спортивной подготовки шахматистов.....	14
2.3 Структура специальной подготовки шахматистов.....	18
Лекция 3. Подготовка шахматиста к соревнованиям	19
3.1 Программа учебно-тренировочных сборов.....	19
3.2 Соотношение компонентов подготовки по результатам опроса тренеров и спортсменов.....	22
3.3 Анализ анкеты специальной подготовленности шахматиста.....	24
Лекция 4. Факторы, определяющие спортивный успех шахматиста	29
4.1 Первые исследования интеллектуальной деятельности шахматистов.....	30
4.2 Факторы, определяющие спортивные перспективы шахматиста.....	37
4.3 Современные исследования интеллектуальной деятельности шахматистов.....	39
Список рекомендуемой литературы	49
Приложение	51
Экспресс-дневник шахматиста.....	51