

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:

<b>Введение.....</b>	<b>4</b>
<b>Лекция 1. Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной тренировки шахматистов.....</b>	<b>5</b>
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
<b>Лекция 2. Система спортивной подготовки шахматистов.....</b>	<b>9</b>
2.1 Научные основы системы спортивной подготовки шахматистов.....	9
2.2 Компоненты спортивной подготовки шахматистов .....	14
2.3 Структура специальной подготовки шахматистов .....	18
<b>Лекция 3. Подготовка шахматиста к соревнованиям .....</b>	<b>19</b>
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
<b>Лекция 4. Факторы, определяющие спортивный успех шахматиста .....</b>	<b>29</b>
4.1 Первые исследования интеллектуальной деятельности шахматистов .....	30
4.2 Факторы, определяющие спортивные перспективы шахматиста .....	37
4.3 Современные исследования интеллектуальной деятельности шахматистов .....	39
<b>Список рекомендуемой литературы .....</b>	<b>49</b>
<b>Приложение.....</b>	<b>51</b>
Экспресс-дневник шахматиста .....	51