Индивидуальный план спортивной подготовки тренера

На 02, 04, 06, 07, 08, 11 мая 2020.

Вид спорта Шахматы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование мероприятий, сроки проведения. | Дата | Группы спортивной подготовки | Планируемый результат |
| 1 | Изучить видеоуроки: «Выключение фигуры из игры», «Как использовать открытые и полуоткрытые линии». Решение задач: мат в 2 хода из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 02.05.2020 | НП - 1  НП - 2 | Изучение  Закрепление |
| 2 | Изучить видеоуроки: «Атака на короля при разносторонних рокировках», «Как атаковать нерокировавшего короля». Решение задач: мат в 2 хода НП – 2 (мат в один ход НП – 4) из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 04.05.2020 | НП - 2  НП - 4 | Изучение  Закрепление |
| 3 | Изучить видеоуроки: «Жертва качества за атаку», «Как использовать перевес в развитии ». Решение задач: мат в 2 хода из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 06.05.2020 | НП - 1  НП - 3 | Изучение  Закрепление |
| 4 | Изучить видеоуроки: «Для чего нужен сильный пешечный центр в шахматах», «Как использовать перевес в развитии». Решение задач: мат в 2 хода НП – 2 (мат в один ход НП – 4) из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 07.05.2020 | НП - 2  НП - 4 | Изучение  Закрепление |
| 5 | Изучить видеоуроки: «Приёмы борьбы за открытую линию», «Пешечный штурм позиции короля». Решение задач: мат в 2 хода из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 08.05.2020 | НП - 1  НП - 3 | Изучение  Закрепление |
| 6 | Изучить видеоуроки: «Вторжение на 7 (2-ю) горизонталь», «Как использовать открытые и полуоткрытые линии». Решение задач: мат в 2 хода НП – 3 (мат в один ход НП – 4) из задачника «Сборник шахматных комбинаций» С.Д.Иващенко. Игра на сайтах chess.com или lichess.org (минимум 2 партии). | 11.05.2020 | НП - 3  НП - 4 | Изучение  Закрепление |

Тренер: Ржанов Р.Е \_\_\_\_\_\_\_