

ПЛАН

тренировки ГУУС-2 по шахматам 19 марта 2020 года.

Тренер-А.Н.Поникаровский, староста-Влад Соколов.

1 урок 16.00 - 16.40. Раздел ПЛАНА учебного процесса - СФП.

Общеразвивающие упражнения: отжимания; приседания; сочетание движений различными частями тела; упражнения на пресс; упражнения на формирование правильной осанки.

Специальные упражнения: дыхательная гимнастика, возвратно-поступательные маховые движения руками, упражнения на развитие вестибулярного аппарата.

16.40-16.45 - перемена.

2 урок 16.45 - 17.25. Раздел ПЛАНА учебного процесса

"Самостоятельная работа".

Тема урока: "Разбор партии А.Рахманов-М.Карлсен Москва 2020

Чемпионат Мира по быстрым шахматам".

Учебный материал: видео партии ВК "Клуб Гроссмейстер", распечатка партии на сайте Федерации Шахмат России.

В процессе работы обучающиеся должны ответить на вопросы:

- характер борьбы за дебютный перевес;
- особенности методов борьбы в миттельшпиле по захвату инициативы белыми;
- действия чёрных по получению контригры в середине партии;
- техническая позиция с лишней пешкой у белых в ладейном эндшпиле и шансы чёрных на ничью;
- имел ли абсолютный Чемпион Мира М.Карлсен шансы на победу;
- закономерен ли мирный исход.

Домашнее задание: решение задач по "Тестам по тактике" В.Конотопа для первого разрядов; игра в быстрые шахматы и/или блиц на официальных шахматных сайтах.