

МБОУ «СОШ №97» г. Кемерово
Подразделение дополнительного образования детей

**«Развитие интеллектуальных и физических
способностей детей на занятиях по двоеборью
(шахпонг)»**

Статья

Осокина Ольга Михайловна,
педагог дополнительного образования
Подразделения дополнительного
образования детей
МБОУ «СОШ №97»
г. Кемерово
olga-osokina53@mail.ru

г. Кемерово, 2021

Содержание

Введение. Шахпонг как интеллектуально-спортивное двоеборье

1. Шахпонг как средство развития интеллектуальных способностей ребенка
2. Шахпонг как средство развития физических способностей ребенка
3. Основные положения программы по двоеборью

Заключение

Литература

Введение. Шахпонг как интеллектуально-спортивное двоеборье

Шахпонг – это новое интеллектуально-спортивное двоеборье, в котором достигнуто гармоничное сочетание таких противоположных видов спорта, как мудрые шахматы в режиме 5-минутного блица и динамичный настольный теннис.

Кому и зачем понадобилось соединять настольный теннис и гениальную игру в шахматы?

В современном спорте появилась группа видов спорта интеллектуального направления, среди которых большой популярностью во всём мире стали пользоваться шахматы. И после второй мировой войны изобретательные англичане на Лондонской олимпиаде 1948 года предложили новый вид спорта: интеллектуально-спортивное двоеборье - шахпонг. Предлагалось соединить такие противоположные виды, как блиц-шахматы и подвижный пинг-понг. Однако из-за несоизмеримости системы подведения итогов шахмат и настольного тенниса, объединение у англичан не получилось. Шахпонг сразу стал рудиментом и на долгие годы превратился в неразрешимую проблему современного спорта.

В 1992 г. идея шахпонга дошла до России. Омскому новатору спорта Б.К. Пономаренко удалось инициировать большой сибирский турнир – мемориал в память заместителя главы администрации Омской области по экономике В.В.Малыхина, который при жизни был большим поклонником шахмат и настольного тенниса. Через три года творческих поисков Б.К. Пономаренко смог впервые совместить динамику настольного тенниса и интеллектуальную игру в шахматы в единое двоеборье.

В 1996 году на IV Омском мемориале имени В.В.Малыхина состоялась генеральная премьера гармоничного интеллектуально-спортивного двоеборья, которое успешно разрешило полувековую проблему спорта, получив звучное название – *сибирский шахпонг* [8].

Россия в развитии шахмат отстаёт от передовых стран. Это связано с тем, что у подрастающего поколения россиян шахматы не пользуются популярностью. Мешает пресловутая гиподинамия шахмат.

Восполнить естественную потребность юного организма в движении призван сибирский шахпонг. Высокий динамизм и притягательность настольного тенниса станет мощным стимулом скорейшего овладения секретами шахматной игры.

Разумное применение подвижного настольного тенниса на занятиях шахматами можно считать передовой технологией спорта, а сибирский шахпонг как гармоничное интеллектуально-спортивное двоеборье может стать символом возрождения детского и молодежного спорта России.

1. Шахпонг как средство развития интеллектуальных способностей детей

Соревнование в шахматной игре – один из видов борьбы в шахпонге. В XXI компьютерном веке роль шахмат в формировании высокоинтеллектуальной личности по–прежнему остаётся значительной.

«Так же, как огранка алмаза превращает его в бриллиант, занятия шахматами позволяют раскрыть умственные способности» - говорил Б. Франклин. Этой увлекательной игрой с древнейшей историей увлекаются миллионы человек во всех уголках земли. В наши дни шахматы стали не только спортом, но и верным методом в воспитании детей. Почти все великие гроссмейстеры начинали играть в шахматы в очень юном возрасте - в 4-6 лет. Ранний старт благотворно влияет на подготовку к школе и способствует гармоничному развитию ребенка. Практический анализ ученых доказал, что из числа людей, умеющих играть в шахматы, как правило, вырастают многие выдающиеся специалисты, ученые и руководители большого государственного масштаба. Выводы, сделанные учеными и педагогами в разные времена и в разных странах, едины и свидетельствуют о том, что обучение игре в шахматы является одной из новых весьма перспективных форм всестороннего развития и воспитания детей [6].

Шахматы – это:

- ✓ Развитие логики и пространственного воображения
- ✓ Развитие внимания и усидчивости, памяти
- ✓ Формирование характера и воли, целеустремленности
- ✓ Приучение к самостоятельности и ответственности
- ✓ Эмоциональный интеллект
- ✓ Интуиция
- ✓ Умение мыслить системно и нестандартно
- ✓ Развитие творческих способностей и возможностей, способности к обучению [7].

2. Шахпонг как средство развития физических способностей детей

Так как шахпонг является двоеборьем, в нем есть и другой вид борьбы – соревнования по настольному теннису.

Настольный теннис - массовый, увлекательный и зрелищный вид спорта, завоевавший авторитет, как в России, так и на всех континентах мира. Сама игра из развлечения превратилась в сложный атлетический вид спорта с разнообразной техникой, богатый тактическими вариантами и требующий высокой общефизической, специальной и психологической подготовки [1].

На современном этапе развития и формирования личности человека большое значение придается интеллектуальному и физическому развитию личности человека. И по мере развития общества неуклонно возрастает значение физической культуры и спорта в повседневный быт российского народа и составляет одну из важных государственных задач. В решение этой задачи может сыграть настольный теннис – вид спорта с более чем 100-летней историей, который доступен лицам различных возрастов и является хорошим средством физического воспитания, укрепления здоровья, активного отдыха, сохранения творческого долголетия.

Большая популярность настольного тенниса объясняется его зрелищностью, высоким эмоциональным накалом спортивной борьбы и разносторонним позитивным воздействием на двигательные, психические и волевые качества человека. Основное достоинство настольного тенниса – это разнообразие движений, способствующих развитию координации и реакции скорости мышления у игрока. Занятия настольным теннисом помогают формировать у ребёнка такие качества как: настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, находчивость, быстроту реакции мышления, изобретательность, тонкий расчёт, глазомер, внимание, выдержку, волю к победе. Настольный теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области

оздоровления и развития организма [4].

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств - выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания в обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом [3].

3. Основные положения программы по двоеборью

Программа по шахпонгу, реализуемая в Подразделении дополнительного образования детей МБОУ «СОШ №97» г. Кемерово, имеет физкультурно-спортивную направленность (профиль).

Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья.

Особое внимание уделяется воспитанию и развитию основных физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости, ловкости. Физическая подготовка учащегося осуществляется в тесной связи с овладением техники выполнения каждого упражнения. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости бросков и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом [2].

В настоящее время, когда весь мир вступил в эпоху компьютеров и информационных технологий, особенно большое значение приобретает способность быстро и разумно разбираться в огромном объеме информации, умение анализировать её и делать логические выводы. Очень большую роль в формировании логического и системного мышления играют шахматы. Занятия шахматами способствуют повышению уровня интеллектуального

развития детей, умения концентрировать внимание на решение задач в условиях ограниченного времени, анализировать возникающие ситуации и делать выводы [6].

Шахматы как специфический вид человеческой деятельности получают всё большее признание в России и во всём мире. Шахматы - наглядная соревновательная форма двух личностей. Шахматы нам нужны как способ самовыражения творческой активности человека. Планировать успех можно только при постоянном совершенствовании шахматиста. При этом творческий подход тренера является необходимым условием преподавания шахмат. Успех в работе во многом зависит от личности преподавателя, от его опыта и умения вести занятия с различными по возрасту юными шахматистами, от индивидуального подхода к каждому ученику. Педагог живет своим делом и учеников приглашает работать и думать наравне с ним. В работе чрезвычайно ценно выглядят интуиция тренера, его оптимизм, увлеченность, уверенность, работоспособность [5].

Актуальность программы продиктована требованиями времени. Так как формирование развитой личности – сложная задача, сочетание тенниса и шахмат позволяет одновременно развивать физические и интеллектуальные способности ребёнка.

Педагогическая целесообразность

Программа по шахпонгу является интегрированной программой, которая объединяет в целое две отдельные образовательные области: настольный теннис и шахматы. В результате такого слияния образуется новое направление- шахпонг. В термин интеграция в данном случае вкладывается понятие взаимосвязи, взаимообусловленности и взаимопроникновения двух видов спорта, что предполагает качественное, а возможно, и количественное изменение в подходе к изучению программы.

Отличительной особенностью программы является то, что основная часть обучения отдана настольному теннису, шахматы занимают $\frac{1}{3}$ часть учебного времени.

Программа рассчитана на возраст 6-16 лет. 1 год обучения – 6-10 лет, 2 год обучения – 7-16 лет.

Занятия проводятся 4 раза в неделю: 1 год обучения - продолжительность занятия 1 ч. (всего 144 часа). 2 год обучения - продолжительность занятия 1 ч. (всего 144 часа).

Формы обучения и виды занятий: тренировки в спортивном зале по теннису и уроки обучения шахматам; личные турниры, парные турниры, соревнования.

Срок освоения программы – 2 года;

Цель программы: приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие и совершенствование у занимающихся основных физических и интеллектуальных качеств, укрепление здоровья и развитие интеллекта через занятия шахпонгом.

Задачи:

образовательные - обучить правильной игре в шахматы и настольный теннис;

воспитательные - выработать у обучающихся настойчивость, выдержку, волю, уверенность в своих силах, самодисциплину, трудолюбие;

развивающие - развить логическое мышление и память, наблюдательность, внимание, ловкость, быстроту реакции, выносливость.

Новизна программы состоит в том, что шахпонг является двоеборьем, включающим в себя настольный теннис и шахматы. Партия в настольный теннис в данном случае играется до 20 очков (а не до 11), подач подается 5 (а не 2). Одно очко в настольном теннисе равняется 15 секундам шахматной партии. Шахматная партия – блиц – длится всего 5 минут [9].

По данной программе зачисляются дети, имеющие начальную подготовку по настольному теннису, или успешно прошедшие вступительные отборочные туры.

Основные направления этапа совершенствования мастерства:

1. Воспитывать интерес к занятиям по настольному теннису и шахматам;

2. Научить тактике и стратегии побед в настольном теннисе и в шахматах;
3. Формировать постоянный интерес к занятиям спортом.

Основные принципы программы:

- Принцип доступности – поэтапное развитие детей от простого к сложному как в теннисе, так и в шахматах;
- Принцип интеграции – данные виды спорта вбирают в себя широкий спектр движений и достижений из других видов спорта и искусств;
- Принцип индивидуализации – нагрузка для каждого ребенка должна быть посильной и соответствовать физическим и интеллектуальным возможностям каждого.

Психологическое обеспечение программы:

- создание доброжелательной атмосферы на занятиях – более «продвинутые» учащиеся помогают более слабым;
- развитие творчества детей в физической и интеллектуальной сфере;
- применение различных форм обучения: групповых, парных, массовых, индивидуальных, «ребенок – родитель» в паре и т.п.
- формирование психологической компетентности у детей при общении на занятиях.

Воспитательная работа. Воспитание детей происходит постоянно: во время учебного процесса, во время турниров, соревнований любого уровня, во время неформального общения (дни рождения, праздники).

Педагог формирует у детей любовь к Родине, высокие нравственные качества, воспитывает волю, развивает эстетические чувства, учит трудолюбие.

Воспитательные средства:

- коллектив, дружелюбный к ребенку;
- педагог, обладающий высоким мастерством;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, взаимоуважения;
- моральное стимулирование.

Воспитательные мероприятия:

- турниры к основным государственным праздникам (День защитников Отечества, День Победы, День учителя, День матери);

- соревнования в дни школьных каникул;

- плавание в бассейне в дни каникул.

Воспитательная работа на выездных соревнованиях состоит в психологической подготовке и поддержке, что помогает детям быть морально готовыми проявить волевые качества и победить противника.

Судейская практика - необходимая для учащихся часть подготовки, в ходе которой они учатся судить спортивное состязание, правильно, честно и непредвзято вести счет, заполнять турнирные таблицы.

Заключение

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что шахпонг – уникальное сочетание тенниса и шахмат - позволяет одновременно развивать физические и интеллектуальные способности ребёнка.

Шахматы – универсальная дисциплина игрового характера, способствующая формированию познавательных универсальных учебных действий, которые будут составлять основу успешного обучения на прочих учебных предметах. Многогранность межпредметных связей (с математикой, историей, географией и т.п.) не создает шахматам исключительного положения в системе учебных дисциплин, а, напротив, является их органичным дополнением, поддерживает диапазон интересов и последовательно расширяет рамки познавательной активности.

Что касается настольного тенниса, приобретенные на базе освоения программы по настольному теннису, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, а также программы по шахпонгу универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. С другой стороны, интеллектуальное развитие детей – основа современного образования. Шахпонг сочетает в себе подвижность и интеллектуальные занятия и обладает большими возможностями в развитии детей.

Источники

1. Амелин А.Н. Настольный теннис / А.Н. Амелин, В.А. Пашинин. - 3-е изд. - Москва, 2012. – 235 с. – Текст : непосредственный.
2. Барчуков И. Основы физической культуры. Теория и методика. Курс лекций / И. Барчуков, Г. Барчукова, Ю. Назаров. – Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2016. – 295 с. – Текст : непосредственный.
3. Барчукова Г.В. Физическая культура: настольный теннис / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. – Москва, 2015. - 312 с. – Текст : непосредственный.
4. Большая польза от маленького тенниса. - Текст : электронный // MEGAPOISK.COM [сайт]. - URL: <https://megapoisk.com/nastolnyj-tennis-polza> (дата обращения: 05.04.2021).
5. Волчок, Александр Сергеевич. Методы шахматной борьбы / Александр Сергеевич Волчок . – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 111 с. – (Библиотечка шахматиста). – Текст : непосредственный.
6. Костьев, Александр Николаевич. Учителю о шахматах : пособие для учителя / Александр Николаевич Костьев . – Москва : Просвещение, 1986 . – 110 с. – Текст : непосредственный.
7. Крогиус, Николай Владимирович. Психология шахматного творчества / Николай Владимирович Крогиус . – Москва : Физкультура и спорт, 1981 . – 183 с. – Текст : непосредственный.
8. Правила Сибирского Шахпонга. – Текст : электронный // Федерация настольного тенниса Кемеровской области [сайт]. URL: http://fntko.ru/d/960120/d/sibirskiy_shakhpong.pdf (дата обращения: 05.04.2021).
9. Сибирский шахпонг – интеллектуально-спортивное двоеборье. – Текст : электронный // Академия новостей [сайт]. - URL: <https://academ.info/news/2555> (дата обращения: 05.04.2021).