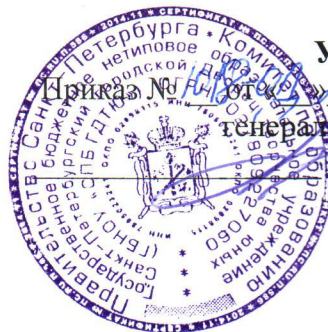


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

**ПРИНЯТО**

Протокол Малого педагогического совета  
Специализированной детско-юношеской  
спортивной школы олимпийского резерва № 1  
№ 4 от «20» апреля 2017 г.

Явгель Н. Е. *Н. Е. Явгель*  
/руководитель структурного подразделения/



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ № 1505 от 20 апреля 2017 г.  
генеральный директор  
М. Р. Кагунова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«ФЕХТОВАНИЕ. НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ»**

Возраст учащихся 7-8 лет  
Срок реализации программы 1 год

**Разработчики:** Савинова  
Татьяна Алексеевна, старший  
тренер-преподаватель,  
Шелохнева Валентина  
Алексеевна, инструктор-  
методист

**ОДОБРЕНО**

Протокол Методического совета  
№ 7 от «18» апреля 2017 г.

## Пояснительная записка.

Программа «Фехтование. Начальное обучение» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой **физкультурно-спортивной направленности** для детей 7-8 летнего возраста. Уровень освоения - **общекультурный**.

Фехтование - это вид спорта, искусство, военная наука, средство воспитания. Как вид спорта, он выделяется среди прочих своей эстетикой, романтизмом и богатством истории, уходящей в далекие тысячелетия. Фехтование - это умение наносить уколы посредством атак и защит в определенные моменты боя, используя свой интеллект. Фехтовальный поединок очень похож на сражение: в нем присутствует маневрирование, разведка и маскировка, наступление и оборона.

Сегодня фехтование имеет несколько направлений: спортивное, сценическое, историческое и боевое. Сценическое фехтование является обязательной учебной дисциплиной в театральных вузах, ведь артистам часто приходится разыгрывать единоборства с использованием холодного оружия в кино и театральных постановках. Историческое направление – бои на мечах – начало развиваться сравнительно недавно. Проведение соревнований по данному виду фехтования держится исключительно на энтузиазме участников нескольких исторических и общественных движений, поскольку является травмоопасным видом спорта. В боевом фехтовании используется холодное оружие – палка и нож, и интересует оно, как правило, уже взрослых людей, владеющих различными видами боевых искусств.

В современном спортивном фехтовании существует 3 вида оружия - рапира, шпага и сабля. Различия между ними заключаются в правилах судейства и размерах поражаемой поверхности. Современный фехтовальный бой проводится с применением электрооборудования для фиксации уколов.

Спортивным направлением – скоростно-силовым видом спорта – могут заниматься дети, начиная с 7–8 лет. Но не ранее, поскольку для занятий фехтованием необходимы хорошая реакция и тактическое мышление, которые развиваются у малышей постепенно. Обладая этими качествами, любой ребенок старше 7–8 лет может начинать тренировки.

Фехтование уникально тем, что оно не только тренирует все группы мышц, оказывает благотворное, тонизирующее действие на организм, но также развивает интеллект, координацию, выносливость, ловкость и быстроту. Это динамичный и эмоционально насыщенный вид спорта, благодаря которому у спортсмена вырабатывается смелость, и повышается самооценка.

Маленькие спортсмены, регулярно занимающиеся фехтованием, становятся гораздо увереннее в себе. И это вполне закономерно, ведь фехтование – бесконтактное единоборство. Для того чтобы выиграть, спортсмен должен подготовиться не только физически, отлично овладеть техникой, но и психологически настроиться на победу и научиться быстро принимать решения в скоротечном бою. При этом фехтовальщик вполне может допускать промахи без серьезных последствий в отличие от других видов единоборств, где за малейшую ошибку можно получить травму. Это и придает ребенку бодрости и силу духа.

В фехтовальном поединке вырабатываются такие качества, как умение контролировать эмоции, быстро и беспристрастно принимать решения и незамедлительно действовать, умение точно рассчитать оптимальную глубину дистанции при атаке и защите: слишком близкое приближение к противнику затрудняет оборону, а чрезмерное расстояние – лишает возможности нанести быстрый удар. Для спортсмена очень важно уметь трезво оценивать ситуацию и не бояться идти на риск. Опытный фехтовальщик прогнозирует развитие ситуации в поединке на несколько ходов вперед, и это умение, несомненно, поможет ему и в повседневной жизни. Именно поэтому фехтование во все времена пользовалось такой популярностью.

**Актуальность** программы состоит в том, что она отвечает потребностям современных детей и их родителей, ориентирована на решение актуальных проблем ребенка, соответствует социальному заказу родителей в части ранней физкультурно-спортивной подготовки ребенка. Существующая программа по фехтованию предусматривает набор детей 9 лет. Однако на практике в

СДЮСШОР организуются детские группы предварительной начальной подготовки по фехтованию с 7-8 летнего возраста. Необходимость такой ранней специализации диктуется тем, что за последние 10 лет произошел резкий скачок в сторону омоложения фехтования в мире. Появились турниры среди детей 9-10 лет и младше. Таким образом ранняя специализация влияет на последующий результат спортсменов в стране и в мире. Данная программа для детей 7-8 лет разрабатывалась с учетом возрастных особенностей.

## Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Вводное занятие. Беседы по технике безопасности.</b>	2	2		Педагогическое наблюдение
2.	<b>Строевые упражнения</b>	8		8	Выполнение контрольных групповых заданий
3.	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	24		24	Выполнение заданий на сформированность двигательных навыков и умений
4.	<b>Прикладные упражнения</b>	24		24	Выполнение тестовых заданий
5.	<b>Специальная подготовка</b>				
	Основные положения и движения	5	1	4	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Передвижения	11	1	10	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Специализированные движения оружием	8	2	6	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Позиции и соединения	12	2	10	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Простые атаки	9	1	8	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Защиты	12	2	10	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
	Сложные атаки	6	2	4	Педагогическое наблюдение с фиксацией конкретных навыков и умений
6.	<b>Игры, эстафеты</b>	17	1	16	Взаимооценка, анализ соблюдения правил и определение победителей
7.	<b>Контрольные и итоговые занятия</b>	6	2	4	Выполнение контрольных заданий по многоборью
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	