

Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

**«Историческое фехтование»**

(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 7 – 15 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
Гусев Владимир Владимирович  
педагог дополнительного образования

г. Долгопрудный, 2017 г.

**Пояснительная записка**

Термин «историческое фехтование» появился у нас в стране в начале 1990-х. Так называется вид спорта, в котором, в отличие от классического фехтования, поединки ведутся на тяжелых видах оружия, аналогичных средневековым мечам и пр. Тип оружия и экипировки бойцов, а также запрет на уколы (правилами допускаются только рубящие удары) сказываются на технике боя и предъявляют серьезные требования к физической подготовке спортсменов. Поражаемой поверхностью считается все тело соперника, за исключением паха, стоп, кистей, основания черепа, и шеи. Победитель определяется по числу нанесенных ударов.

Обязательное условие – соответствие оружия и костюмов участников избранной исторической эпохе (используемые в поединках современные защитные средства обязательно должны быть прикрыты костюмом, а сам он – выполнен из аутентичных материалов), а в программе соревнований, помимо единоборств, есть также номинация «Реконструкция исторических доспехов». Турниры и показательные выступления нередко проводятся в соответствующем историческом антураже.

Боевое фехтование возникло из увлечения «исторической реконструкцией». В 1970–1980-е в разных странах стали появляться военно-исторические клубы, ориентированные на изучение определенных эпох прошлого. Проводились костюмированные парады и праздники, одной из их составляющих стали со временем спортивные поединки. У нас в стране насчитывается несколько десятков таких клубов (в Москве, Санкт-Петербурге, Красноярске, Перми, Хабаровске, Иркутске и др. городах), – в том числе и официально зарегистрированные. Проводятся городские, региональные и общероссийские соревнования (в 1990 - е сложилось несколько систем проведения поединков, включая разный порядок подсчета очков). Турнир «Меч России» приобрел статус национального чемпионата (в 2004 прошел уже восьмой чемпионат). В 1997 создана Федерация исторического фехтования России. Во второй половине 1990-х начались активные выезды за границу и тесные контакты с европейскими клубами.

Общеобразовательная программа «Историческое фехтование» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, повышение уровня физической подготовки, способствует пропаганде здорового образа жизни, повышает интерес к культурно – историческому наследию России и мира, а также позволяет обучиться работе с различными столярно-слесарными инструментами.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что принципы, положенные в основу данной программы дополнительного образования — развивающее обучение, индивидуализация и дифференциация обучения, наглядность, доступность подачи информации, последовательность — от простого к сложному, введение игрового элемента в процесс обучения — обязательные атрибуты каждого занятия. Стимулируется самостоятельность и активность каждого обучающегося, им предлагаются занятия, рассчитанные на развитие основных двигательных навыков и рабочих качеств.

Отличительная особенность программы от уже существующих в том, что помимо изучения истории, обучающиеся учатся работать со столярно-слесарными инструментами и изготавливать макеты средневекового вооружения и доспехов.

Цель программы:

- формирование интереса к занятиям физкультурой и спортом, развитие интереса к истории родного края.

Задачи программы:

обучающие:

- познакомить с историей вооружения и доспехов;
- обучить навыкам фехтования;
- познакомить с основными принципами обработки дерева, металла и пластика

развивающие:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся;
- развивать специальные двигательные навыки;

воспитательные:

- формировать дружный и сплоченный коллектив;
- развивать командный дух обучающихся,
- пропагандировать здоровый образ жизни

Общеобразовательная программа «Историческое фехтование» рассчитана на 1 год обучения и предназначена для детей 7-15 лет. Прием в секцию осуществляется по желанию, без специального отбора детей при отсутствии медицинских противопоказаний.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, за год — 144 часа.

Количество детей в группе: - 15 человек;

Формы организации деятельности:

- групповые;
- индивидуально
- групповые

Формы организации занятий:

- теоретическое;
- практическое;
- беседа;
- соревнования;
- опрос;
- инструктаж;
- тестирование

По окончании обучения учащиеся должны знать:

- историю фехтования
- историю доспеха
- особенности фехтования со щитом
- особенности фехтования с мечом
- основные принципы обработки металла
- основные принципы обработки дерева

- правила техники безопасности при работе с деревом
- правила техники безопасности при работе с металлом
- правила техники безопасности в спортивном зале

уметь:

- фехтовать с сулицой
- фехтовать с топором
- фехтовать с копьём
- фехтовать с использованием щита
- резать и гнуть фанеру
- применять базовые фехтовальные стойки и шаги
- соблюдать правила техники безопасности

Формы подведения итогов реализации программы:

- соревнование;
- тестирование;
- показательные выступления