


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОЛГОПРУДНЫЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА  
«МОСКОВИЯ» Г.О.ДОЛГОПРУДНЫЙ  
(ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «МОСКОВИЯ» Г.О.ДОЛГОПРУДНЫЙ)

СОГЛАСОВАНО  
на заседании методического совета  
Центра творчества «Московия»  
Протокол № 1 от 28.08.2020 г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Центра творчества  
«Московия» г.о. Долгопрудный  
Ивашова Е.Е.  
Приказ № 114/1 от 01.08.2020 г.



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.о. Долгопрудный, 2020 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 (144 часа) 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 одноручным оружием
- особенности фехтования с двуручным оружием
- 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 копьем
- фехтовать с бродексом
- 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

**Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Историческое фехтование	22	4	18	
2	Техника безопасности во время занятия.	2	1	1	Опрос
3	Историческое фехтование – сулица.	14	1	13	Демонстрация навыков
4	Историческое фехтование – щит - сулица.	12	1	11	Демонстрация навыков
5	Историческое фехтование - комбинированная работа щит – одноручное оружие.	12	0	12	Демонстрация навыков
6	Историческое фехтование – копье.	12	1	11	Демонстрация навыков
7	ОФП, народная игра «Кила».	16	1	15	Сдача

	– развитие силы, выносливости, реакции.				нормативов
<b>8</b>	Мастерская	18	1	17	
<b>9</b>	Создание тренировочного щита.	14	1	13	Оценка готового изделия
<b>10</b>	Строевая работа с разным видом вооружения	10	1	9	Демонстрация навыков
<b>11</b>	Строевые упражнения.	12	1	11	Демонстрация навыков
	Итого	144	13	131	

### Содержания учебного плана

#### Раздел 1. Историческое фехтование

Тема 1.1. Техника безопасности во время занятия.

Теория: Техника безопасности во время занятия историческим фехтованием.

Практика: Демонстрация навыков по технике безопасности во время занятия историческим фехтованием.

Тема 1.2. Историческое фехтование – сулица.

Теория: Описание сулицы, историческая справка, применение в раннем средневековье, применение в современном историческом фехтовании, особые правила техники безопасности при работе с сулицой.

Практика: Освоение приёмов защиты и нападения сулицой.

Тема 1.3. Историческое фехтование – щит - сулица.

#### Раздел 1. Историческое фехтование

Тема 1.1. Техника безопасности во время занятия.

Теория: Техника безопасности во время занятия историческим фехтованием.

Практика: Демонстрация навыков по технике безопасности во время занятия историческим фехтованием.

Тема 1.2. Историческое фехтование – сулица.

Теория: Описание сулицы, историческая справка, применение в раннем средневековье, применение в современном историческом фехтовании, особые правила техники безопасности при работе с сулицой.

Практика: Освоение приёмов защиты и нападения сулицой.

Тема 1.3. Историческое фехтование – щит - сулица.

Теория: Описание щита, историческая справка, применение в раннем средневековье, применение в современном историческом фехтовании, особые правила техники безопасности при работе с щитом - сулицой.

Практика: Освоение приёмов защиты и нападения в категории щит - сулица.

Тема 1.4. Историческое фехтование - комбинированная работа щит – одноручное оружие.

Теория: Описание взаимодействия и противодействия при комбинированной работе щитом и одноручным оружием, историческая справка, применение в раннем средневековье, применение в современном историческом

фехтовании, особые правила техники безопасности при работе с щитом - одноручным оружием.

Практика: Освоение приёмов защиты и нападения в категории щит – одноручное оружие.

Тема 1.5. Историческое фехтование – копьё.

Теория: Описание копья, историческая справка, применение в раннем средневековье, применение в современном историческом фехтовании, особые правила техники безопасности при работе с копьём.

Практика: Освоение приёмов защиты и нападения в категории копьё.

Раздел 2. ОФП, народная игра «Кила».

Тема 2.1. ОФП, народная игра «Кила» – развитие силы, выносливости, реакции.

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП. Правила и техника безопасности народной игры «Кила».

Практика: Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Народная игра «Кила».

Раздел 3. Мастерская

Тема 3.1. Создание тренировочного щита.

Теория: Конструкция тренировочного щита, необходимый инструмент для изготовления, материалы, технология изготовления.

Практика: Изготовление тренировочного щита.

Раздел 4. Строевая работа с разным видом вооружения

Тема: Строевые упражнения.

Теория: Строевые команды. Действия в малых и больших формациях.

Практика: Выполнение строевых команд.

Методическое обеспечение общеобразовательной программы:

№	Тема занятия	Форма проведения занятия	Методы и приемы	Использованные материалы	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие	Теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Опрос
2	Основы исторического фехтования: стойка и шаги	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование

			демонстрация повторение		
3	Освоение приёмов защиты и нападения	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование
4	Спарринги	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование
5	Изготовление щита	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Ножовка, рубанок, ножницы, сверлильный станок, верстак	Оценка готового изделия
6	Работа со щитом: стойка и шаги	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование
7	Работа со щитом: освоение приёмов защиты и нападения	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование
8	Спарринги	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копьё, щит, защитное снаряжение	Тестирование
9	Работа с копьём: стойка и	Практическое, теоретическое,	Методы: практический	Реактопластовое копьё, защитное	Тестирование

	шаги	инструктаж	словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	снаряжение	
10	Работа с копьем: освоение приёмов защиты и нападения	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовое копье, защитное снаряжение	Тестировани е
11	Спарринги	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовое копье, защитное снаряжение	Тестировани е
12	Строевая работа с разным видом вооружения	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Реактопластовая сулица, копье, щит, защитное снаряжение	Тестировани е
13	Реконструкция щита 9-11 веков.	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Ножовка, рубанок, ножницы, сверлильный станок, верстак	Оценка готового изделия
16	ОФП, народная игра «Кила».	Практическое, теоретическое, инструктаж	Методы: практический словесный наглядный Приемы: объяснение демонстрация повторение	Спортивный инвентарь.	Сдача нормативов



## Приложение

### Календарный учебный график

Дополнительная общеразвивающая программа «Историческое фехтование»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09			Теория Практика	2	Вводный урок. Техника безопасности.	301 кабинет Спортзал №5	опрос
2	09			Теория	2	ОФП, народная игра «Кила». Материальная культура раннего средневековья.	Спортзал №5 Кабинет 301	опрос
3	09			Теория Практика	1 1	Сулица - стойки и перемещения. Сулица – приёмы нападения.	Спортзал №5	текущая
4	09			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
5	09			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и нападения.	Спортзал №5	текущая
6	09			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
7	09			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и нападения.	Спортзал №5	зачёт
8	09			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	зачёт
9	10			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и нападения.	Спортзал №5	текущая
10	10			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
11	10			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и нападения.	Спортзал №5	текущая
12	10			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
13	10			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и нападения.	Спортзал №5	текущая
14	10			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая оценка готового изделия
15	10			Практика	2	Сулица – приёмы защиты и	Спортзал №5	текущая

						нападения.		
16	10			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет 301	зачёт текущая
17	10			Теория Практика	1 1	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
18	11			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
19	11			Теория	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
20	11			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
21	11			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
22	11			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
23	11			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
24	11			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
25	11			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	зачёт
26	11			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	зачёт
27	12			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
28	12			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
29	12			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
30	12			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
31	12			Практика	2	Работа с сулицой и щитом.	Спортзал №5	текущая
32	12			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
33	12			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	зачёт
34	12			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	зачёт оценка готового изделия
35	01			Теория Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
36	01			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая

37	01			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
38	01			Теория Практика	1 1	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
39	01			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
40	01			Теория	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая
41	01			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
42	01			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
43	01			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
44	02			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая
45	02			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	текущая
46	02			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
47	02			Практика	2	Работа с сулицой и щитом	Спортзал №5	зачёт
48	02			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	зачёт текущая
49	02			Практика	1 1	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
50	02			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая
51	02			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
52	03			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
53	03			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
54	03			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая
55	03			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
56	03			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
57	03			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
58	03			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет	текущая

59	03			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	зачёт текущая
60	03			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	текущая
61	04			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
62	04			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Кабинет домоводства	зачёт оценка готового изделия
63	04			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
64	04			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 301 кабинет	зачёт текущая
65	04			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
66	04			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	текущая
67	04			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая зачёт
68	04			Практика	2	ОФП, народная игра «Кила». Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 301 кабинет	текущая
69	05			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	текущая
70	05			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Создание тренировочного щита.	Спортзал №5 Столярная мастерская	итоговый зачёт оценка готового изделия
71	05			Практика	2	Работа с одноручным оружием и щитом. Работа с копьём.	Спортзал №5	итоговый зачёт
72	05			Практика	2	Строевая работа с разным видом вооружения. Итоговое занятие.	Спортзал №5	текущая

### Материально

-техническое обеспечение программы

Для изготовления спортивных снарядов:

Верстак – 2 шт.

Рубанок – 6 шт.

Ножовки – 4 шт.

Стамески – 6 шт.

Резцы по дереву – 1 комплект

Напильники для работ по дереву – 1 комплект

Плоскогубцы – 10 шт.

Кусачки большие – 10 шт.

Струбцины большие – 6 шт.

Тиски – 4 шт.

Сверлильный станок с рабочим патроном до 10 мм – 1 шт.

Электроточильный станок

– 1 шт.

Ножницы по металлу — 10 шт.

Напильники по металлу – 2 комплекта

Надфили для работ по металлу – 2 комплекта

Набор сверл от 0.5 до 10 мм – 2 комплекта

Молоток 0.5 кг – 6 шт., 2 кг – 2 шт.

Ножницы — 10 шт.

Для практических занятий и игр:

Школьный спортивный зал с разметкой и пришкольная спортивная площадка, столярная мастерская, мастерская по металлу, кабинет 301

- 1.Панченко Г.К. «Нетрадиционные боевые искусства» в 2 -х томах Харьков, «Фолио»,1997
- 2.Мигур П.Х., Рихек Э.В. «Обработка металла в школьных мастерских» М.: Просвещение,1991
- 3.Мишенев С. «История фехтования» СПб, «Атон», 1999
- 4.Малинова Р., Малина Я. «Прыжок в прошлое\эксперимент раскрывает тайны древних эпох» М. Мысль, 1988
- 5.Г.К. Панченко «История боевых искусств» в 4-х томах. М.«Олимп», 1997.
- 6.Воспитание и педагогическая поддержка детей в образовании. Ред. Газмана О.С. М. УВЦ “Инноватор”, 1996
- 7.В. Бехайм «Энциклопедия оружия» пер. с нем. СПб. АО «Санкт-Петербург-Оркестр»,1995
- 8.Р. Эрнест Дюпюи, Тревор И. Дюпюи «Всемирная история войн» СПб. «Полигон», 1997
- 9.Муравьев Е.М. «Технология обработки металлов (5-7 классы)» М.: Просвещение, 1995

#### **Список литературы для обучающихся**

- 1.И.Э. Кох «Сценическое фехтование» М. Учпедгиз, 1940
- 2.Пономарев А.Н. «Фехтование – от новичка до мастера» М., Физкультура и спорт, 1987