



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Школа № 1210»

*ГБОУ Школа № 1210*

Принята на заседании  
методического совета  
Протокол № 1  
от «25» 08 20 17 года

«Утверждаю»  
Директор  
ГБОУ Школа № 1210  
С.С.Сехин  
Приказ № 19/3-2  
от «22» 08 20 17 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«АРТИСТИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ»**

Направленность: Художественная  
Уровень программы: ознакомительный  
Возраст учащихся: 7-11 лет  
Срок реализации: 1 год

**Автор программы:**  
Юркова Светлана Андреевна,  
педагог дополнительного образования

Москва, 2017

## Пояснительная записка

В настоящее время большое значение приобретает индивидуально-личностное развитие личности, которое реализуется на основе личностно-развивающих и воспитательно-образовательных технологий. Актуальной задачей остается – воспитание духовно богатой, творческой, активной гармонично развитой личности.

Для формирования личностных качеств ребёнка важно знакомство с традициями русского народа, который поможет стать основой для формирования и сохранения особенностей быта и поведения людей, как предшествующего, так и будущего поколения.

Программа имеет художественную направленность, объединяя в себе формирование системы специальных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в фехтовании.

Программный материал объединен в целостную систему подготовки и предполагает решение следующих задач:

- привлечение максимально возможного числа детей и взрослых к систематическим занятиям;
- содействие всестороннему, гармоничному развитию и укреплению здоровья обучающихся;
- развитие познавательных психических процессов: восприятие, воображение, внимание, память, мышление и т.д.;
- воспитание высоких волевых, морально-этических и нравственно-эстетических качеств спортсменов;
- развитие физических качеств фехтовальщиков: силы, гибкости, быстроты, выносливости, координационных способностей.

Отличительной особенностью данной Программы является то, что она соединяет изучение элементов фехтования со спортивно-оздоровительным комплексом в целом, что способствует укреплению и оздоровлению обучающихся.

Содержание программы характеризуется, прежде всего, последовательным усложнением состава осваиваемых действий и их ситуационного применения, разнообразием формируемых тактических умений и специальной информации по этапам тренировки. При распределении изучаемых средств фехтования по квалификационным возрастным категориям учитывается необходимость постоянного повторения базовых действий оружием и приемов передвижений, освоения терминов и тактических умений. Занятия должны проводиться в группах с определенными для каждого возраста и квалификации, объемами и интенсивностью тренировочных и соревновательных нагрузок. Их увеличение должно быть постепенным и основываться на преимущественном использовании средств специальной тренировки.

Программа по фехтованию предусматривает реализацию следующих видов и компонентов, входящих в содержание спортивной подготовки фехтовальщиков:

- физическая подготовка — общеразвивающие упражнения, способствующие повышению общей дееспособности;
- упражнения направлены совершенствуют качества, необходимые фехтовальщику: силу, быстроту, ловкость, прыгучесть, выносливость, простую и сложную реакцию, чувство дистанции;
- техническая подготовка — овладение навыками выполнения и применения различных фехтовальных действий, умение не только выполнять приемы, но и применять их в условиях соревновательного боя;
- психологическая подготовка — базовая (психологическое развитие, образование и обучение), к тренировкам (формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировочным требованиям и нагрузкам), к соревнованиям (формирование состояния «боевой готовности», способности к сосредоточенности и мобилизации);

-тактическая подготовка — имеет своей целью поддержать и совершенствовать имеющиеся тактические навыки и умения прививать новые, исправлять стойкие недостатки, расширять и углублять репертуар боевых действий;

-теоретическая подготовка — лекционная, в ходе практических занятий, самостоятельная (приобретение системы специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в фехтовании);

-соревновательная подготовка — соревнования, боевая практика, модельные тренировки, прикидки (приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений).

В 2008 году в России появился новый вид спорта, включенный в реестр видов спорта Российской Федерации – Артистическое фехтование.

Артистическое фехтование - это искусство ведения условного боя на холодном оружии, подчиненного законам сцены и построения массовых зрелищ в соответствии с их исторической эпохой. В качестве учебной дисциплины данный вид деятельности позволяет освоить навыки ведения правдоподобных, эстетически выверенных, выразительных поединков, наполняя их скульптурностью положений и сценически эффектными движениями. Кроме того, артистическое фехтование предназначено также для совершенствования двигательной культуры и физического воспитания учащихся. Владение приемами боя на холодном оружии и их сценическое воплощение - это увлекательное занятие, которое широко развито в Европе.

Ведение поединка на сцене предусматривает освоение определенного комплекса специализированных движений, называемых техникой фехтования, а также комплекса специализированных умений. К ним относится необходимость координировать собственные движения с движениями партнера, сочетая их с диалогом и репликами, предусмотренными постановочными задачами. При этом на фоне утомления (ведение поединка требует физических усилий) важно не утратить легкости, изящества и пластичности движений, т.е. всего того, что составляет эстетическую основу зрелищности сценического боя.

Программа Артистическое Фехтование носит художественную направленность. В процессе занятий ученики обретают уверенность в движениях, хорошую осанку и навыки этикета. Движение и музыка способствуют укреплению здоровья.

Данная программа основана на программах А.Д. Мовшовича:

- "СЦЕНИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ" Программа для театральных вузов, училищ и студий.
- Программа подготовки каскадеров по направлению "СЦЕНИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ".

Как любой вид дополнительного образования занятие Артистическим фехтованием способствует:

- развитию мотивации личности к познанию и творчеству;
- созданию условий для развития и творческой самореализации личности ребёнка;
- обеспечению эмоционального благополучия ребёнка;
- укреплению психического и физического здоровья;
- профилактике асоциального поведения;
- созданию условий для культурного и профессионального самоопределения;
- приобщению обучающихся к общечеловеческим ценностям.

Основные цели программы:

- обучение детей основам воинского искусства;
- подготовка спортсменов по артфехтованию.

#### Задачи программы:

- освоение приемов ведения поединка;
- знакомство с воинскими традициями;
- развитие физических качеств;
- развитие творческой составляющей личности;
- формирование работоспособности и товарищеских качеств;
- воспитание силы воли, спортивного упрямства и воли к победе.

Обучение по данной программе может начинаться с 11 лет. Для начинающих в более позднем возрасте программа может быть адаптирована соответственно возрасту.

Программа рассчитана на 3 года обучения. К обучению по данной программе допускаются все желающие, имеющие допуск врача к занятию спортивным фехтованием.

#### Основные направления и содержание.

##### Теоретическая часть:

- Актерское мастерство:
  - знакомство актерскими и режиссерскими приемами;
  - этюды.

##### Практическая часть:

- Фехтование:
  - строевая подготовка;
  - освоение приемов ведения поединка;
  - владение спортивными снарядами конструктивно схожими с европейским оружием XI-XV веков.
- Изготовление и ремонт спортивных снарядов.

##### Постановочная часть:

- Подготовка номеров для соревнований по Артфехтованию.

Программа обучения основана на принципах систематичности, цикличности и прогрессирувания. На протяжении всех этапов, обучение строится с учётом принципов индивидуальности, доступности, преемственности, результативности и с использованием современных образовательных технологий, которые отражены в формах и методах обучения.

##### Методы обучения:

- рассказ;
- беседы;
- наглядные демонстрации,
- регламентированные упражнения;
- ролевые игры;
- учебные поединки.

В процессе занятий используются групповая, мелкогрупповая и индивидуальная формы обучения.

##### Ход занятия:

- Организационный момент:

- построения и перестроения (формируют навыки внимания, дисциплины, реакции);
- озвучивание темы урока (настраивает детей на осознанное освоение материала);
- постановка задач (стимулирует ребёнка к самостоятельному поиску способа решения и развивает творческий потенциал каждого ученика).

- **Подготовительная часть:**

- общая разминка (направлена на разогрев мышц ног, рук и корпуса, в процессе постепенного увеличения нагрузки и нарастания активности движений активизируется весь организм);
- специальная разминка (приводит в готовность необходимые для дальнейшей работы мышцы, создаёт мышечные группы и настраивает на определённый тип и способ движения, это позволяет технически грамотно и красиво выполнять движения и элементы, и избегать травмирования);
- повторение и закрепление ранее пройденного материала (позволяет выстраивать системную и последовательную подачу нового теоретического и практического материала).

- **Основная часть урока:**

- теоретический материал (даётся в виде устного рассказа, видео показа либо их совмещения, а также с использованием печатных материалов, при просмотре видеоматериалов, записанных на соревнованиях и выступлениях, их разбирают и комментируют как педагог, так и сами ученики, это позволяет учителю и ученику общаться на грамотном предметном языке, применяемом в среде реконструкторов);
- отработка и закрепление нового материала (происходит с использованием игровых и соревновательных форм обучения, как в составе всей группы, так малыми группами и индивидуально);
- самостоятельная работа над пройденным и новым материалом

В конце основной части урока постепенно снижается функциональная активность организма посредством уменьшения физической нагрузки и снижения интенсивности выполняемых упражнений.

- **Заключительная часть:**

- первичный контроль (осуществляется на каждом занятии в виде демонстрации общих ошибок группы и обсуждения всеми учениками ошибок и неточностей в исполнении)
- подведение итогов (в конце занятия оценивается результат работы во время занятия каждого ученика и всей группы в целом);
- домашнее задание (на дни, в которые не проходят занятия даётся домашнее задание, состоящее из комплекса упражнений для поддержания тонуса, увеличения гибкости и силы, весь комплекс длится 15 минут и выполняется в дневное время, на выходные дни может быть предложено творческое задание по изучению костюма или характеристике какого-либо исторического события).

### **Требования по технике безопасности:**

- не допускается перемещение бегом в зале при проведении занятий и самоподготовке;
- необходимо избегать столкновения во время исполнения упражнений;

- особое внимание уделяется содержанию обуви (состояние подошвы, каблука и креплений обуви на ноге);
- не допускается применения спортивных снарядов без присмотра тренера;
- не допускается использование неисправных спортивных снарядов в тренировочном процессе;
- запрещается самостоятельно открывать окна;
  - запрещается пользоваться без ведома педагога техническими средствами, находящимися в зале.

### **Прогнозируемые результаты и механизм оценки получаемых результатов.**

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать:

- законы сцены и основные актерские приемы;
- особенности спортивных снарядов конструктивно схожих с оружием (пехотный меч и бургундская палка);
- уметь:
  - выполнять строевые приемы;
  - ремонтировать и содержать спортивные снаряды конструктивно схожие с оружием;
  - использовать блоки и удары на спортивных снарядах конструктивно схожих с оружием (пехотный меч и бургундская палка).

Результаты обучения учащихся оценивается на:

- зачётных занятиях;
- открытых уроках;
- показательных выступлениях;
- соревнованиях Федерации Артистического Фехтования.
- 

### **Условия реализации программы.**

Состав группы 10-15 человек.

Занятия может вести один педагог, при возможности и необходимости несколько. В ходе уроков с наглядной демонстрацией материала могут участвовать специально приглашаемые ассистенты и консультанты.

Родители могут присутствовать только на открытых уроках, а также в роли сопровождающих и зрителей на выездных мероприятиях.

Для реализации программы необходимо:

- зал, полезной площадью не менее 100 квадратных метров;
- раздевалки и места для хранения костюмов и средств обучения;
- спортивные снаряды конструктивно схожие с оружием;
- начиная со второго года обучения, защитная амуниция;
- звуковоспроизводящая аппаратура, носители с записями;
- видеокамера и средства просмотра видеоматериала (желательно).

Тренировочная и спортивная форма одежды приобретается родителями по рекомендациям педагога. Спортивные снаряды конструктивно схожие с оружием изготавливаются в клубе, приобретаются на заказ на средства спонсоров и закрепляются за членами клуба. Защитное снаряжение и амуниция приобретается членами клуба на свои средства по рекомендации тренера и является их собственностью. Костюмы, изготавливаемые для постановочных номеров, шьются на средства родителей или спонсоров.

### **Литература:**

- Мовшовича А.Д. "СЦЕНИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ" Программа для театральных вузов, училищ и студий.
- Мовшовича А.Д. Программа подготовки каскадеров по направлению "СЦЕНИЧЕСКОЕ ФЕХТОВАНИЕ"
- Хаттон А. «Холодное оружие Европы», Центрполиграф, Москва 2008г.
- Тышлер Д. Мовшович А.Д. «Искусство сценического фехтования», Спортакадемпред, Москва 2004г.
- Тышлер Д.А. «Спортивное фехтование», «Физкультура, образование и наука», Москва 1997г.

Учебно-тематический план «Артфехтование Дети» - 72 занятия 108 часов.  
 Два занятия в неделю по 90 мин

Название раздела, темы	Кол-во часов							
	всего		теория		практика		выездные	
Организационные занятия	1		1					
Фехтование:	45		7		40		2	
• Меч		30		4		26		
• Бургундская палка		15		4		14		
Актерское мастерство	21		17		4			
Физ. подготовка	30		1		31			
Изготовление и ремонт	5		1		9			
Инструктажи по ТБ	1		1		0			
Зачетные уроки	3		0		3			
Открытые уроки	2		0		2			
<b>Итого</b>	<b>108</b>		<b>12</b>		<b>96</b>		<b>2</b>	