

**ПРИНЯТА**

Малым педагогическим советом  
специализированной детско-юношеской  
спортивной школы олимпийского резерва №1  
протокол от 15 марта 2019 г. № 3 )



**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор  
М.Р. Катуньова

М.П.

приказ № 13.06

Од от 13.06, 2019 г)

**Дополнительная общеобразовательная  
предпрофессиональная программа  
по виду спорта фехтование**

Срок реализации: 8 лет и более

**Разработчик:**

Шелохнева Валентина Алексеевна,  
инструктор-методист

**Рецензенты:**

Волков Андрей Владимирович,  
начальник управления по физической  
культуре и спорту СПб НИУ ИТМО  
Федотова Анна Александровна,  
доцент, тренер управления по  
физической культуре и спорту СПб  
НИУ ИТМО

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»  
(протокол от 13.06.2019 № 8 )

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа (далее - Программа) по виду спорта фехтование составлена в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами в сфере образования<sup>1</sup> и с учетом нормативных документов в области физической культуры и спорта:

- Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам// Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939;
- Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта// Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731;
- Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «фехтование»// Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.01.2018 № 40;
- Об учреждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта// Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125;
- О системе оплаты труда работников государственных учреждений физкультурно-спортивной направленности Санкт-Петербурга // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 01.11.2005 № 1675 (в ред. от 26.07.2016).

Нормативная часть Программы подлежит корректировке в случае изменений в нормативно-правовых актах, регулирующих деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности на территории Российской Федерации.

Предметное содержание Программы составлено на основании примерных программ спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, для детских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва под редакцией кандидата педагогических наук, профессора Ю.М. Бычкова, доктора педагогических наук, профессора Д.А. Тышлера, доктора педагогических наук, профессора А.Д. Мовшовича и в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам// Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939;

**Направленность Программы:** физкультурно-спортивная.

**Срок реализации Программы:** 8 лет и более.

**Характеристика вида спорта - фехтование**

Фехтование - это вид спорта, спортивное единоборство, искусство, военная наука, средство воспитания. Как вид спорта, он выделяется среди прочих своей эстетикой, романтизмом и богатством истории, уходящей в далёкие тысячелетия.

Первые труды по фехтованию, вышедшие в 1474 году, принадлежат испанским учителям. Именно Испания была центром фехтования того времени. Возможно поэтому считается, что современное фехтование зародилось в Испании. В XVI веке итальянцы систематизировали обучение, определив основные принципы фехтования, разработали классификацию приемов и

---

1

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года// Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

4. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» / Постановление Правительства РФ от 30.12.2015 № 1493.

действий.

В это же время во Франции выходят трактаты, описывающие технику фехтовальных приёмов, которая очень близка современной. В 1567 году в Париже создаётся Академия преподавателей фехтования. В XVII веке во Франции появляется рапира с кожаным наконечником – оружие более лёгкое и удобное для обучения. В XVIII веке опять же французы вводят фехтовальные маски, и с этого момента начинается небывалый взлёт фехтовального искусства. Дуэли плавно переходят в «белые дуэли», где присутствует судья и 4 свидетеля, которые считают нанесённые уколы. И наконец-то рождается спортивный поединок!

Эта эпоха характеризуется особой ритуальностью проведения поединков. Фехтование подразумевало не только виртуозную технику, но элегантность и галантность. Приветствия перед боем, учтивые поклоны, утончённые манеры – всё это было неотъемлемой частью фехтования.

В XIX веке фехтование формируется как вид спорта. Наиболее активно спортивное фехтование развивается во Франции, Италии, Австро-Венгрии и Германии.

В России интерес к "шпажному искусству" возник в начале XVIII века. В 1701 г. в Москве Пётр I организовал школу математических и навигационных наук, в учебную программу которой впервые был введён обязательный предмет, так называемая "рапирная наука". В Морской академии наук, открытой в Санкт-Петербурге в 1719 г. "рапирная наука" была также включена в учебную программу. Позднее при Московском и Казанском университетах были открыты гимназии, где занимались фехтованием. В России первыми учителями фехтования были иностранцы. Но уже в первой половине XIX века количество преподавателей фехтования в России значительно возросло за счёт русских мастеров, воспитанников военных учебных заведений. С 1860 года в России начинают проводиться первые соревнования на звание Чемпиона России. В конце XIX и начале XX века в России издаётся большое количество печатных трудов по фехтованию, так называемых "руководств фехтования". В это же время русские фехтовальщики начинают участвовать в международных турнирах.

**ФЕХТОВАНИЕ** спортивное (от нем. *fechten* — фехтовать, сражаться, бороться), вид спорта - единоборство на спортивной рапире, шпаге, сабле.

Международная федерация фехтования — ФИЕ (FIE) была основана в 1913 году. В ее состав входят 99 стран мира. Федерация фехтования СССР вступила в ФИЕ в 1952 году, а самостоятельная Федерация фехтования России была образована в 1992. В программу Олимпийских игр фехтование было включено с 1896 года, чемпионаты мира проводятся с 1937 года. Чемпионаты Европы проводились в 1906 — 1936 и были возобновлены с 1991.

Фехтование - это умение наносить уколы посредством атак и защит в определенные моменты боя, используя свой интеллект. Фехтовальный поединок очень похож на сражение: в нем присутствуют маневрирование, разведка и маскировка, выступление и оборона.

Современные фехтовальщики состязаются в трех видах оружия: рапира (см. РАПИРА спортивная) (мужчины и женщины), шпага (см. ШПАГА спортивная), сабля (см. САБЛЯ (спортивное оружие) (мужчины)). В 1990-е гг. состязания по сабле и шпаге перестали быть чисто мужскими.

У рапиристов действительными уколами (то есть нанесенными) являются уколы, которые нанесены в поражающую поверхность (все туловище спереди и спина до пояса). Уколы, нанесенные в руки, маску или ноги, не засчитываются, но, когда они нанесены, бой останавливается.

У саблистов действительными считаются уколы, нанесенные острием, и удары, нанесенные клинком. Поражаемой поверхностью в фехтовании на саблях считаются все части тела, находящиеся выше горизонтальной линии, проведенной через вершины углов, образованных телом и бедрами спортсменов, когда они находятся в боевой стойке. Удары (уколы), нанесенные по не поражаемой поверхности, не засчитываются, но бой при этом не останавливается.

У шпажистов действительными являются уколы, нанесенные острием в любую часть тела фехтовальщика.

Поединки фехтовальщиков проводятся на фехтовальной дорожке (поле боя) длиной

14 м и шириной 1,5-2 м, сделанной из электропроводящего материала, но изолированной от регистрирующего уклады или удары аппарата. Перед началом боя спортсмены располагаются в двух метрах от середины поля боя. Если во время боя участник пересечет заднюю границу поля боя, ему засчитывается штрафной уклад.

Фехтовальные бои проводятся судьей с помощью аппарата – электрофиксатора. Уклады и удары, нанесенные фехтовальщиками, регистрируются лампами на электрическом аппарате. Фиксируются они на основе электрической схемы, проходящей через оружие фехтовальщика и его одежду, связанных с аппаратом проводной системой.

Судья руководит боем и присуждает уклады в соответствии с правилами для каждого вида оружия. Судейство ведется на французском языке - официальном языке ФИЕ.

Снаряжение спортсмена состоит из маски, костюма, гетр и перчатки.

**Цель Программы:** развитие физических и творческих способностей детей, профессиональная ориентация для сферы физической культуры и спорта, выявление и поддержка спортивно одаренных детей.

### **Основные задачи Программы**

- получение знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в особенности в области избранного вида спорта – фехтования;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки;
- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- выявление и поддержка одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к поступлению в организации профессионального образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта.

### **Условия реализации Программы**

Программа или ее часть реализуется в очной форме или в формате внеаудиторной (самостоятельной работы). Возможна реализация программы или ее части с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Программа предусматривает овладение всеми видами спортивного фехтования (фехтование на шпагах, фехтование на рапирах и фехтование на саблях) и рассматривает спортивное фехтование как часть материальной и духовной культуры общества, как средство для раскрытия понятия красоты движения и спортивного своеобразия, особенностей восприятия и отражения окружающего мира, использования национальных и спортивных культурных традиций.

Содержание Программы основывается на современных тенденциях личностно-ориентированного образования и следующих основных принципах: *целостности* (соблюдение единства обучения, воспитания и развития, с одной стороны, и системность, с другой); *гуманизации* (признания личности ребёнка с её достоинствами и недостатками, атмосфера доброжелательности и взаимопонимания); *интеграции* (совмещение в одной программе нескольких подпрограмм, подчинённых одной цели и связанных между собой); *деятельностного подхода* (знания приобретаются учащимися во время активной деятельности); *возрастного и индивидуального подхода* (выбор форм, методов, приёмов работы в соответствии с субъективным опытом и возрастом детей).

Программа по виду спорта фехтование имеет **два уровня сложности:**

- базовый уровень сложности;
- углубленный уровень сложности.

Организация занятий по Программе осуществляется по этапам, наименования которых в различных нормативных документах варьируются:

<b>Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 01.11.2005 №1675 (с изменениями)</b>	Этап начальной подготовки	До одного года	Учебно-тренировочный	До двух лет
		Свыше года		Свыше двух лет
<b>Приказ Министерства спорта РФ от 15.11.2018 №939 -ФГТ</b>	Этап освоения базового уровня сложности образовательной программы	6 лет	Этап освоения углубленного уровня сложности образовательной программы	2 года и свыше
<b>Приказ Министерства спорта РФ от 19.01.2018 №</b>	Этап начальной подготовки	3 года	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5 лет
<b>Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 № 1125</b>	Этап начальной подготовки	До одного года	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Начальной специализации
		Свыше года		Углубленной специализации

В данной Программе использованы наименования по Постановлению Правительства Санкт-Петербурга от 01.11.2005 №1675 с учетом федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам // Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939.

В соответствии с уровнями сложности Программы выстроена система многолетней подготовки спортсмена по этапам образовательного процесса:

- Освоение базового уровня сложности:
  - этап начальной подготовки - до 1 года и свыше года;
  - учебно-тренировочный этап - до двух лет, свыше двух лет;
- Освоение углубленного уровня сложности: учебно-тренировочный этап - свыше двух лет.

#### ***Задачи Программы на уровнях образовательного процесса***

*Освоение базового уровня сложности образовательной программы - этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап до двух лет:*

- получение начальных знаний в области физической культуры и спорта, в области избранного вида спорта – фехтования;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта фехтование;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- укрепление здоровья спортсменов.

*Освоение углубленного уровня сложности образовательной программы - учебно-тренировочный этап свыше двух лет обучения:*

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- углубление знаний в области физической культуры и спорта, в области избранного вида спорта – фехтования;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта фехтование;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

#### ***Условия приема и перехода по этапам обучения***

В группы этапа начальной подготовки в соответствии с Положением о порядке приема на обучение по дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта (Приказ ГБНОУ «СПБ ГДТЮ» от 23.09.2016 № 1564-ОД «Об утверждении локальных нормативных актов, регулирующих обучение по дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта в ГБНОУ «СПБ ГДТЮ») зачисляются мальчики и девочки, достигшие 8-летнего возраста (на 1 сентября должно исполниться 8 лет), желающие заниматься фехтованием, прошедшие предварительный индивидуальный отбор в соответствии с приказом ГБНОУ «СПБ ГДТЮ» от 28.06.2018 №1543-ОД «Об утверждении нормативов индивидуального отбора». Нормативы индивидуального отбора представлены в Таблице 9.

Для допуска к занятиям учащиеся должны предоставить медицинский документ, подтверждающий отсутствие противопоказаний для освоения программы и включающий в себя объективные данные о состоянии здоровья по результатам осмотра терапевта, хирурга, невролога, оториноларинголога, офтальмолога, перенесенные заболевания, профилактические прививки, данные флюорографии, ЭКГ и лабораторных исследований.

На следующий этап подготовки переходят учащиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию по предметным областям Программы. Возможно повторное прохождение определенного этапа подготовки.

Группы учебно-тренировочного этапа формируются из учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года на этапе начальной подготовки и выполнивших контрольные нормативы по общей физической и специальной подготовке (таблица 10).

Для досрочного перехода на следующий этап подготовки необходимо успешно сдать требования промежуточной аттестации предшествующего этапа подготовки. В этом случае зачисление в группы следующего этапа подготовки производится решением малого педагогического совета СДЮСШОР № 1.

***Продолжительность этапов образовательного процесса, минимальный возраст учащихся и минимальное количество учащихся в группах, режим занятий***

Таблица 1

Этапы образовательного процесса		Продолжительность освоения этапов (в годах)	Период подготовки	Наполняемость групп (человек)	Кол-во часов в неделю
Этап освоения базового уровня сложности образовательной программы	Этап начальной подготовки				
	Учебно-тренировочный этап		Свыше года		
Этап освоения углубленного уровня сложности образовательной программы	Учебно-тренировочный этап		До двух лет		
			Свыше двух лет		
	Учебно-тренировочный этап		Свыше двух лет		

***Требования к качественному составу групп подготовки***

Таблица 2

Этапы образовательного процесса	Год освоения	Качественный состав
Этап начальной подготовки	До года	ОФП, СФП
	Свыше года	
Учебно-тренировочный этап	До двух лет	III, II, I юношеский разряд

### ***Формы занятий***

Основными формами осуществления подготовки по данной Программе являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;

### ***Кадровое обеспечение***

Для проведения занятий на всех этапах подготовки допускается привлечение дополнительно к основному тренеру-преподавателю других тренеров-преподавателей и иных специалистов, непосредственно обеспечивающих образовательно-тренировочный процесс, при условии их одновременной с основным тренером-преподавателем работы с учащимися.

### ***Особенности образовательного процесса с учетом специфики вида спорта фехтование:***

- комплектование групп, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта фехтование осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья учащихся;
- непрерывность освоения учащимися Программы в каникулярный период обеспечивается в ЗЦДЮТ «Зеркальный» ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», других физкультурно-спортивных или оздоровительных лагерях (центрах), а также участием обучающихся в тренировочных сборах, проводимых образовательными организациями или иными физкультурно-спортивными организациями.

### ***Планируемые результаты по итогам освоения Программы***

- выполнение контрольных нормативов по ОФП и СФП для продолжения обучения по программе спортивной подготовки по виду спорта фехтование;
- положительная динамика индивидуальных показателей физической подготовленности;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта фехтование;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (от III юношеского спортивного разряда до I спортивного разряда);
- знание теоретических основ физической культуры и спорта, избранного вида спорта-фехтования, ведения здорового образа жизни.

### ***Формы подведения итогов реализации программы***

- мониторинг соревновательной деятельности учащихся;
- учет посещаемости и наполняемости учебных групп;
- сравнительный анализ показателей выполнения учащимися контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке на начало и конец обучения;
- присвоение спортивных разрядов на основании выполнения разрядных требований Единой всероссийской спортивной классификации//Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 13.11.2017 № 988 (с изменениями, внесенными Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20.03.2019 № 252).

## План учебного процесса (базовый и углубленный уровень освоения)

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по этапам/ годам обучения			
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	Этап начальной подготовки до года/ 1-й год	Этап начальной подготовки свыше года/ 2-й год	Учебно-тренировочный этап до двух лет/3-4-й год	Учебно-тренировочный этап свыше двух лет/5-8-й год
	Общий объем часов	1890		358	1532			252	378	504	756
1.	<b>Обязательные предметные области</b>										
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	358		+	-			62	94	126	76
1.2.	Общая физическая подготовка	340		-	+			76	113	151	-
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	113		-	+			-	-	-	113
1.4.	Основы профессионального самоопределения	188		-	+			-	-	-	188
1.5.	Фехтование	567		-	+			76	113	151	227
2.	<b>Вариативные предметные области</b>										
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	248		-	+			38	58	76	76
2.2.	Судейская подготовка	76		-	+			-	-	-	76
3.	<b>Теоретические занятия</b>	358						62	94	126	76
4.	<b>Практические занятия</b>	1532						190	284	378	680
4.1.	Тренировочные мероприятия							+	+	+	+
4.2.	Физкультурные и спортивные мероприятия			В рамках предметной области «Фехтование» согласно календарю физкультурных и спортивных мероприятий							
4.3.	Иные виды практической деятельности							+	+	+	+
5.	<b>Самостоятельная работа</b>							+	+	+	+
6.	<b>Аттестация*</b>										
6.1.	Промежуточная							3	3	3	-
6.2.	Итоговая							-	-	-	3
	* Аттестация проводится в рамках предметной области «фехтование»										