

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №249 имени М.В.Маневича
Кировского района Санкт-Петербурга**

ОБСУЖДЕНО

На заседании

Общего собрания

Протокол № 3

от «27» декабря 2022

ПРИНЯТО

на Педагогическом

Совете

Протокол № 10

от «28» декабря 2022

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 241-о

от «28» декабря 2022



Директор

Д.Р.Чупрей

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»**

Срок реализации: 3 года

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Разработчик:

Филиппова Ениса Хуснэевна,

педагог дополнительного образования

СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3-7
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	8-10
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	11
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.....	12-38
МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	39-41
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	42

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа Фехтование имеет **физкультурно-спортивную** направленность, интегрирует в себя различные способы двигательной активности и обладает зрелищной составляющей, повышает интерес к олимпийским видам спорта, способствует профессиональной ориентации на современные и перспективные профессии в сфере физической культуры и спорта.

Адресат

Программа реализуется для учащихся 7-12 лет,

- без требований к полу учащихся
- без специальной подготовки
- с отсутствием медицинских противопоказаний для занятий фехтованием

Актуальность: программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей (законных представителей) в сфере физической культуры и спорта.

В настоящее время фехтование является одним из ведущих индивидуальных и командных видов спорта в России. Этот вид спорта является олимпийским, за последние 8 лет наши олимпийцы завоевали множество наград различного достоинства. Необходимо развивать данное направление на базах школ, спортивных клубов, поддерживая таким образом спорт высоких достижений. В нашей школе есть база для развития данного вида спорта, а так же, мы получаем поддержку федерации фехтования С.Петербурга.

Отличительные особенности

Программа обновлена в 2022 году в связи с распоряжением КО №1676-р от 25.08.2022 Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга.

Занятия фехтованием способствуют не только физическому развитию личности. Но и приобщению к глубокому изучению истории многих стран. Воспитанники познают сложный, красивый. Элегантный вид спорта. В процессе обучения закладываются первоначальные навыки владения французским и итальянским языками (судейство и терминология). Большой объем разнообразной спортивно - тренировочной работы воспитывает выносливость, смелость. Силу, реакцию и самостоятельность обучаемых. Закладывается стабильность психологической устойчивости, что очень важно для дальнейшего развития личности.

Уровень освоения: программа имеет **базовый** уровень освоения.

Объем и сроки освоения программы:

Программа реализуется в объеме 648 часа, 3 года, в год по 216 часов

Цель: создание условий для формирования физического и психологического развития личности детей и подростков средствами фехтования.

Задачи:

Обучающие:

- освоить начальный уровень технико - тактических навыков фехтования: простые атаки, контратаки, умение работать в паре;
- освоить начальный уровень технико - тактических навыков фехтования: сложные атаки, контр защиты;
- продолжить обучение учащихся владением оружия фехтования – рапира.

Развивающие:

- развитие всесторонней физической подготовки;
- развития реакции, развитие выносливости, смелости;
- развитие логики мышления.

Воспитательные:

- воспитать психологическую выносливость;
- воспитать целеустремленность;
- воспитать силу воли, стремление к победе.

Планируемые результаты:

Личностные результаты – отражают индивидуальные личностные качества учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программного материала. Это:

- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни и понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками, уважительное отношение к иному мнению;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметные результаты - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности в области фехтования;

- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение работать с партнёром, в соревновательной деятельности;

Предметные результаты – характеризуют умение и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Это:

- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм, знание основных правил владения оружием по фехтованию;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой (на занятиях по фехтованию в том числе) и правилах его предупреждения.
- физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;

Организационно-педагогические условия

Условия набора: зачисление в объединение производится на добровольной основе, при наличии справки от врача. В группы 1 года обучения принимаются все желающие. Группы 2 и 3 года обучения комплектуются из учащихся освоивших программу 1 и 2 года обучения или имеющих необходимые знания, умения, навыки.

В процессе обучения формируются спортсмены для участия в соревнованиях.

Формы занятий: занятия проводятся в групповой форме с элементами индивидуальной работы.

Язык реализации

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Форма обучения

Программа реализуется в очной форме обучения

Особенности реализации: модульный принцип представления содержания дополнительной общеразвивающей программы и построения учебных планов.

Особенности организации образовательного процесса

Для детей с особыми образовательными потребностями (одаренные, дети-инофоны, дети-мигранты и др.) программа может быть реализована через:

- разработку индивидуального образовательного маршрута;
- разработку индивидуальной программы развития.

Фехтование – это вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном рубящем и колющем оружии. Основная цель – нанести как можно больше дозволенных уколов (ударов) противнику, защищаясь при этом от его атак. Дозволенные уколы наносятся исключительно

в поражаемую поверхность, которая различна в зависимости от выбранного оружия. Фехтовальный бой — условный поединок на холодном спортивном оружии, регламентированный официальными правилами соревнований, которые позволяют определить победителя в схватке на основе установленных тактических приоритетов и времени опережения.

Условия набора

В группы 1 года обучения принимаются все желающие. Группы 2 и 3 года обучения комплектуются из учащихся освоивших программу 1 и 2 года обучения или имеющих необходимые знания, умения, навыки. Учащиеся, пришедшие из других образовательных учреждений и желающие заниматься по этой программе, должны пройти квалификационное испытание или предоставить документ о прохождении, на основе которого педагог принимает решение о зачислении.

Условия формирования групп

Группы формируются разновозрастные по возрастным диапазонам (7-12 лет)

В течение учебного года при наличии вакантных мест допускается зачисление учащихся на 1-й и последующие года обучения по результатам собеседования или при наличие подтверждающего документа о квалификационном испытании.

Количество обучающихся в группе

Количество обучающихся в группах по программе с учетом вида деятельности, санитарных норм и норм наполняемости: на 1-м году обучения - не менее 10 человек; на 2-м году обучения - не менее 8-10 человек; на 3-м и последующих годах обучения - не менее 10 человек. Размеры малого спортивного зала не позволяют проводить занятия детей с оружием более 10 человек.

Форма организации учебного процесса

Форма организации учебного процесса при реализации программы – учебное занятие.

Формы организации занятий

Занятия по программе проводятся преимущественно всем составом группы, при необходимости (при подготовке к соревнованиям) могут проводиться по малым группам, индивидуально.

Формы проведения занятий

Формами проведения учебных занятий по программе являются тренировки, соревнования, боевые практики.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

Программой предусмотрены следующие формы организации деятельности учащихся на занятии:

фронтальная (показ, объяснение),

групповая (соревнования, боевые практики, тренировки),
в малых группах (работа над технико - тактическими навыками и т.п.),
индивидуальная (для работы с одаренными детьми, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков и т.п.).

Материально-техническое обеспечение:

- малый спортивный зал с раздевалками;
- дорожки фехтовальные 2 шт,
- мишени 6 штук,
- оружие (рапиры 12 штук),
- электроаппараты,
- подводящие катушки,
- электрошнуры,
- электрические рапиры,
- спортивная форма 350Н,
- мячи, скакалки, барьеры, конусы, утяжелители, резина, скамейки гимнастические.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»

№	название темы	количество часов			формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Место фехтования в системе физического воспитания	4	4	-	опрос, наблюдение, рассказ
2	Гигиена фехтовальщика. Режим дня. Закаливание.	6	6		опрос, наблюдение, рассказ
3	Физическая подготовка	54	4	50	показ, игры
4	Технико-тактическая подготовка (приемы передвижения, спец. движения оружием, фехтование на оружиях)	136	10	126	показ,
5	Соревнования	10	-	10	выступление
6	Контрольно-переводные испытания	6	-	6	сдача нормативов
	Всего	216	24	192	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
 Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»

№	Название темы	количество часов			форма контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	4	4	-	опрос, наблюдение, рассказ
2	Общая физическая подготовка	60	-	60	показ
3	Специальная физическая подготовка	50	3	47	показ
4	Техническая и тактическая подготовка	80	11	69	показ, рассказ, опрос
5	Контрольные соревнования	10	-	10	выступление
6	Контрольно-переводные испытания	6		6	сдача нормативов
7	Итоговые занятия	6	-	6	опрос, наблюдение
	Всего	216	18	198	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»

№	название темы	количество часов			форма контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	4	4	-	опрос, рассказ, наблюдение
2	Общая физическая подготовка	48	3	45	показ, рассказ
3	Специальная физическая подготовка	62	3	59	показ, рассказ
4	Техническая и тактическая подготовка	82	13	69	показ, рассказ
5	Судейская практика	8	2	6	опрос
6	Контрольные соревнования	6		6	выступления
7	Итоговые занятия	6	-	6	опрос, наблюдения
	Всего	216	25	191	

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 103-о от «30» августа 2022

Директор ГБОУ СОШ №249

им М.В. Маневича

_____ Д.Р.Чупрей

«_____» _____ 2022г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Реализации дополнительной общеразвивающей программы

«ФЕХТОВАНИЕ»

на 2022-2023 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	31.05	36	216	3 раза по 2 часа
2 год	01.09	31.05	36	216	3 раза по 2 часа
3 год	01.09	31.05	36	216	3 раза по 2 часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»

ЗАДАЧИ

Обучающие:

- освоить начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: простые атаки, контратаки, умение работать в паре;
- освоить начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: сложные атаки, контр защиты;
- познакомить учащихся с владением оружия фехтования – рапира.

Развивающие:

- способствовать развитию всесторонней физической подготовки;
- способствовать развитию реакции;
- способствовать развитию логики мышления;

Воспитательные:

- воспитать психологическую выносливость;
- воспитать целеустремленность;
- воспитать силу воли, стремление к победе.

СОДЕРЖАНИЕ

1.Введение. Правила техники безопасности. Правила соревнований. Тактическая подготовка.

2.Физическая подготовка.

Упражнения на развитие координации движений, скоростных силовых качеств, выносливости. Спортивные игры обязательно входят в физическую подготовку с целью развития тактического мышления (лапта, ручной мяч, регби, спортивные эстафеты)

3.Специальная подготовка

Начальное групповое обучение простым одноклассовым атакам.

Начальная первичная подготовка-технические приемы при концентрации своего внимания и мыслей только на самом процессе выполнения приема, необходимость распределить свое внимание одновременно на два объекта: на выполнение и на нахождение подходящего момента для начала атаки. Обучение атакам проходит на мишенях и чучелах.

Упражнения в выполнении простых атак.

Парные упражнения.

На рапирах: исходное положение - средняя дистанция, позиция 6-е, ученик Л в произвольный момент наносит укол прямо с выпадом. Ученик Б, видя начало атаки партнера, делает небыстро шаг назад и, не пытаясь защищаться оружием, получает укол.

Упражнения в выполнении простых атак с дальней дистанции.

Исходные положения оружия- боевые позиции.

В произвольный момент ученик А производит атаку с выпадом сразу же после предварительного приближения быстрого шага или прыжка вперед. Ученик Б, обслуживая своего партнера, не спеша и несколько опаздывая с началом отступления, получает туше: рапирист- укол из 6-го нейтрального соединения.

Для усложнения упражнений, заставляющих учеников действовать вариативно в зависимости от того или иного боевого реагирования противника. Предлагается отступить, т. е. выполнить шаг назад, делая

его то медленно с опозданием, то быстро, своевременно.

Атакующий меняется после выполнения шага вперед атаковать с выпадом, если возникает средняя дистанция вследствие запаздывающего отступления противника «противника» или повторить шаг вперед при своевременном отходе партнера.

Упражнение с выбором.

Ученику предлагается выбрать или момент применения действия или содержание действий.

Упражнения с выбором являются мостом от упражнений к бою. Они имеют громадное значение в технической подготовке фехтовальщика. Выполняя упражнение в атаках с выбором, ученик должен держать в уме в первую очередь те приемы противника, которые в данной текущей ситуации технически наиболее быстро и легко реализуемы.

Упражнения в выполнении атак с непредметным завершением.

Условия: групповое выполнение. Простое парное. Вид оружия - рапира. Исходное положение – дистанция средняя, партнеры в 4-й позиции.

4.Тактическая подготовка

Поскольку тактика есть практическое умение разумно вести бой, то и обучение ей проходит на практических занятиях в парных упражнениях, индивидуальных занятиях и боях. Предусмотрены упражнения различной степени сложности на отработку тактического умения, на переключение и распределение внимания, упражнения с выбором, упражнения на быстроту, правильность и вариативность технического реагирования.

Эти упражнения развивают чувства боя в плане быстроты и точности восприятий и дифференцированной двигательной реакции на них.

5. Спортивные игры

Введение спортивных игр способствует развитию быстроты, ловкости и общей выносливости фехтовальщика. Воспитание быстроты направлено на развитие скорости

боевых движений, быстрой двигательной реакции (баскетбол, футбол, гандбол). Игры-соревнования, в которых надо соблюдать равновесие, жонглирование предметами способствуют развития ловкости и высокой координации (русская лапта, народные игры, эстафеты «разведчики», «скакуны»). Воспитание физических качеств развития силы способствуют игры с задачами: выталкивание партнера, перетягивание предмета.

Спортивные игры способствуют правильному чередованию мышечного напряжения с расслаблением, созданию положительного эмоционального фона.

6. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм

Значение врачебного контроля и самоконтроля при занятиях. Осуществление врачебного контроля в кружках. Объективные данные самоконтроля: рост, вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление. Понятие о спортивной форме. Тренировки и перетренировки. Меры предупреждения травм. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах, ранах.

7. Соревнования. Правила соревнований

Соревнования по спортивному фехтованию проводятся на трех видах оружия.

Рапира - колющее оружие (удары можно наносить только острием клинка)

Общая длинна рапиры не должна превышать 110 см(длина четырехгранного в сечении гибкого клинка – не более 90см), вес ее составляет до 500гр. Рапира оснащена круглой гардой диаметром 12см.

Шпага похожа по конструкции на рапиру и равна ей по длине. Шпага тоже относится к колющему оружию ,но имеет более жесткий трехгранный клинок, более крупную по размерам гарду (13.5 см в диаметре – так как в бою шпажистов уколы в руку засчитываются) и больший вес – до 770 гр.

Сабля - современная облегченная версия кавалерийского клинка. Имеющая такой же как рапира, вес, но меньшую длину(до 105 см, длинна клинка- не более 88 см), сабля относится к колющему оружию: в поединке саблистов засчитываются не только уколы острием, но и удары различными частями клинка. Сабля имеет овальную гарду со скобой. Что позволяет защищать не только кисть, но и пальцы спортсмена, удары гардой запрещены: за подобные удары начисляются штрафные очки.

Правила соревнований.

Детальное изучение всех пунктов правил. Воспитательное и агитационное значение соревнований. Программа и положение о соревнованиях. Требование к оружию и экипировки. Судейская коллегия и ее права. Права и обязанности участников соревнований. Судейство тренировочных соревновательных боев в кружке в качестве главных судей, ассистентов и младших судей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты: участие учащихся в школьных мероприятиях.

В результате освоения программы 1 года обучения обучающиеся будут

Личностные

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- первичные навыки сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками; дисциплинированность, внимательность, трудолюбие;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;

Метапредметные

- умение развивать интересы своей познавательной деятельности в области вида спорта «фехтование»
- умение объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение работать с партнёром, в соревновательной деятельности;

Предметные

- знание основных правил и навыков фехтования;
- о терминологии разучиваемых упражнений фехтования,
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой (на занятиях фехтованием в том числе) и правилах его предупреждения.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Дополнительной общеразвивающей программы
«ФЕХТОВАНИЕ»
ГРУППЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Дата	Содержание	Всего часов	Теория	Практика
		1. Введение	10	10	
1		Вводное занятие. Правила техники безопасности.		2	
		Правила соревнований.		2	
		Техническая подготовка. Врачебный контроль		2	
2		Гигиена фехтовальщика. Режим дня. Закаливание		2	
		Место фехтования в физическом воспитании		2	
		2. Общая физическая подготовка	54	5	49
		Упражнения на развитие координации движений		0,5	1,5
3		Передвижение в стойке. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
		Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, выносливости		0,5	1,5
		Передвижение. Отработка стойки выпад. Упражнения на развитие координации движений		0,5	1,5
4		Передвижение. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
		Парная работа: простые атаки, защиты		0,5	1,5
		Упражнения на развитие координации движений			2
5		Парная работа: репостная игра			2
		Игра с элементами волейбола. Эстафета			2
		Выполнение контрольных норм			2
6		Упражнения на развитие гибкости			2
		Парная работа: простые атаки, защиты			2
		Парная работа: переход в контратаку, защиты.			2

		Упражнения на развитие ловкости			
7		Парная работа: переход в контратаку, защиты			2
		Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, на развитие гибкости			2
		Игра "ручной мяч"			2
8		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Парная работа: бои типа "разведка-действие". Упражнения на развитие гибкости			2
		Парная работа: бои типа "разведка-действие". Упражнения на развитие ловкости			2
9		Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, выносливости.			2
		Эстафеты			2
		Работа в парах: бои по заданию. Упражнения на развитие ловкости			2
10		Бой проводимый в замедленном темпе. Упражнения на развитие ловкости			2
		Правила соревнований, положение соревнований, правила судейства		2	
		Упражнение на развитие скоростно-силовых качеств. Парная работа: бои на результат			2
11		Парная работа: бои на результат			2
		Упражнение на развитие ловкости			2
		3.Технико-тактическая подготовка (приемы передвижения, спец.движения оружием, фехтование на оружиях)	134	9	12 5
		Игра "ручной мяч"		0,5	1,5
12		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Передвижения: атаки и отход назад		0,5	1,5
		Баскетбол			2

13		Передвижения: атаки и отход назад			2
		Парная работа: бои типа "разведка-действие"		0,5	1,5
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
14		Парная работа: бои на результат			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Парная работа: отработка атак, защиты		0,5	1,5
15		Игра с элементами волейбола			2
		Передвижения: отработка атак и отхода		0,5	1,5
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
16		Парная работа: отработка атак, защиты, переход в контр атаку		0,5	1,5
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Парная работа: репостная игра		0,5	1,5
17		Передвижения: на подбор и удержание дистанции		0,5	1,5
		Передвижения: на подбор и удержание дистанции			2
		Эстафеты			2
18		Парная работа: бои типа "разведка-действие"			2
		Парная работа: бои на результат			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки		0,5	1,5
19		Парная работа: бои на результат			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки		0,5	1,5
		Работа на мишени: отработка укола, упражнения на точность			2
20		Работа на мишени: отработка укола, упражнения на точность			2

		Спортивные игры			2
		Передвижения: отработка атак и отхода			2
21		Парная работа: бои на результат			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Парная работа: бои в замедленном темпе			2
22		Парная работа: бои по заданию			2
		Спортивные игры			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
23		Спортивные игры			2
		Передвижения: отработка атак и отхода		0,5	1,5
		Передвижения: отработка атак и отхода			2
24		Парная работа: бои по заданию			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки		0,5	1,5
		Парная работа: бои по заданию			2
25		Парная работа: бои на результат			2
		Парная работа: бои типа «разведка-действие»		0,5	1,5
		Парная работа: бои на результат			2
26		Парная работа: бои на результат			2
		Работа на мишени: отработка точности укола		0,5	1,5
		Работа на мишени: отработка оптимальной силы укола			2
27		Работа на мишени: отработка атак		0,5	1,5
		Работа на мишени: отработка атак		0,5	1,5
		Работа на мишени: отработка ответных действий после защиты		0,5	1,5
28		Парная работа: бои по заданию		0,5	1,5
		Парная работа: бои типа «разведка-действие»			2

		Парная работа: бои на результат			2
29		Парная работа: бои на результат			2
		Упражнение на развитие гибкости			2
		Упражнение на развитие скоростно-силовых качеств			2
30		Эстафеты			2
		Игра «лапта»			2
		Парная работа: взаимо-уроки			2
31		Парная работа: рипостная игра			2
		Парная работа: отработка атакующих действий			2
		Парная работа: отработка защитных действий			2
32		Парная работа: отработка защитных действий			2
		Парная работа: отработка атак, защиты, переход в контратаку			2
		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
33		Передвижения: шаги в стойке с изменением направления, атаки			2
		Передвижения: на подбор и удержание дистанции			2
		Передвижения: на подбор и удержание дистанции			2
3. Контрольные соревнования			10		10
34		Эстафеты			2
		Игры с элементами волейбола			2
		Соревнования			2
35		Соревнования			2
		Соревнования			2
	4. Контрольно-переводные испытания			8	
		Выполнение контрольно-переводные испытания			2
36		Выполнение контрольно-переводные испытания			2

		Выполнение контрольно-переводные испытания			2
		Итоговое занятие			2
		Всего	216		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
2-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»
ЗАДАЧИ

Обучающие:

- совершенствовать начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: простые атаки, контратаки, умение работать в паре;
- закрепить начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: сложные атаки, контр защиты;
- закрепить способы владением оружием фехтования – рапира.

Развивающие:

- способствовать развитию всесторонней физической подготовки;
- способствовать развитию реакции;
- способствовать развитию логики мышления;

Воспитательные:

- воспитать психологическую выносливость;
- воспитать целеустремленность;
- воспитать силу воли, стремление к победе.

СОДЕРЖАНИЕ

1.Введение. Правила техники безопасности. Правила соревнований. Тактическая подготовка.

2.Физическая подготовка.

Упражнения на развитие координации движений, скоростных силовых качеств, выносливости. Спортивные игры обязательно входят в физическую подготовку с целью развития тактического мышления (лапта, ручной мяч, регби, спортивные эстафеты)

3.Специальная подготовка

Начальное групповое обучение простым однотопным атакам.

Начальная первичная подготовка-технические приемы при концентрации своего внимания и мыслей только на самом процессе выполнения приема, необходимость распределить свое внимание одновременно на два объекта: на выполнение и на нахождение подходящего момента для начала атаки. Обучение атакам проходит на мишенях и чучелах.

Упражнения в выполнении простых атак.

Парные упражнения.

На рапирах: исходное положение - средняя дистанция, позиция б-е,ученик Л в произвольный момент наносит укол прямо с выпадом . Ученик Б, видя начало атаки партнера, делает небыстро шаг назад и, не пытаясь защищаться оружием, получает укол.

Упражнения в выполнении простых атак с дальней дистанции.

Исходные положения оружия- боевые позиции.

В произвольный момент ученик А производит атаку с выпадом сразу же после предварительного приближения быстрого шага или прыжка вперед. Ученик Б, обслуживая своего партнера, не спеша и несколько опаздывая с началом отступления, получает туше: рапирист- укол из 6-го нейтрального соединения.

Для усложнения упражнений, заставляющих учеников действовать вариативно в зависимости от того или иного боевого реагирования противника. Предлагается отступить, т. е. выполнить шаг назад, делая

его то медленно с опозданием, то быстро, своевременно.

Атакующий меняется после выполнения шага вперед атаковать с выпадом, если возникает средняя дистанция вследствие запаздывающего отступления противника «противника» или повторить шаг вперед при своевременном отходе партнера.

Упражнение с выбором.

Ученику предлагается выбрать или момент применения действия или содержание действий.

Упражнения с выбором являются мостом от упражнений к бою. Они имеют громадное значение в технической подготовке фехтовальщика. Выполняя упражнение в атаках с выбором, ученик должен держать в уме в первую очередь те приемы противника, которые в данной текущей ситуации технически наиболее быстро и легко реализуемы.

Упражнения в выполнении атак с непредметным завершением.

Условия: групповое выполнение. Простое парное. Вид оружия - рапира. Исходное положение – дистанция средняя, партнеры в 4-й позиции.

4.Тактическая подготовка

Поскольку тактика есть практическое умение разумно вести бой, то и обучение ей проходит на практических занятиях в парных упражнениях, индивидуальных занятиях и боях. Предусмотрены упражнения различной степени сложности на отработку тактического умения, на переключение и распределение внимания, упражнения с выбором, упражнения на быстроту, правильность и вариативность технического реагирования.

Эти упражнения развивают чувства боя в плане быстроты и точности восприятий и дифференцированной двигательной реакции на них.

5. Спортивные игры

Введение спортивных игр способствует развитию быстроты, ловкости и общей выносливости фехтовальщика. Воспитание быстроты направлено на развитие скорости боевых движений, быстрой двигательной реакции (баскетбол, футбол, гандбол). Игры-соревнования, в которых надо соблюдать равновесие, жонглирование предметами способствуют развития ловкости и высокой координации (русская лапта, народные игры, эстафеты «разведчики», «скакуны»). Воспитание

физических качеств развития силы способствуют игры с задачами: выталкивание партнера, перетягивание предмета.

Спортивные игры способствуют правильному чередованию мышечного напряжения с расслаблением, созданию положительного эмоционального фона.

6. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм

Значение врачебного контроля и самоконтроля при занятиях. Осуществление врачебного контроля в кружках. Объективные данные самоконтроля: рост, вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление. Понятие о спортивной форме. Тренировки и перетренировки. Меры предупреждения травм. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах, ранах.

7. Соревнования. Правила соревнований

Соревнования по спортивному фехтованию проводятся на трех видах оружия.

Рапира - колющее оружие (удары можно наносить только острием клинка)

Общая длинна рапиры не должна превышать 110 см(длина четырехгранного в сечении гибкого клинка – не более 90см), вес ее составляет до 500гр. Рапира оснащена круглой гардой диаметром 12см.

Шпага похожа по конструкции на рапиру и равна ей по длине. Шпага тоже относится к колющему оружию ,но имеет более жесткий трехгранный клинок, более крупную по размерам гарду (13.5 см в диаметре – так как в бою шпажистов уколы в руку засчитываются) и больший вес – до 770 гр.

Сабля - современная облегченная версия кавалерийского клинка. Имеющая такой же как рапира, вес, но меньшую длину(до 105 см, длинна клинка- не более 88 см), сабля относится к колющему оружию: в поединке саблистов засчитываются не только уколы острием, но и удары различными частями клинка. Сабля имеет овальную гарду со скобой. Что позволяет защищать не только кисть, но и пальцы спортсмена, удары гардой запрещены: за подобные удары начисляются штрафные очки.

Правила соревнований.

Детальное изучение всех пунктов правил. Воспитательное и агитационное значение соревнований. Программа и положение о соревнованиях. Требование к оружию и экипировки. Судейская коллегия и ее права. Права и обязанности участников соревнований. Судейство тренировочных соревновательных боев в кружке в качестве главных судей, ассистентов и младших судей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты: участие учащихся в открытых мероприятиях, участие в соревнованиях районного и городского, всероссийского уровня.

В результате освоения программы 2 года обучения обучающиеся будут

Личностные

- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;

- уважительное отношение к иному мнению;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в

достижении поставленных целей;

Метапредметные

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи
- умение контролировать и объективно оценивать учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение работать с партнёром и в команде во время занятий фехтованием, соревновательной деятельности и показательных выступлений.

Предметные

- выполнять базовые упражнения фехтования;
- уметь ориентироваться в зале;
 - взаимодействовать в паре, в группе.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Дополнительной общеразвивающей программы
«ФЕХТОВАНИЕ»
ГРУППЫ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Дата	Содержание	часы	теория	практика
1	1. Введение		4	4	
		Техника безопасности. Контроль личного снаряжения и оружия Положения о главных соревнованиях.		2	
		Соблюдение норм взаимоотношения между спортсменами и судьями. Врачебный контроль		2	
	2.Общая физическая подготовка		60	5	55
		Упражнения на развитие координации движений			2
2		Упражнения на развитие координации движений			2
		Упражнения на развитие координации движений			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств, выносливости			2
3		Упражнения на развитие координации движения			2
		Игра «Ручной мяч»			2
		Передвижение. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
4		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
		Выполнение контрольных норм			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств.		0,5	1,5
5		Передвижение. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
		Игра «Лапта»			2
		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
6		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств			2
		Передвижение, выпады с уклоном		0,5	1,5
		Защита. Точность уколов после защиты		0,5	1,5
7		Сложные защиты		0,5	1,5

		Передвижение. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
		Упражнения на развитие координации движения. Игра «Ручной мяч»			2
8		Передвижения, атаки		0,5	1,5
		Упражнения на развитие координации движения			
		Выпады с уклоном		0,5	1,5
9		Игра с элементами волейбола			2
		Передвижения, атаки			2
		Простые атаки			2
10		Бой, проводимый в замедленном темпе		0,5	1,5
		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
		Простые атаки			2
11		Бой, проводимый в замедленном темпе. Сложные атаки			2
		Выполнение контрольных норм			2
	3.Специальная физическая подготовка			50	3
		Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы		0,5	1,5
12		Упражнения на развитие скоростных и силовых качеств			2
		Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки		0,5	1,5
		Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы			2
13		Упражнения на развитие скоростных и силовых качеств			2
		Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
		Бои типа «разведка-действие»		0,5	1,5
14		Бои типа «разведка-действие»			2
		Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
		Бои типа «разведка-действие»			2
15		Игра «Лапта»			2
		Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
		Упражнения на развитие скоростных качеств			2

16	Упражнения на развитие скоростных качеств			2
	Передвижение, выпады		0,5	1,5
	Спортивные игры			2
17	Передвижение, выпады			2
	Точность укола			2
	Переход в контратаку		0,5	1,5
18	Точность укола			2
	Переход в контратаку			2
	Защита. Точность уколов после защиты		0,5	1,5
19	Упражнения на развитие скоростных и силовых качеств			2
	Сложные защиты			2
	Переход в контратаку			2
4. Техничко-тактическая подготовка		82	13	69
20	Упражнения на развитие скоростных качеств			2
	Защита. Точность уколов после защиты		0,5	1,5
	Сложные защиты		0,5	1,5
21	Позиции и соединения		0,5	1,5
	Переход в контратаку			2
	Упражнения на развитие силовых качеств			2
22	Упражнения на развитие силовых качеств			2
	Позиции и соединения			2
	Защита, переход в контратаку			2
23	Защита, переход в контратаку			2
	Упражнения на развитие силовых качеств			2
	Сложные защиты		0,5	1,5
24	Упражнения на развитие силовых качеств			2
	Упражнения на чувство оптимальной силы и длительности укола.			2

		Упражнения на точность нанесение укола после выполнения имитации защиты.		0,5	1,5
25		Упражнения на точность, тренировку силы укола, дистанцию.			2
		Упражнения на точность уколов из боевой позиции на различные дистанции			2
		Упражнения на точность, тренировку силы укола, дистанцию.			2
26		Упражнения на чувство оптимальной силы и длительности укола.			2
		Упражнения на точность уколов из боевой позиции на различные дистанции			2
		Упражнения на точность уколов из ранее изученных позиций.			2
27		Объективные данные самоконтроля: рост, вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление		2	
		Тренировки и перетренировки. Меры предупреждения травм		2	
		Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах, ранах		2	
28		Спортивные игры			2
		Передвижения и атаки			2
		Передвижения и атаки			2
29		Передвижения и атаки			2
		Переход в контратаку			2
		Передвижения и атаки			2
30		Переход в контратаку			2
		Передвижения и атаки			2
		Спортивные игры			2
31		Положение о соревновании. Требование к оружию и экипировки		2	
		Парные упражнения. Упражнения в рипостной игре		2	
		Парные упражнения. Упражнения в рипостной игре			2

32		Упражнения в рипостной игре			2
		Взаимоуроки		0,5	1,5
		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
33		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
		Защита. Точность уколов после защиты			2
		5. Соревнования	8		8
		Участие в соревнованиях			2
34		Участие в соревнованиях			2
		Участие в соревнованиях			2
		Участие в соревнованиях			2
6. Контрольно переводные испытания			10		
35		Выполнение контрольных норм			2
		Выполнение контрольных норм			2
		Выполнение контрольных норм			2
36		Выполнение контрольных норм			2
		Выполнение контрольных норм			2
		Итоговое занятие	2		2
Итог:			216	25	191

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
3-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ
Дополнительная общеразвивающая программа
«ФЕХТОВАНИЕ»
ЗАДАЧИ

Обучающие:

- совершенствовать начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: простые атаки, контратаки, умение работать в паре;
- закрепить начальный уровень технико-тактических навыков фехтования: сложные атаки, контр защиты;
- закрепить способы владением оружием фехтования – рапира.

Развивающие:

- способствовать развитию всесторонней физической подготовки;
- способствовать развитию реакции;
- способствовать развитию логики мышления;

Воспитательные:

- воспитать психологическую выносливость;
- воспитать целеустремленность;
- воспитать силу воли, стремление к победе.

1.Теоретическая подготовка

Техника безопасности. Проблемы развития фехтования. Сведения о правилах соревнований и систем их проведения, положение о главных соревнованиях. Контроль личного снаряжения и оружия. Соблюдение норм взаимоотношения между спортсменами и судьями.

2. Общая физическая подготовка

Упражнения на совершенствование двигательных качеств, силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Упражнения на развитие скоростных силовых качеств

Бой, проводимый в замедленном темпе. Разбор ошибок.

Защита. Точность уколов после защиты. Сложные защиты. Разбор ошибок.

Выполнение контрольных норм.

3.Специальная физическая подготовка

Боевая практика, учебные бои, передвижение с заданием

Тренировка с противником. Тактические намерения противника. Действия и противодействия. Защита и ответ. Контратака. Парные упражнения. Упражнения в рипостной игре. Бои типа «разведка-действие». Взаимоуроки.

Участие в соревнованиях и разбор тактико-технических приемов.

4. Техническая и тактическая подготовка

Теория:

Техническое и тактическое совершенствование фехтовальщика. Двигательные действия. Состав действий. Разбор ситуаций. Разнообразные виды боев и способы владения боем:

1. Бои на техническую правильность
2. Бои на результат с ограниченным объемом боевых действий
3. Бой на красивое и правильное выполнение приемов, с оценкой по десятибалльной шкале.
4. Бой, проводимый в замедленном темпе.
5. Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы в рапире.
6. Бои типа «разведка-действие» для тренировки техники атакующих действий.

Учащиеся выполняют бои с оружием.

Тактические комбинации владения боем. Разбор тактико-технических приемов.

Практика:

1. Бои на техническую правильность
2. Бои на результат с ограниченным объемом боевых действий
3. Бой на красивое и правильное выполнение приемов, с оценкой по десятибалльной шкале.
4. Бой, проводимый в замедленном темпе.
5. Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы в рапире.
6. Бои типа «разведка-действие» для тренировки техники атакующих действий.

5. Правила судейства боев

Теория: Судейская бригада: старший судья, секундометрист, секретарь.

Правила начала боя. Защитные экипировки и оружие. Время проведения боя.

Ошибки ведения боя.

Практика: Разбор спаррингов, боевой практики.

6. Контрольные соревнования

Контрольные соревнования рассчитаны на поднятие рейтинга спортсменов и попадание его в команду на соревнование на первенство города, страны и т.д., проходят 1 раз в неделю.

Участвуют все занимающиеся в группе.

7. Итоговое занятие

Открытое мероприятие для родителей.

Соревновательная практика на уровне города, межрегиональный турнир и международная практика соревнований.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты: участие учащихся в открытых мероприятиях, участие в соревнованиях районного, городского, всероссийского уровня.

В результате освоения программы 3 года обучения обучающиеся будут

Личностные

- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в

достижении поставленных целей;

Метапредметные

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи;
- умение контролировать и объективно оценивать учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение работать с партнёром и в команде во время занятий, соревновательной деятельности и показательных выступлений.

Предметные

- совершенствование приемов в передвижении, тактике атак простых и сложных
- продолжить совершенствование на развитие координации движения, скоростных и силовых качеств
- взаимодействовать в паре, в группе.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Дополнительной общеразвивающей программы
«ФЕХТОВАНИЕ»
ГРУППЫ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Дата	Темы и разделы	Часы	Теория	Практика
1	1. Введение		4	4	
		Техника безопасности. Сведения о правилах соревнований и систем их проведения, положение о главных соревнованиях.		2	
		Контроль личного снаряжения и оружия. Соблюдение норм взаимоотношения между спортсменами и судьями.		2	
	2.Общая физическая подготовка		48	3	45
		Упражнения на развитие координации движений			2
2		Упражнения на развитие координации движений			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств, выносливости			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств, выносливости			2
3		Выполнение контрольных норм			2
		Передвижение. Отработка стойки, выпад			2
		Передвижение. Отработка стойки, выпад		0,5	1,5
4		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
		Выполнение контрольных норм			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств.		0,5	1,5
5		Передвижение, выпады с уклоном		0,5	1,5
		Упражнения на развитие скоростных качеств			2
		Упражнения на развитие скоростных силовых качеств			2
6		Защита. Точность уколов после защиты. Сложные защиты		0,5	1,5
		Сложные защиты		0,5	1,5
		Выполнение контрольных норм			2

7	Выпады с уклоном			2
	Передвижения, атаки			2
	Простые атаки			2
8	Бой, проводимый в замедленном темпе		0,5	1,5
	Упражнения на развитие скоростных качеств			2
	Простые атаки			2
9	Бой, проводимый в замедленном темпе. Сложные атаки			2
	Выполнение контрольных норм			2
	3.Специальная физическая подготовка	62	3	59
	Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы		0,5	1,5
10	Бой на технически правильные, скоростные, простые ответы			2
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки		0,5	1,5
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
11	Бои типа «разведка-действие»			2
	Бои типа «разведка-действие»			2
	Бои типа «разведка-действие»		0,5	1,5
12	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
13	Спортивные игры			2
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
	Передвижение в стойке, с изменением направления, атаки			2
14	Передвижение, выпады			2
	Передвижение, выпады		0,5	1,5
	Переход в контратаку			2
15	Точность укола			2
	Защита. Точность уколов после защиты			2
	Защита. Точность уколов после защиты		0,5	1,5

16		Точность укола			2
		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Защита. Точность уколов после защиты		0,5	1,5
17		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Сложные защиты			2
		Сложные защиты			2
18		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Защита. Точность уколов после защиты			2
19		Переход в контратаку			2
		Переход в контратаку			2
		Переход в контратаку			2
4. Техничко-тактическая подготовка			82	13	69
20		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Сложные защиты		0,5	1,5
		Сложные защиты		0,5	1,5
21		Позиции и соединения		0,5	1,5
		Переход в контратаку			2
		Переход в контратаку			2
22		Позиции и соединения			2
		Позиции и соединения			2
		Защита, переход в контратаку			2
23		Защита, переход в контратаку			2
		Сложные защиты			2
		Сложные защиты		0,5	1,5
24		Упражнения на чувство оптимальной силы и длительности укола.			2
		Упражнения на точность нанесение укола после выполнения имитации защиты.			2

		Упражнения на точность, тренировку силы укола, дистанцию.		0,5	1,5
25		Упражнения на точность, тренировку силы укола, дистанцию.			2
		Упражнения на точность уколов из боевой позиции на различные дистанции			2
		Упражнения на точность, тренировку силы укола, дистанцию.			2
26		Упражнения на чувство оптимальной силы и длительности укола.			2
		Упражнения на точность уколов из боевой позиции на различные дистанции			2
		Упражнения на точность уколов из ранее изученных позиций.			2
27		Объективные данные самоконтроля: рост, вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление		2	
		Меры предупреждения травм		2	
		Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах, ранах		2	
28		Передвижения и атаки			2
		Передвижения и атаки			2
		Передвижения и атаки			2
29		Переход в контратаку			2
		Переход в контратаку			2
		Передвижения и атаки			2
30		Переход в контратаку			2
		Передвижения и атаки			2
		Спортивные игры			2
31		Положение о соревновании. Требование к оружию и экипировки		2	
		Парные упражнения. Упражнения в рипостной игре		2	
		Парные упражнения. Упражнения в рипостной игре			2

32		Взаимоуроки			2
		Взаимоуроки		0,5	1,5
		Взаимоуроки			2
33		Защита. Точность уколов после защиты			2
		Защита. Точность уколов после защиты			2
		5. Судейская практика	8	2	6
		Судейская бригада: старший судья, секундометрист, секретарь.		0,5	1,5
34		Правила начала боя. Защитные экипировки и оружие. Время проведения боя.		0,5	1,5
		Разбор спаррингов, боевой практики.		0,5	1,5
		Разбор спаррингов, боевой практики.		0,5	1,5
		6. Контрольные соревнования	6		6
35		Выполнение контрольных норм			2
		Выполнение контрольных норм			2
		Выполнение контрольных норм			2
36		Итоговое занятие	6		6
		Итоговое занятие			2
		Итоговое занятие			2
	Итого:		216	27	189

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические материалы. Для реализации данной программы используются следующие педагогические технологии (здоровьесберегающая, личностно-ориентированная, игровая) а также могут быть использованы электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Для реализации поставленных задач в процессе обучения по программе фехтования используются следующие методы:

Словесные методы обучения: <ul style="list-style-type: none">• объяснение;• беседа.	Методы практической работы: <ul style="list-style-type: none">• упражнения;• тренировка.
Методы наблюдения: <ul style="list-style-type: none">• видеосъемка.	Методы игры: <ul style="list-style-type: none">• игры: развивающие, подвижные;• игры на развитие внимания, памяти, воображения.
Наглядный метод обучения: <ul style="list-style-type: none">• видеоматериалы	

Для реализации разделов программы используются следующие дидактические средства: (видео материалы, информационные источники)

Список литературы для тренера:

1. Аркадьев В. Тактика фехтования/В. Аркадьев, Москва, ФИС, 1986
2. Аркадьев В. Фехтование на рапирах/В. Аркадьев, Москва, ФИС, 1975
3. Веленский А. Искусство фехтования/А. Веленский, Феникс, 2006
4. Дейтман Л. Физическая подготовка фехтовальщика/Л. Дейтман, Москва, ФИС, 1975
5. Пономарев А.Н. Фехтование от новичка до мастера/А.Н. Пономарев, Москва, ФИС, 1975
6. Пономарев А.Н. Общие вопросы спортивного фехтования/А.Н. Пономарев, Москва, ФИС, 1982
7. Родионов А. Психологическая подготовка фехтовальщика/А. Родионов, Москва, ФИС, 1975
8. Сайчук Л.В. Ступени мастерства/Л.В. Сайчук, Москва, Сайчук, ФИС, 1981
9. Тышлер Д. От новичка до чемпиона/Д. Тышлер, Феникс, 2006
10. Тышлер Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение./Д. Тышлер, Г. Тышлер, Академический проект, 2007
11. Турецкий Б.В. Обучение фехтованию/ Б.В. Турецкий, Феникс, 2006

Список литературы для детей:

1. Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер, "Фехтование. Что должен знать спортсмен о технике и тактике", 1995
2. В.Я. Базаревич, В. Л. Штейнбах, "Фехтование: Справочник (От Монреаля до Москвы)", 1980

3. Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович, Ю.М. Бычков, Г.Д. Тышлер, В.Я. Базаревич, "Фехтование. Что должны знать спортсмены и тренеры о судействе и проведении соревнований", 2001

Список литературы для родителей:

1. Дворкина Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов у детей: дисс. ... канд. пед. наук, Н.И. Дворкина. – Краснодар, 2002.
2. Ермоленко Е.К. О физической подготовленности городских детей школьного возраста/ Е.К. Ермоленко, Т.Г. Гричанова// Физическая культура, спорт, здоровье: межвуз. сб. науч. труд. – Владимир, 2001.
3. Д.А. Тышлер и Г.Д. Тышлер, "Фехтование. От новичка до чемпиона" , 2007

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся:

Текущий контроль

Освоение дополнительной общеобразовательной программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы, сопровождается текущим контролем успеваемости и промежуточной аттестацией учащихся согласно «Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся отделения дополнительного образования детей ГБОУ СОШ № 249 им. М.В. Маневича Кировского района Санкт – Петербурга».

Текущий контроль успеваемости учащихся в течение учебного года осуществляется с фиксацией достижений учащихся в соответствии с оценочными и методическими материалами дополнительной общеобразовательной программы. Текущий контроль проводится в течение учебного периода в целях:

- контроля уровня достижения учащимися результатов, предусмотренных образовательной программой;
- оценки соответствия результатов освоения дополнительных общеобразовательных программ прогнозируемым результатам;
- проведения учащимся самооценки, оценки его работы педагогом дополнительного образования с целью возможного совершенствования образовательного процесса.

Порядок, формы, периодичность, количество обязательных мероприятий при проведении текущего контроля успеваемости учащихся определяются педагогом дополнительного образования в соответствии учебным планом дополнительной общеобразовательной программы. Формы текущего контроля: наблюдение, тест, анкетирование, анализ выполнения заданий педагога.

Промежуточная аттестация – это установление уровня достижения прогнозируемых результатов освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы.

Целями проведения промежуточной аттестации являются:

- объективное установление фактического уровня освоения образовательной программы и достижения результатов освоения образовательной программы за этап обучения;
- соотнесение этого уровня с требованиями прогнозируемых результатов образовательной программы;
- оценка достижений конкретного учащегося, позволяющая выявить пробелы в освоении им образовательной программы и учитывать индивидуальные потребности учащегося в осуществлении образовательной деятельности,
- оценка динамики индивидуальных образовательных достижений, продвижения в достижении планируемых результатов освоения образовательной программы.

Промежуточная аттестация проводится в зависимости от срока реализации, дополнительной общеобразовательной программы по итогам года или полугодия.

Формы и содержание промежуточной аттестации определяется самим педагогом на основании содержания дополнительной общеобразовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Формами промежуточной аттестации являются: тестирование; соревнование; турнир; сдача нормативов и др., предусмотренные дополнительной общеобразовательной программой.

Форма фиксации результатов промежуточной аттестации учащихся прописывается в разделе оценочных и методических материалов дополнительной общеобразовательной программы. Результат промежуточной аттестации по каждому из видов результатов сводится в «Диагностическую карту знаний и умений учащихся по программе», где можно проследить результат освоения дополнительной общеразвивающей программы за полугодие по каждому критерию. Каждый из количественных показателей суммируются, определяется уровень результативности (высокий, средний, низкий) освоения дополнительной общеразвивающей программы учащимися за отчетный период (первое, второе полугодие учебного года). Критерии определения уровня результативности: Высокий уровень результативности (выс) - Общая сумма 2,5-3,0 баллов; Средний уровень результативности (сред) - Общая сумма 1,5-2,4- баллов; Низкий уровень результативности (низ) - Общая сумма 0-1,4 баллов. Все формы аттестации проводятся во время учебных занятий, согласно расписанию занятий объединений.

Контрольные упражнения по общей физической культуре

Физические способности	Контрольные упражнения (тест)
Скоростные	Бег 30 м,с
Координационные	Челночный бег 3x10 м, с
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см
Скоростно-силовые	Прыжки на скакалке за 30 секунд, раз
Силовые	Подтягивания лежа (на низкой перекладине), раз
Скоростно - Силовые	Приседания (ноги на ширине плеч) за 30 секунд, раз
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см