

**АНО ДПО ЦМПП  
«МАЯК-ПРОФИ»**

---

**дополнительная профессиональная программа**

**ТЕХНИКА ФЕХТОВАНИЯ И ПОСТАНОВКА  
СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В АРТ-  
ФЕХТОВАНИИ**

Категория слушателей: тренер, тренер-преподаватель

Объем часов: 72

Форма и организация обучения: очная, одновременно, непрерывно

**МОСКВА 2021**

Программа утверждена и рекомендована  
Учебно-методическим советом  
АНО ДПО ЦМПП «МАЯК-ПРОФИ»

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа рекомендована Экспертным советом  
ОФСОО «Федерация арт-фехтования России»  
и утверждена решением Президиума  
ОФСОО «Федерация арт-фехтования России»  
от 14-го декабря 2021г.

Составители:

**Мовшович Алек Давыдович**, профессор кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)

**Лихтаренко Виктория Михайловна**, председатель коллегии судей ОФСОО «Федерация арт-фехтования России»

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	4
Требования к уровню освоения содержания курса .....	5
Программа. Распределение часов по темам и видам работ .....	9
Программа. Краткое содержание разделов. ....	10
Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы слушателей.....	18
Примерная тематика рефератов для слушателей .....	20
Содержание зачетных требований для слушателей .....	23
Информационное обеспечение программы .....	27

## **Введение**

**Цель** настоящей программы состоит в повышении квалификации специалистов в формате совершенствования тренерского мастерства в области теории и методике арт-фехтования с учетом передовых технологий тренировки начинающих и квалифицированных спортсменов.

**Задачи курса** заключаются в следующем:

- углубленное освоение теоретических и практических основ постановки соревновательных программ различного уровня сложности;
- Знакомство с прогрессивными методиками тренировки квалифицированных арт-фехтовальщиков; техническая, двигательная и интеллектуальная тренировка спортсменов различного уровня подготовленности;
- развитие творческого мышления слушателей, совершенствование теоретических знаний основ арт-фехтования. Освоение практического опыта ведущих тренеров России;
- творческое изучение отечественной и зарубежной научно-методической литературы по фехтованию и арт-фехтованию.

**Место курса** в профессиональной подготовке слушателя.

Место данной программы в системе повышения квалификации тренеров по арт-фехтованию обусловлено уникальностью и многогранностью дисциплин «арт-фехтование», их принципиальным отличием от фехтовального единоборства, а так же необходимостью направлять процесс обучения на совершенствование тренерского мастерства на основе творческого подхода к организации тренировки арт-фехтовальщиков с учетом их индивидуальных свойств.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика физического воспитания, теория спорта, психология и психофизиология спортивной деятельности, биомеханика и метрология, реабилитация и восстановление, гимнастика и спортивные игры и др.

### **Соответствие учебной программы Государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования.**

Данная программа построена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего физкультурного образования и предназначена для тренеров, работающих в дисциплинах «арт-фехтование».

### **Требования к уровню освоения содержания курса**

Программа предусматривает освоение знаний и умений, направленных на совершенствование навыков постановки конкурентоспособных соревновательных программ; углубление знаний в области организации тренировочного процесса в формате совершенствования тренерского мастерства; освоение навыков текущего и перспективного планирования и навыков контроля эффективности соревновательной деятельности.

#### **Содержание курса:**

Курс включает в себя следующие **разделы:**

- общие основы теории арт-фехтования;
- техника и тактика фехтования;
- теория и практика построения конкурентоспособных соревновательных программ;
- правила проведения соревнований и система судейства в арт-фехтовании;
- теория и методика технического и двигательного совершенствования арт-фехтовальщиков;

- управление подготовкой спортсменов с ориентацией на высшие достижения.

### **Особенности изучаемого учебного курса.**

Особенность изучаемой программы состоит в освоении новых знаний, совершенствующих тренерское мастерство специалистов в области арт-фехтования, в соотношении правил соревнований и технологии судейства в различных дисциплинах арт-фехтования с результатами соревновательной деятельности и подготовкой спортсменов различной квалификации.

### **Формы организации учебного процесса.**

Программой курса предусмотрено чтение лекций, проведение практических и семинарских занятий, а также самостоятельная работа слушателей.

### **Взаимосвязь аудиторной и самостоятельной работы студентов при изучении курса.**

В ходе изучения курса обучаемые слушают лекции, посещают практические и семинарские занятия. Особое место в овладении данным курсом отводится самостоятельной работе, которая направлена на развитие умений:

- подбирать упражнения в соответствии с педагогическими задачами как начального этапа, так и этапа спортивного совершенствования;
- ориентироваться в правилах проведения соревнований и в существующей системе оценивания соревновательных программ;
- составлять соревновательные программы с учетом квалификации и возраста занимающихся в различных дисциплинах арт-фехтования.

### **Требования к знаниям и умениям в соответствии с квалификационной характеристикой.**

В результате изучения курса слушатель должен:

#### **Знать:**

- основные понятия теории и методики арт-фехтования;

- основы периодизации и планирования тренировки в годичном цикле;
- частные методики тренировки и методы совершенствования техники приемов арт-фехтования;
- формы организации занятий, формы и содержание специальных упражнений;
- основные подходы к постановке и отработке соревновательных программ;
- систему оценивания соревновательных программ.

**Уметь:**

- ставить педагогические задачи и подбирать средства и методы для их решения;
- составлять соревновательные программы разного уровня сложности с учетом индивидуальных особенностей спортсменов, ориентированные на достижение максимально возможного результата на соревнованиях;
- проводить групповые занятия и индивидуальные уроки с разнообразными педагогическими задачами и с различным контингентом занимающихся;
- использовать особенности психомоторных и личностных свойств спортсменов для индивидуализации технического оснащения и достижения высоких соревновательных результатов;
- пользоваться специальной научно-методической литературой и результатами научных исследований в области теории и методики фехтования и арт-фехтования.

**Владеть:**

- педагогическими средствами и методами обучения и совершенствования арт-фехтовальщиков различного уровня и квалификации;
- знаниями и практическими умениями для решения педагогических задач индивидуализации двигательного и технического оснащения арт-фехтовальщиков;
- навыками управления соревновательной деятельностью арт-фехтовальщиков в условиях проведения соревнований;

- навыками текущего и перспективного планирования подготовки арт-фехтовальщиков к знаковым соревнованиям спортивного сезона;
- навыками постановки и отработки конкурентоспособных соревновательных программ для спортсменов различной квалификации.

### **Объемы и сроки изучения.**

Курс «Техника фехтования и постановка соревновательных программ в арт-фехтовании» общим объемом 72 часа – изучается в течение двух недель.

### **Виды контроля знаний слушателей и их отчетности.**

Требования к освоению программы сводятся к текущей оценке знаний по разделам курса в рамках пройденной тематики и завершаются подготовкой реферата по избранной теме.



## Программа. Распределение часов по темам и видам работ

Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия (час.)			Самосто- ятель- ная работа
		В том числе			
		лекции	семинары	практ. занят.	
<b>Раздел 1. Общие основы теории арт-фехтования</b>	<b>4</b>				
1.1. Введение в специализацию. История фехтования.	2	2			
1.2. Объективные условия соревновательной деятельности в арт-фехтовании.	2	2			
<b>Раздел 2. Техника и тактика фехтования</b>	<b>4</b>				
2.1. Состав типовых приемов ведения боя. Техника и тактика фехтования, их составляющие и взаимосвязь	4			4	
<b>Раздел 3. Методика тренировки</b>	<b>10</b>				
3.1. Подготовка спортсменов с ориентацией на высшие достижения. Специфические методы тренировки.	2	2	2	4	2
<b>Раздел 4. Постановка и отработка соревновательных программ в различных дисциплинах арт-фехтования</b>	<b>54</b>				
4.1. Правила проведения соревнований по арт-фехтованию	2		2		
4.2. Система оценивания соревновательных программ в арт-фехтовании	18	2		8	8
4.3. Постановка и отработка соревновательных программ для спортсменов различных возрастных групп и уровней квалификации	34		4	16	14
	<b>72</b>				

## **Программа. Краткое содержание разделов.**

### **1.1. Введение в специализацию. История фехтования**

#### *Лекция*

Фехтование спортивное и артистическое – общее и отличия. Структура занятия при обучении арт-фехтованию. Задачи подготовки тренеров по арт-фехтованию, объемы знаний, умений, навыков. Требования к тренеру по арт-фехтованию. Характеристика профессиональной деятельности тренера в арт-фехтовании.

Возникновение фехтования как способа противодействия противнику, вооруженному холодным оружием. Развитие фехтования как искусства владения холодным оружием. Трансформация европейского холодного оружия от «тяжелого» к «легкому».

Фехтование в Древнем мире и в средние века. Формирование национальных систем фехтования: итальянской, французской, немецкой и распространение их в мире. Зарождение и развитие фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии. Основоположники отечественной школы фехтования. Участие русских фехтовальщиков в Стокгольмской Олимпиаде (1912 г.).

Фехтование в СССР (1917-1991гг.). Развитие фехтования в послевоенные годы. Участие фехтовальщиков СССР и РФ в Олимпийских играх (1952-2020гг.). Вклад представителей СССР, СНГ и России в международное олимпийское и спортивное движение.

История зарождения современного арт-фехтования, его исторические прототипы. Современные проблемы развития арт-фехтования в России и в мире. Роль ОФСОО ФАФР в развитии арт-фехтования и механизмы её взаимодействия с ФФР и гос. органами.

## **1.2. Объективные условия соревновательной деятельности в арт-фехтовании**

### *Лекция*

Общее понятие об объективных условиях соревновательной деятельности арт-фехтовальщиков. Воздействие нагрузок на организм арт-фехтовальщика в различных дисциплинах. Характеристика мест занятий и соревнований: оборудование, площадка, система информации, организация судейства.

Анализ основных внешних воздействий на участника соревнований: отношение зрителей, взаимопонимание между участниками, спортсменом и тренером, спортсменом и судьями. Характеристика психического состояния спортсмена при поражении, победе.

Особенности соревновательной деятельности арт-фехтовальщиков в различных дисциплинах.

Характеристика мышечной работы арт-фехтовальщика. "Физическая" и "психическая" усталость. Специализированность двигательных качеств арт-фехтовальщика и их совершенствование для работы на различных видах оружия.

Учет специфики деятельности арт-фехтовальщика на соревнованиях для рационального построения физической, технической и психологической подготовки спортсменов.

Психические качества, наиболее важные для арт-фехтовальщиков, и методы их совершенствования.

## **2.1. Состав типовых приемов ведения боя и критерии их оценки.**

### **Техника и тактика фехтования, их составляющие и взаимосвязь**

#### *Практическое занятие*

Классификации средств единоборства и их развитие в теории фехтования. Двигательные и смысловые компоненты действий

фехтовальщика в поединке. Приемы и действия фехтовальщика. Состав технических приемов фехтования. Основные положения и движения; передвижения; перемены позиций и соединений; уколы, удары, уколы и удара; батманы, захваты, отбивы.

Сочетания одноструктурных и разноструктурных приемов, комбинаций приемов. Динамические и кинематические характеристики выполнения приемов (пространственные, пространственно-временные, временные, силовые, инерционные, ритмические).

Разбор и характеристика основных понятий и терминов.

Технические термины: поражаемая поверхность, секторы поражаемой поверхности, фехтовальная линия, темп, время, быстрота (абсолютная, относительная), укол, удар, боевая стойка, шаг, скачок, выпад, позиция, дистанция, соединение и др.

Термины, связанные с соприкосновением оружия: нажим, захват, батман, отведение, подстановка, завязывание.

Тактические термины: боевое действие, атака, защита, ответ (рипост); атаки: ложная, повторная, ответная, основная; контратака; вызов, провоцирование, обман (финт) и др.

Разбор и характеристика методических терминов: групповой урок, индивидуальный урок, методический прием, метод обучения, метод совершенствования; упражнения с партнером: с взаимопомощью, взаимоуроки, контры; учебные бои.

Разбор терминов и понятий, относящихся к систематике приемов и классификации действий: понятие о приеме и действии в фехтовании; методический анализ построения системы приемов по разделам: основные положения; передвижения, приемы "игры" оружием, перемена позиций и соединений, удары, захваты, нажимы, завязывания; простые атаки, защиты, ответы; атаки с финтами, атаки с действием на оружие, атаки комбинированные.

Основные требования к исполнению основных (базовых) приемов маневрирования и действий оружием с т.з. правил и системы судейства соревнований по арт-фехтованию.

Взаимосвязь техники и тактики.

Тактические задачи боевых действий, тактические качества, тактические умения. Выбор, подготовка и применение действий. Подготавливающие действия. Тактика ведения отдельной схватки, поединка.

Действия бойца в поединке. Подготавливающие действия и их разновидности. Атаки и их разновидности. Средства противодействия атакам. Действия фехтовальщиков, различающиеся степенью готовности, особенностью реагирования.

Способы ведения поединка. Инициативное и пассивное ведение поединка.

Перенос техники и тактических приемов фехтовального единоборства в соревновательные программы арт-фехтовальщиков. Знание тактических задач боевых действий как показатель уровня подготовленности арт-фехтовальщика. Знание и понимание тактики единоборства на холодном оружии как основа визуальной реалистичности постановочных поединков.

Возможности демонстрации техники и тактики фехтования в различных дисциплинах арт-фехтования.

Основные требования к технике владения холодным оружием в арт-фехтовании.

Критерии оценки тактической грамотности и тактического разнообразия действий исполнителей в соревновательной программе по арт-фехтованию (состав действий, разнообразие начала схваток, разнообразие и обоснованность применения тех или иных действий, дистанция в поединке, своевременность применения действий, использование пространства поля боя, чередование альтернативных действий в типовых ситуациях, имитация

экстремальных ситуаций, многотемповые связки и многоактные схватки и т.д.)

### **3.1 Подготовка спортсменов с ориентацией на высшие достижения. Специфические методы тренировки.**

#### *Лекция*

Этапы многолетней подготовки.

Планирование тренировочного процесса в годичном цикле. Макро и микроциклы.

Репертуар действий арт-фехтовальщика высокой квалификации.

Характеристика двигательных действий в фехтовании на колющих и рубяще-колющих шпагах. Двигательные умения и навыки, совершенствование двигательных навыков в процессе подготовки арт-фехтовальщика.

Применение дидактических и методических принципов в процессе обучения и совершенствования. Контроль и самоконтроль за усвоением техники приемов и действий.

Характеристика основных организационно-методических форм проведения упражнений в процессе обучения арт-фехтованию: упражнения без партнера и у зеркала, упражнения у подсобных снарядов, упражнения с партнером, индивидуальный урок, учебные и тренировочные бои, разучивание, отработка, самостоятельное оставление, запись и анализ исполнения двигательных комплексов с разным количеством партнеров.

#### *Семинарское занятие*

Признаки, характеризующие арт-фехтовальщика высокой квалификации: качество исполнения простых и сложных действий, двигательные качества, физическая и психическая выносливость, исполнительское мастерство, репертуар действий.

Состав атакующих действий и средств противодействия им, работа на различной дистанции, многотемповость и многоактность в постановочном поединке.

Составляющие тренировочного занятия при обучении армфехтованию на различных этапах спортивной подготовки.

Беседа по теме самостоятельной работы.

### *Практические занятия*

Изучение и совершенствование выполнения простых атак уколом прямо, переводом, переносом в различные секторы поражаемой поверхности из всевозможных исходных положений (позиций, соединений, дистанций и др.). Изучение и совершенствование выполнения разновидностей атак ударом.

Изучение и совершенствование выполнения защит и ответов.

Изучение и совершенствование выполнения сложных действий нападения и обороны, разнообразных контратакующих действий. Ближний бой. Расширение репертуара подготавливаемых действий для изображения разведки и маскировки в постановочных поединках.

Способность наблюдать за действиями партнера в процессе выступления, развитие способности к быстрой ориентировке и выбору средств защиты в случае ошибки партнера, формирование навыков использования и подготовки различных дистанций во взаимодействии с оружием партнера.

Методический разбор условий применения изучаемых действий в постановочных боях в зависимости от пространственно-временных характеристик, дистанции и взаимного расположения партнеров и оружия, а также в других технико-тактических взаимодействиях.

Совершенствование двигательных качеств.

Специфические методы тренировки в арт-фехтовании и дополнительные составляющие подготовки арт-фехтовальщиков высокой квалификации.

#### *Самостоятельная работа*

Составить примерные индивидуальные планы подготовки спортсменов разной квалификации.

### **4.1. Правила проведения соревнований по арт-фехтованию**

#### *Семинарское занятие*

Знание правил соревнований – обязанность тренера и необходимое условие построения конкурентоспособной соревновательной программы. Дисциплины арт-фехтования. Требования к дисциплинам и обязательные компоненты соревновательных программ. Хронометраж, технический регламент, требования безопасности, предъявляемые к соревновательным программам. Штрафы и снижения оценок. Условия и место проведения соревнований, права и обязанности участников и организаторов соревнований.

### **4.2. Система оценивания соревновательных программ в арт-фехтовании**

#### *Лекция*

Знание правил соревнований и системы судейства - залог грамотного построения соревновательной программы. Эффективная система судейства как хороший стимулятор развития вида спорта. Актуальные проблемы, сложности и возможные пути развития и совершенствования системы судейства в различных дисциплинах арт-фехтования.

#### *Практические занятия*

Критерии судейства в арт-фехтовании. Судейские термины.

Методические рекомендации для судей ОФСОО ФАФР. Составляющие оценки соревновательных программ в различных



дисциплинах. Критерии оценки базовой техники и репертуара боевых действий в соревновательных программах по арт-фехтованию. Типовые ошибки в базовой технике.

Протоколы соревнований в различных дисциплинах, составляющие оценки. Анализ соревновательных программ различного уровня. Возможные пути повышения судейских оценок за техническую и артистическую составляющие соревновательных программ в различных дисциплинах.

Беседа по теме самостоятельной работы.

#### *Самостоятельная работа*

Оценивание технической и артистической составляющих соревновательных программ в различных дисциплинах арт-фехтования (4-5-соревновательных программ в дисциплине, 2-3 дисциплины по выбору), заполнение учебных протоколов с подробными комментариями.

### **4.3 Постановка и отработка соревновательных программ**

#### *Семинарское занятие*

Тренер-постановщик соревновательных программ. Необходимые знания и умения.

Составляющие соревновательных программ. Основные этапы работы над соревновательной программой. Основы драматургии.

Подбор исполнителей, поиск сюжета и характеров, двигательная схема, запись «партитуры» двигательной схемы, взаимодействие исполнителей, разметка площадки, регламент, «доводка» программ и др.

#### *Практические занятия*

Анализ соревновательных программ различного уровня сложности – качественный состав исполнителей, целостность, сложность, зрелищность и другие составляющие постановок. Тактика построения конкурентоспособных соревновательных программ. Типичные ошибки в

композиционном построении программ. Тактика построения соревновательной программы. Тактика командной борьбы.

Беседы по темам самостоятельных работ.

### *Самостоятельная работа*

1. Разработка сценария и составление двигательной схемы (действие оружием, маневрирование, дополнительные компоненты) соревновательной программы в дисциплине «Упражнение соло».

2. Разработка сценария и составление двигательной схемы (действие оружием, маневрирование, рисунки перестроений, дополнительные компоненты) соревновательной программы в дисциплине «Упражнение группа».

3. Разработка сценария, определение основных «опорных точек» и составление схемы боя соревновательной программы в дисциплине «Дуэт».

4. Разработка сценария, определение основных «опорных точек» и основ группового поединка соревновательной программы в дисциплине «Группа».

5. Постановка соревновательных программ для спортсменов различной квалификации (уровень подготовки и дисциплина – по выбору).

6. Доработка и совершенствование существующих соревновательных программ с целью потенциального повышения оценки за техническую и артистическую составляющие.

### **Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы слушателей**

1. Анализ соревновательных программ различного уровня в дисциплине «Дуэт от 16 века». Техническая и тактическая оснащенность спортсменов в соревновательных программах различного уровня сложности.

2. Анализ выступлений в различных дисциплинах на чемпионате России по арт-фехтованию. Типовые ошибки в технике, тактике, композиционном построении.

3. Составление индивидуальных планов подготовки спортсменов различной квалификации.

4. Составление комплексов упражнений, способствующих совершенствованию техники выполнения сложных атак и разновидностей защитных действий.

5. Составление комплексов упражнений, способствующих совершенствованию техники выполнения различных контратакующих действий.

6. Составление комплексов упражнений с использованием выбора действий в заданных ситуациях.

7. Составление комплексов упражнений с использованием произвольного чередования взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях.

8. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на освоение и совершенствование подготавливающих действий.

9. Составление комплексов упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления.

10. Составление тактически грамотного и разнообразного двигательного комплекса для дисциплин «Соло» и «Дуэт» на различных разновидностях оружия или с использованием бытовых имитаторов холодного оружия (по выбору).

11. Тактика построения конкурентоспособных соревновательных программ

12. Разработка сценария и составление двигательной схемы (действие оружием, маневрирование, дополнительные компоненты) соревновательной программы в дисциплине «Упражнение соло»

13. Разработка сценария и составление двигательной схемы (действие оружием, маневрирование, рисунки перестроений, дополнительные компоненты) соревновательной программы в дисциплине «Упражнение группа».

14. Разработка сценария, определение основных «опорных точек» и схемы боя соревновательной программы в дисциплине «Дуэт».

15. Разработка сценария, определение основных «опорных точек» и основ группового поединка соревновательной программы в дисциплине «Группа».

16. Основные этапы работы над соревновательной программой.

17. Оценивание технической и артистической составляющих соревновательных программ в различных дисциплинах арт-фехтования.

18. Постановка соревновательных программ для спортсменов различной квалификации (уровень подготовки и дисциплина – по выбору).

19. Доработка и совершенствование существующих соревновательных программ с целью потенциального повышения оценки за техническую и артистическую составляющие.

### **Примерная тематика рефератов для слушателей**

1. Состав и характеристика групп технических приемов фехтования.
2. Динамические и кинематические характеристики выполнения приемов фехтования на различных разновидностях оружия.
3. Критерии оценки базовой техники и репертуара боевых действий в соревновательных программах по арт-фехтованию.
4. Типовые ошибки в базовой технике фехтования на различных разновидностях оружия.
5. Планирование тренировочного процесса в арт-фехтовании.

6. Особенности европейских школ фехтования (итальянская, французская, немецкая, испанская и др.), возможности использования характерных приемов в соревновательных программах.

7. Исторические аналоги арт-фехтования, сложности и перспективы развития современного арт-фехтования.

8. Дисциплины «арт-фехтование» и спортивное фехтование на рапирах, шпагах и саблях – общее и отличия олимпийских и неолимпийских дисциплин вида спорта «фехтование».

9. Мировая история, литература и живопись как источник сюжетов и исторических знаний для постановки соревновательных программ в арт-фехтовании.

10. Длинный меч. Основные позиции, маневрирование, репертуар боевых действий, особенности применения, наиболее частые ошибки исполнителей в соревновательных программах.

11. Федершверт – тренировочное оружие немецких горожан. Основные позиции, маневрирование, репертуар боевых действий, особенности применения, наиболее частые ошибки исполнителей в соревновательных программах.

12. Работа длинномерным оружием (шест, копьё, алебарда и др.) Основные позиции, маневрирование, репертуар боевых действий, особенности применения, наиболее частые ошибки исполнителей в соревновательных программах.

13. Фехтование на разновидностях огнестрельного оружия с примкнутым штыком. Основные позиции, маневрирование, репертуар боевых действий, особенности применения.

14. Световой меч. Условности, допущения, приведение наиболее распространенных движений световым мечом к фехтовальному репертуару боевых действий, наиболее частые ошибки исполнителей в соревновательных программах.

15. Фехтование парным оружием. Фехтование «Щит-меч». Фехтование с использованием плаща и т.п., - особенности использования в соревновательных программах. Тактические и технические особенности построения подобных поединков, наиболее частые ошибки исполнителей в соревновательных программах.

16. Техника и тактика и ведения поединка с несколькими соперниками. Постановка соревновательных программ в дисциплинах «Группа»- основные подходы, особенности и сложности.

17. Использование бытовых имитаторов в качестве «оружия» для фехтования в соревновательных программах. Наиболее часто встречающиеся ошибки в соревновательных программах.

18. Фехтование на неинерционных, «полунерционных» и инерционных разновидностях оружия- отличия и общие закономерности в построении соревновательных программ, технике и тактике ведения поединка.

19. Постановка конкурентоспособных соревновательных программ в различных дисциплинах арт-фехтования (по выбору).

20. Составляющие тренировочного занятия при обучении арт-фехтованию в различных частях тренировочного цикла на различных этапах спортивной подготовки.

21. Критерии судейства и составляющие оценки в различных дисциплинах арт-фехтования. Сравнительный анализ оценок нескольких выступлений различного уровня по одному из критериев.

22. Сравнительный анализ соревновательных программ: техническая и тактическая оснащенность, ошибки, сложность, артистическая составляющая (дисциплины и программы - по выбору).

23. Возможные пути совершенствования системы судейства в дисциплинах арт-фехтования (дисциплины по выбору).

24. Требования к соревновательным программам в различных дисциплинах арт-фехтования, факторы, влияющие на оценку (дисциплины по выбору).

25. Мастерство владения оружием (несколько разновидностей оружия по выбору). Внешние проявления и критерии оценки.

26. Фехтование на «восточном» оружии. Возможные варианты и сложности интеграции в арт-фехтование.

27. Многолетняя подготовка арт-фехтовальщика: от начинающего спортсмена до спортсмена высокой квалификации. Этапы, особенности, сложности.

### **Содержание зачетных требований для слушателей**

1. Характеристика фехтования как вида спорта и средства физического воспитания. Место спортивных дисциплин «арт-фехтование» в виде спорта «фехтование».
2. Фехтование как спортивно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Значение и место арт-фехтования в системе физического воспитания в России. Воспитательное значение арт-фехтования.
4. Техничко-тактические особенности фехтования на рапирах, шпагах и саблях.
5. Фехтование в Древнем мире и в средние века.
6. Формирование и особенности европейских национальных систем фехтования.
7. Зарождение фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии.
8. Основоположники отечественной школы фехтования.
9. Участие русских фехтовальщиков в международных соревнованиях XIX века и Стокгольмской Олимпиаде 1912 года.
10. Фехтование в СССР в довоенный период.

11. Фехтование в СССР в послевоенный период. Первое выступление советских фехтовальщиков в Олимпийских играх 1952 года.
12. Современное состояние фехтования в России. Выступление российских фехтовальщиков в Олимпийских играх. Основные проблемы развития арт-фехтования и пути их решения.
13. Общее понятие об объективных условиях деятельности арт-фехтовальщиков и их воздействие на организм занимающихся.
14. Условия проведения занятий и соревнований, анализ основных внешних воздействий на арт-фехтовальщиков в соревновательной практике.
15. Конфликтность боевого единоборства и дефицит времени и информации в фехтовании. Арт-фехтование как альтернатива для тех, кто не готов к единоборству.
16. Характеристика мышечной работы арт-фехтовальщика в различных дисциплинах. «Физическая» и «психическая» усталость.
17. Значение учета специфики деятельности арт-фехтовальщика на соревнованиях для рационального построения физической, технической и психологической подготовки спортсмена.
18. Психические качества, наиболее важные для арт-фехтовальщиков и методика их совершенствования.
19. Основные принципы построения систематики приемов.
20. Развитие и основные принципы построения классификации действий.
21. Состав приемов фехтования. Понятия «боевое действие» и «технический прием».
22. Тактические задачи (намерения) боевых действий в фехтовании.
23. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединке.
24. Критерии оценки исполнения боевых действий в арт-фехтовании.



25. Понятие о базовой технике фехтования и мастерстве владения оружием. Значение технической подготовки для достижения высоких результатов в арт-фехтовании.
26. Двигательный механизм приема. Биомеханические основы техники фехтования. Индивидуальные особенности техники фехтования.
27. Взаимосвязь техники, физической подготовки, психологической и тактической подготовки в арт-фехтовании.
28. Устойчивость и высокий уровень овладения базовой техникой как залог достижения высоких результатов в деятельности арт-фехтовальщика.
29. Устойчивость исполнения против «сбивающих» факторов в выступлении.
30. Определение тактики и ее значение в фехтовании. Взаимосвязь техники и тактики. Элементы тактики в арт-фехтовании.
31. Тактическое мышление и его слагаемые у занимающихся арт-фехтованием.
32. Компоненты тактического мастерства в арт-фехтовании.
33. Последовательность освоения приемов и действий в фехтовании.
34. Двигательные умения и навыки. Обучение и совершенствование двигательных навыков в процессе подготовки арт-фехтовальщиков.
35. Применение дидактических и методических принципов в процессе обучения и совершенствования арт-фехтовальщиков.
36. Контроль и самоконтроль за усвоением техники приемов и действий в фехтовании.
37. Характеристика основных организационно-методических форм проведения упражнений в процессе обучения арт-фехтованию.
38. Групповое занятие (урок) – основная форма учебно-тренировочной работы в арт-фехтовании. Структура и принципы построения урока.
39. Задачи и содержание частей урока. Организация и методика проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока.

40. Единство технико-тактической подготовки арт-фехтовальщика. Основные принципы становления технико-тактического мастерства.
41. Методика проведения разминки арт-фехтовальщика. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.
42. Упражнения для специальной физической подготовки – характеристика и классификация.
43. Методика составления комплексов упражнений на развитие скоростно-силовых качеств арт-фехтовальщика.
44. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной выносливости арт-фехтовальщика.
45. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной ловкости арт-фехтовальщика, ориентировки в пространстве.
46. Методика составления комплексов упражнений на развитие специальной гибкости и подвижности в суставах у арт-фехтовальщиков.
47. Характеристика парных упражнений и их место в групповом уроке как одного из основных методов изучения и совершенствования приемов и действий в арт-фехтовании.
48. Виды упражнений с партнером в фехтовании и особенности методики проведения упражнений с партнером в арт-фехтовании.
49. Планирование тренировочного процесса в арт-фехтовании. Индивидуальные планы подготовки.
50. Составляющие соревновательных программ. Основные этапы работы над соревновательной программой.
51. Требования к соревновательным программам в различных дисциплинах арт-фехтования.
52. Правила проведения соревнований по арт-фехтованию.
53. Система оценивания соревновательных программ.
54. Тренер-постановщик соревновательных программ. Необходимые знания и умения.

## Информационное обеспечение программы

1. Аркадьев В.А. Ступени мастерства фехтовальщика, «Физкультура и спорт»- М, 1975.
2. Аркадьев В.А. Фехтование. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 339 с.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
4. Мовшович А.Д. Фехтование спортивное и артистическое: общность и различия олимпийских и неолимпийских дисциплин вида спорта «фехтование»/ А.Д. Мовшович, В.М. Лихтаренко - М.: Издательские решения, 2021.-26с.
5. Мовшович А.Д. Типовая программа (методическое пособие) начальной подготовки по виду спорта «фехтование».
6. Мовшович А.Д. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Первый год обучения. Методическое пособие. / А.Д. Мовшович, В.М. Лихтаренко - М.: Издательские решения, 2021.-66с.
7. Мовшович А.Д. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Второй год обучения. Методическое пособие. / А.Д. Мовшович, В.М. Лихтаренко - М.: Издательские решения, 2021.-62с.
8. Мовшович А.Д. Фехтование. Начинающему тренеру. – М.: Академический Проект, 2011. – 111 с.
9. Мовшович А.Д. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Третий год обучения. Методическое пособие. / А.Д. Мовшович, В.М. Лихтаренко - М.: Издательские решения, 2021.-69с.
10. Мовшович А.Д. Методика обучения спортсменов основам техники фехтования на колющих и рубяще-колющих шпагах. Методическое пособие. / А.Д. Мовшович, В.М. Лихтаренко - М.: Издательские решения, 2021.-44с.

11. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
12. Спортивное фехтование: учебник для вузов физической культуры / под общ. ред. Тышлера Д.А. – М.: Спорт, образование, наука, 1997. – 386 с.
13. Турецкий Б.В. Обучение фехтованию / Б.В. Турецкий. – М.: Академический Проект, 2007. – 430 с.
14. Тышлер Д.А. Искусство сценического фехтования/ Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович. –М.: СпортАкадемПресс, 2004.-271с.
15. Тышлер Д.А. Двигательная подготовка фехтовальщиков / Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович. – М.: Академический Проект, 2007. – 152 с.
16. Методические материалы ОФСОО ФАФР.