

Департамент образования администрации города Томска  
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования  
Дворец творчества детей и молодежи г.Томска

ПРИНЯТА  
на заседании Методического совета  
протокол № 1  
от «22» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
И. о. директора МАОУ ДО ДТДИМ  
\_\_\_\_\_ М.С. Дозморов  
приказ от «25» августа 2025 г. №366

МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА  
ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ Г.  
ТОМСКА

Подписано цифровой  
подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДВОРЕЦ  
ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И  
МОЛОДЕЖИ Г. ТОМСКА  
Дата: 2025.08.25 17:06:11  
+07'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

## «САБЕРФАЙТИНГ»

Возраст обучающихся: 8-18 лет  
Срок реализации: 7 лет  
Уровни реализации: стартовый, базовый, продвинутый

Автор:  
Лобанов Виктор Викторович,  
педагог дополнительного образования  
Консультанты: Н.Ю. Балабанова, методист;  
С.М. Окунева, методист

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Паспорт программы   | 3  |
| 1. Комплекс основных характеристик программы                          | 5  |
| 1.1. Пояснительная записка  | 5  |
| 1.2. Цель и задачи программы  | 13 |
| 1.3. Содержание программы   | 16 |
| 1.4. Планируемые результаты   | 50 |
| 2. Комплекс организационно-педагогических условий                     | 58 |
| 2.1. Календарный учебный график                                       | 58 |
| 2.2. Формы аттестации и контроля, оценочные материалы                 | 59 |
| 2.3. Рабочая программа воспитания                                     | 64 |
| 2.4. Условия реализации образовательной программы                     | 67 |
| 2.5. Список литературы  | 69 |
| Приложение 1. Аттестационные, контрольные и диагностические материалы | 76 |
| Приложение 2. Примерное содержание технической подготовки             | 85 |
| Приложение 3. Дидактические материалы для обучающихся                 | 91 |
| Приложение 4. История редакций образовательной программы              | 92 |
| Приложение 5. Терминология  | 94 |
| Приложение 6. Индивидуальные занятия                                  | 96 |

## **Паспорт программы**

**Название программы** – дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Саберфайтинг»

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная

**Возраст обучающихся** – 8-18 лет

**Срок обучения** – 7 лет

**Особенности состава обучающихся** – разновозрастная группа

**Форма обучения** – очная с возможностью дистанционного обучения

**По уровню освоения** – стартовый, базовый, продвинутый

## **Нормативная база**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. от 31.07.2025).
2. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
4. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в ред. распоряжений Правительства Российской Федерации от 15.05.2023 г. № 1230-р, от 21.10.2024 г. № 2963-р, от 01.07.2025 г. № 1745-р).
6. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 (с изм. на 21.04.2023 г.).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.08.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 1 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

10. Распоряжение Департамента образования Томской области от 14.08.2025 г. № 1261 «Об утверждении Плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025-2030 годы) в Томской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей.
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
12. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».

#### Локальные нормативные акты МАОУ ДО ДТДиМ

1. Устав МАОУ ДО ДТДиМ (утвержден начальником департамента образования администрации Города Томска 10.02.2015 г., с изм. от 10.12.2019 г., от 03.03.2021 г.).
2. Методические рекомендации МАОУ ДО ДТДиМ по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ дополнительного образования.
3. Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля и промежуточной аттестации учащихся МАОУ ДО ДТДиМ (утв. приказом МАОУ ДО ДТДиМ от 23.09.2021 г. № 311).
4. Положение о режиме занятий МАОУ ДО ДТДиМ (утв. приказом МАОУ ДО ДТДиМ от 23.09.2021 г. № 311).
5. Положение о порядке выдачи документа об обучении лицам, освоившим образовательную программу МАОУ ДО ДТДиМ (утв. приказом МАОУ ДО ДТДиМ от 23.09.2021 г. № 311).

## *РАЗДЕЛ № 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»*

### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Авторская образовательная программа определяет содержание образования и воспитания в детском образовательном объединении «Саберфайтинг» МАОУ ДО Дворца творчества детей и молодежи г. Томска. Она разработана на основе многолетнего опыта руководства секциями артистического и спортивного фехтования с учетом существующих подходов к преподаванию спортивного, артистического и сценического фехтования. Эффективность обучения обеспечивается наличием учебных и методических материалов по фехтованию, личной библиотеки и видеоархива педагога. Программа предусматривает освоение курсов по фехтованию на световых мечах, сценическому движению, сценическому фехтованию, истории и теории фехтования.

**Актуальность программы** обусловлена особенностями развития современной отечественной и зарубежной гуманистической (в том числе спортивной) педагогики, ее ориентацией на разностороннее нравственное, интеллектуальное, физическое развитие обучающихся и формирование у них профильных и метапредметных компетентностей как качественных образовательных результатов.

Сегодня социокультурная ситуация в нашей стране характеризуется усилением интереса подростков и молодежи к физическому совершенствованию, здоровому и социально активному образу жизни, интеллектуальному и творческому саморазвитию. В этой связи программа «Саберфайтинг» может привлечь детей возможностью комплексного удовлетворения указанных потребностей в процессе самореализации, что обусловлено использованием новых подходов к организации занятий в физкультурно-спортивном и творческом объединении, участием обучающихся в общественно полезной деятельности и признанием их заслуг в области развития фехтования.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная. Программа содействует физическому воспитанию и творческой самореализации обучающихся средствами фехтования, понимаемого в широком смысле как искусство ведения и демонстрации боя на длинноклинковом холодном оружии. Она ориентирована на развитие физических качеств и способностей детей и молодежи; совершенствование двигательной активности и формирование здорового образа жизни участников коллектива; содействие (средствами разъяснительной и просветительской работы) восприятию обучающимися и их родителями здоровья как ценности, подлежащей сохранению и укреплению. В образовательном процессе подрастающим поколением усваиваются знания и умения в области физической культуры и спорта. Воспитанники 2-7 годов обучения и выпускники коллектива принимают участие в соревнованиях по арт-фехтованию, дисциплины которого «Упражнение соло» (0200071811Л), «Упражнение группа» (0200081811Л), «Дуэт – свободный стиль» (0200111811Л) и «Группа –

свободный стиль» (0200141811Л) в составе вида спорта «фехтование» включены во Всероссийский реестр видов спорта. Также саберфайтеры допущены Российским национальным отделением Международной академии оружия (Académie d'Armes Internationale) «Национальная академия фехтования» к турнирам по международным и адаптированным правилам арт-фехтования.

**Программа «Саберфайтинг» реализуется по следующим уровням:**

1. Ученик, падаван (стартовый уровень);
2. Джедай (базовый уровень);
3. Рыцарь и мастер (продвинутый уровень).

**Характеристика уровней реализации программы**

| Уровень                     | Возраст   | Основные задачи уровня  | Срок реализации | Требования к результатам  |
|-----------------------------|-----------|---|-----------------|---|
| Стартовый (ученик, падаван) | 8-12 лет  | Вхождение в коллектив, знакомство с фехтованием (в том числе с саберфайтингом), выявление и развитие двигательных и интеллектуальных способностей, формирование мотивации к занятиям  | 1-2 г.о.        | Освоение курсов первого и второго годов обучения, получение ранга «падаван», переход на базовый уровень   |
| Базовый (джедай)            | 10-16 лет | Формирование и развитие физической и технической подготовленности, базовых навыков сценического движения, закрепление обучающегося в коллективе   | 3 г.о.          | Освоение курсов третьего года обучения, получение ранга «джедай», переход на продвинутый уровень  |
| Продвинутый (рыцарь)        | 11-18 лет | Совершенствование разносторонней подготовленности саберфайтера как исполнителя боевых сцен, вовлечение в соревновательную, познавательную и творческую коллективную деятельность, в судейство мероприятий; развитие организаторских и педагогических способностей через участие в подготовке саберфайтеров 1-2 годов обучения | 4-5 г.о.        | Освоение курсов четвертого и пятого годов обучения, прохождение итогового контроля, участие в работе объединения в качестве помощника педагога (по желанию) |
| Продвинутый (мастер)        | 16-18 лет | Дальнейшее развитие аспектов подготовленности саберфайтера как сценариста, постановщика, исполнителя боевых сцен, организатора, исследователя фехтования и актерского мастерства, помощника педагога  | 6-7 г.о.        | Освоение курсов шестого и седьмого годов обучения, закрепление субъектной позиции в деятельности  |

Уровни освоения программы соотнесены с рангами, принятыми в коллективе<sup>1</sup>. При этом к рангу «ученик» не предъявляются особые требования – он предназначен в первую очередь для облегчения адаптации обучающегося в коллективе. Ранг «мастер» получают наиболее успешные старшие воспитанники и выпускники объединения. Допускается смешанный разновозрастный и разноуровневый состав групп. Дети, обладающие на момент прихода в коллектив высоким уровнем подготовленности (пришедшие из других клубов аналогичного профиля), могут зачисляться сразу на 2-5-й годы обучения, но ранг «джедай» они получают только после контрольных процедур.

**Новизна образовательной программы** заключается в том, что она общает детей и подростков к саберфайтингу – уникальному направлению постановочного фехтования, возникшему лишь в начале XXI в. Она направлена не только на достижение типичных задач программ физкультурно-спортивной направленности, но и на развитие коллективной креативности воспитанников в рамках интерпретации и практического применения освоенного материала для создания постановочного поединка в технике саберфайтинга.

Новым является использование в саберфайтинге подходов и методов *российской фехтовальной педагогики* (Аркадьев В.А., Булочко К.Т., Мовшович А.Д., Турецкий Б.В., Тышлер Д.А. и др.), *творческого и методического наследия отечественного сценического фехтования* (Бутовский А.Д., Григорьянц Т.А., Дроздин А.Б., Карпов Н.В., Кох И.Э., Круглова А.Г., Люгар А.И., Мейерхольд Вс.Э., Мовшович А.Д., Морозова Г.В., Немеровский А.Б., Овчинников А.В., Патрикеев А.Ю., Робенко О.О., Розин М.В., Станиславский К.С., Стеценко В.М., Ураев А.В., Элькис Г.Я. и др.), *разработок и идей зарубежных постановщиков* (Вайс А., Хауэлл Дж., Хоббс У. и др.). В этой связи новизна заключается в организации преподавания саберфайтинга не на основе воспроизведения обучающимися визуального ряда поединков из кинофильмов «Звездные войны», а через объяснение принципов классического и сценического фехтования, которыми руководствовались постановщики боевых сцен. Все приемы и действия в саберфайтинге изучаются в контексте современной теории фехтования с учетом двигательной специфики их выполнения.

### **Отличительные особенности программы<sup>2</sup>.**

*Возможности самореализации ребенка в фехтовальном коллективе.* Искусство фехтования включает в себя спортивное, утилитарное (практическое, боевое), терапевтическое и постановочное направления. К постановочному относятся соревновательное артистическое фехтование по различным правилам и сценическое фехтование как дисциплина в театральных учебных заведениях и предмет деятельности творческих коллективов. При этом реализации интереса детей, подростков и молодежи к гармоничному развитию и признанию в коллективе способствуют занятия именно постановочным фехтованием, поскольку успешные выступления невозможны без вовлечения в их создание и

<sup>1</sup> См. «Общую характеристику рангов (уровней)».

<sup>2</sup> См. Приложение «История редакций образовательной программы «Саберфайтинг».

демонстрацию значительного количества интересантов. Важными условиями достижения коллективом соревновательных результатов является не только обеспечение качественной общей и специальной физической, технической и психологической подготовленности выступающих и их актерского мастерства, знаний и практических умений в области существующих систем фехтования и боевых искусств. Также пользуются уважением участники, способные сконструировать сценическое оружие и костюмы, придумать сюжеты и написать сценарии, подобрать музыкальное сопровождение и провести тренинг по сценической речи. Обучающиеся получают возможность признания собственных заслуг через последовательное получение рангов, отражающих статусную позицию в объединении. Воспитанники успешно самореализуются в рамках принятой практики взаимного обучения и в постоянной социально ориентированной деятельности – в публичных выступлениях в образовательных учреждениях, на праздниках, фестивалях и иных мероприятиях. Многокомпонентность выступления как продукта коллектива позволяет всем участникам внести в него особый вклад, содействующей реализации личных и общих целей, решению личностных задач. Методология компетентного подхода позволяет представить образовательные результаты в виде компетентностей воспитанников.

*Специфика в сравнении с программами «арт-фехтование».* Методические разработки по арт-фехтованию предполагают постепенное освоение различных видов оружия «от легкого (неинерционного) ко всё более тяжелому»<sup>3</sup>. Напротив, опытно-экспериментальная работа автора в 2004-2022 гг. позволила установить, что обучение фехтованию на рапирах и саблях на начальном этапе подготовки саберфайтера нецелесообразно. *Во-первых*, поклонники «Звездных Войн», составляющие основную часть целевой аудитории существующих коллективов саберфайтеров, ориентированы на конкретный вид оружия – сабер. *Во-вторых*, исследования не обнаружили устойчивой зависимости зрелищности, безопасности и результативности выступлений в стилистике саберфайтинга на официальных соревнованиях по арт-фехтованию по российским правилам от предварительного изучения техники фехтования на рапирах, шпагах и саблях. При этом ознакомление учеников, прочно усвоивших приемы боя на саберах, с другими «школами фехтования», напротив, положительно сказалось на качестве создаваемых поединков. Вследствие этого основы спортивного фехтования, сценического фехтования на исторических видах холодного оружия и подробные сведения по истории и теории фехтования предлагаются не новичкам, а воспитанникам 4-5 годов обучения. Наконец, саберфайтеры 6-7 годов обучения закрепляют собственную субъектную позицию в коллективе за счет вовлеченности в различные виды деятельности, в том числе организаторскую, профильно-педагогическую, творческую (подготовка сценариев, само-

---

<sup>3</sup> Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Методика обучения спортсменов основам техники фехтования на колющих и рубяще-колющих шпагах : Рекомендации для начинающих тренеров по арт-фехтованию. Москва : [Книга по требованию], 2021. 47 с. (а также программы подготовки юных арт-фехтовальщиков этих авторов).



стоятельная постановка боевых сцен), в тематические исследовательские практики.

*Специфика в сравнении с программами сценического движения и фехтования для актеров.* Саберфайтеру, подобно актеру, сражающемуся в боевых сценах, необходимо овладеть навыками выразительного и четкого выполнения технически и координационно сложных действий, научиться раскрывать образ своего персонажа. Однако саберфайтеры, в отличие от студентов театральных вузов, начинают осваивать фехтование на световых мечах, не владея базовыми умениями в области движения (в том числе сценического боя), общей пластики, ритмики и актерского мастерства. При этом названные умения им необходимы. Для сохранения профильной физкультурно-спортивной направленности коллектива определены механизмы компенсации отсутствия предварительной (опережающей изучение фехтования) подготовки:

1. Повышенное внимание к развитию телесного аппарата через одновременное освоение элементов сценического движения, техники и тактики фехтования; саберфайтер не играет мастера боя, а является таковым в заданных обстоятельствах и действиях фехтовальной сцены;
2. Обеспечение зрелищности поединков в основном фехтовальным и движением, а не актерским мастерством; элементы актерского мастерства преподаются в рамках проектирования конкретных выступлений и не составляют отдельного курса;
3. Разработка постановочных поединков на основе традиционной драматической структуры для внешнего отражения внутренних процессов тактической и психологической борьбы.

*Специфика в сравнении с практикой других коллективов саберфайтеров.*

1. Построение образовательного процесса курса «Фехтование на световых мечах» на базе теории и методики современного спортивного фехтования;
2. Понимание техники саберфайтинга как утилитарной: уколы и удары могут совершать работу по разрушению цели при выполнении не фантастическим световым мечом, а его моделью; защита предотвращает получение укола или удара в конкретный сектор, а не имитирует его закрытие. Вследствие этого – активная тренировка с манекеном и на мишени, не характерная для коллективов сценического фехтования или саберфайтинга;
3. Обучение приемам и действиям и постановка поединков на основе адаптации утилитарной техники и тактики ее применения к ключевым стилистическим особенностям фехтования на световых мечах:
  - а. Держание рукояти оружия преимущественно двумя руками;
  - б. Допустимость выполнения результативных ударов как лезвием и обратным лезвием, так и условными плоскостями (голоменами) клинка;
  - в. Невозможность использования приемов «полумеча» и обезоруживаний, предполагающих соприкосновение тела фехтовальщика с клинком;
  - г. Значительное преобладание в количественном отношении фехтовальных действий над акробатическими и рукопашным боем (борьбой);

- д. Многочисленность приемов с поворотами вокруг себя в движении;
- е. Разнообразное передвижение бойцов по сложным траекториям;
- ж. Обилие мулинетов и вольтов.

4. Структурирование программного материала на основе концентрического подхода для освоения в процессе опережающего обучения. Упражнения, изученные в 1-2 годы обучения, на 3-5 годах включаются в целостные методики подготовки спортсменов, актеров, исполнителей боевых сцен, помещаются в контекст теории физического воспитания, фехтования и сценического движения. В течение 1-3 годов обучения практика опережает теорию, на 4-5 годах теория – в рамках подготовки помощников педагога по постановочному фехтованию – раскрывает методику обучения упражнениям и технике фехтования. Обучающиеся 6-7 годов подготовки способны выполнять исследования в рамках профильных курсов с целью их совершенствования в отдельных аспектах и отражения поисковых результатов в содержании программы.

*Специфика в сравнении с программами по спортивному фехтованию.*

1. Формирование восприятия обучающимися друг друга в качестве не противников, а партнеров, взаимно помогающих друг другу выполнить упражнение или фехтовальную сцену. Так, утилитарный навык защиты оружием обеспечивает безопасность исполнителя боевых сцен при ошибке партнера, вследствие чего не сопровождается выработкой «автоматического» или «полуавтоматического» ответа (рипоста);
2. Оснащение учеников элементами знаний и умений спортивного педагога и психолога, необходимыми для инициативно-лидерской деятельности в сфере постановочного фехтования (в спортивном фехтовании «теория и методика предназначены для тренеров и преподавателей», а «для спортсмена не все данные о фехтовании необходимы и тем более не являются первоочередными»<sup>4</sup>);
3. Развитие готовности саберфайтеров соревноваться по различным правилам, необходимой вследствие неопределенности перспектив арт-фехтования в Российской Федерации.

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена нацеленностью на физическое и творческое развитие детей, формирование у них устойчивого интереса к фехтованию как физкультурной, спортивной и творческой деятельности. Программа интегрирует результативные педагогические и методические подходы к подготовке сценических, артистических и спортивных фехтовальщиков, адаптирует их к условиям и тенденциям развития постановочного фехтования в РФ и потребностям, запросам и возможностям детей.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 8 до 18 лет, интересующихся постановочным фехтованием как сферой физкультурно-спортивной, социальной, культурной и творческой самореализации.

---

<sup>4</sup> Фехтование: дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта для реализации в образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта / под общей редакцией А.Д. Мовшовича. Москва: Де'Либори, 2018. С. 48-49.

**Особенности набора детей.** Набор основного состава осуществляется преимущественно с первого по двадцатое сентября, однако возможно зачисление ребенка в течение учебного года. Преимущество при зачислении имеют дети, ранее занимавшиеся спортивным, артистическим или сценическим фехтованием, акробатикой, единоборствами, хореографией. Подростки, имеющие предварительную подготовку, могут зачисляться на 2-5 годы обучения. Основаниями для отказа в приеме являются отсутствие вакантных мест и медицинские противопоказания к занятиям видом спорта «фехтование». Взаимоотношения между учреждением и родителями (законными представителями) обучающихся регулируются договором, фиксирующим права, обязанности и ответственность сторон, возникающие в процессе воспитания и обучения.

### **Объем и срок освоения программы:**

Программа рассчитана на 7 лет, за весь период обучения – 1428 учебных часов групповых занятий, 714 часов индивидуальных занятий.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность:**

Программа состоит из четырех курсов:

1. Фехтование на световых мечах (1-7 годы обучения);
2. Сценическое движение (1-3-й годы обучения);
3. Сценическое фехтование (4-й год обучения);
4. История и теория фехтования (5-й год обучения);
5. Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования (6-7 годы обучения).

Программа рассчитана на 34 учебные недели, в год 204 учебных часа на групповые занятия, 102 часа индивидуальных занятий.

### **Периодичность и объем групповых занятий по курсам программы**

| Год обучения | Название курса   | Периодичность занятий     | Часов в неделю | Всего часов |
|--------------|--|---------------------------|----------------|-------------|
| Первый       | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Сценическое движение   | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Второй       | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Сценическое движение   | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Третий       | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Сценическое движение   | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Четвертый    | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Сценическое фехтование   | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Пятый        | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | История и теория фехтования  | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Шестой       | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |
| Седьмой      | Фехтование на световых мечах   | 2 раза в неделю по 2 часа | 4              | 6           |
|              | Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования | 2 раза в неделю по 1 часу | 2              |             |

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

В течение **первого** года (уровни «ученик», «падаван») дети знакомятся с основами техники саберфайтинга, сценического движения и боя, повышают уровень координационной, физической и пластической готовности, развивают ловкость, выносливость и чувство равновесия, изучают приемы страховки и самостраховки.

В течение **второго** года (уровни «ученик», «падаван») ученики продолжают осваивать базовые приемы и действия нападения, обороны и подготовки в саберфайтинге, элементы сценического движения, боя и пластики, учатся составлять фехтовальные фразы, участвуют в турнирах в качестве статистов.

В течение **третьего** года (уровень «джедай») обучающиеся осваивают более сложные действия и приемы фехтования, совершенствуют технику сценического движения, боя и трюков, создают при помощи педагога и старших обучающихся постановочные поединки, выступают на мероприятиях различного уровня, знакомятся с наследием отечественного сценического движения.

В течение **четвертого** года (уровень «рыцарь») обучающиеся приобщаются к практике работы постановщика боевых сцен и к судейской деятельности, получают начальные знания по спортивной педагогике и психологии, по истории сценического фехтования, пробуют свои силы в проведении групповых и индивидуальных занятий, оценивании постановочных выступлений.

В течение **пятого** года (уровень «рыцарь») воспитанники самостоятельно проектируют и представляют постановочные поединки, обучают технике саберфайтинга и постановке боевых сцен младших воспитанников в качестве помощников педагога, подробно знакомятся с историей и теорией фехтования.

В течение **шестого и седьмого** годов обучения (уровень «мастер») саберфайтеры совершенствуют собственные навыки в создании сценариев боевых сцен, они осуществляют их постановку, исполняют сложные фехтовальные композиции. Обучающиеся ведут индивидуальные и групповые занятия, ориентируются на педагогическую и исследовательскую деятельность в сфере спорта и искусства. Ранее освоенные саберфайтерами элементы знаний и умений по психологии и педагогике, методике организаторской работы углубляются, систематизируются и планомерно закрепляются на практике. В течение данного периода воспитанники целенаправленно вовлекаются в тематическую исследовательскую деятельность, позволяющую улучшать отдельные аспекты профильной активности коллектива.

В течение каждого учебного года обучающиеся принимают участие в мероприятиях воспитательно-познавательного характера, выступают на площадках учреждения, города, области, округа и страны.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Образовательный процесс реализуется очно в разновозрастной группе смешанного состава (по уровням освоения) с участием выпускников объединения. Допускается дистанционное обучение с использованием видеосвязи и рассылки дидактических материалов, а также организация *индивидуальных занятий* с отдельными учениками (в расчете 3 часа на группу). Возможен пе-

ременный состав групп или формирование временных групп по возрастному или квалификационному признаку, участие более подготовленных учеников в обучении менее подготовленных. Количество обучающихся в группе смешанного состава, в которой большинство составляют спортсмены четвертого и последующих годов обучения – не менее 7 человек, при организации группы 1 года обучения – не менее 12 человек.

Наряду с проведением групповых занятий на базе ДТДиМ обучающиеся совершенствуют умения и навыки в рамках сетевого взаимодействия с Федерацией фехтования Томской области (освоение основ фехтования на шпагах и саблях), с Национальной академией фехтования (организация и проведение мероприятий) и с Томским государственным педагогическим университетом (экспериментальная и исследовательская деятельность).

**Формы организации образовательного процесса:** групповая (групповой урок), индивидуальная (индивидуальный урок) для физически, артистически или педагогически одаренных обучающихся (см. Приложение 6).

**Методы обучения:** демонстрация, объяснение, беседа, упражнение, взаимное обучение, игровая ситуация.

**Формы организации учебных занятий:** тренинг, практическое занятие, мастер-класс, семинар, лекция, консультация, соревнование.

**Педагогические технологии:**

1. Проектное обучение, включающее: написание сценариев и проведение мероприятий (соревнования и конвенты по фехтованию, социальные акции); разработку, создание, освоение и демонстрацию постановочных поединков; анализ и воспроизведение (реконструкцию) поединков в учебных видеофильмах, записях различных боев и упражнений;
2. Здоровьесбережение: корригирующие упражнения, стретчинг, релаксация, динамические паузы, дыхательная гимнастика;
3. Дифференцированное обучение как особый подход к трудности и сложности материала для саберфайтеров разного возраста и способностей;
4. Разноуровневое обучение, предполагающее изучение воспитанниками одинаковых учебных тем, но на разной глубине понимания;
5. Опережающее обучение, при котором педагог знакомит обучающихся с краткими основами и элементами теоретических тем, практических упражнений, приемов и боевых действий, освоение которых в дальнейшем запланировано в соответствии с программой.

## **1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы** – содействие переходу от развития к саморазвитию личности в коллективе средствами постановочного фехтования.

В ракурсе личностно ориентированного, деятельностного и компетентностного подходов цель конкретизируется в трёх **группах задач:**

## **I. Личностные задачи<sup>5</sup>:**

- развитие готовности обучающегося к совместной деятельности, способствующей сплочению коллектива и совершенствованию теории и практики саберфайтинга;
- формирование инициативы, лидерских и волевых качеств обучающегося в многокомпонентной профильной активности самоуправляемого<sup>6</sup> коллектива;
- акцентирование обучающимся собственных нравственных ценностей: следование этикету, рыцарской и спортивной культуре.

## **II. Метапредметные задачи:**

- формирование оздоровительно-реабилитационной компетентности: позитивное отношение к укреплению здоровья и здоровому образу жизни, умение использовать здоровьесберегающие технологии при выборе упражнений и нагрузок в самостоятельных занятиях спортом;
- формирование двигательной компетентности: разносторонняя физическая подготовленность и многообразие двигательного опыта, умение использовать его в различных формах спортивной деятельности;
- формирование компетентности в сфере самоконтроля и физического саморазвития: представления об индивидуальных возрастных особенностях и физических возможностях, умение подбирать средства и методы для индивидуальных форм занятий физическими упражнениями, планировать их содержание и осуществлять контроль над функциональным состоянием организма, проводить наблюдения за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью;
- формирование и развитие коммуникативной компетентности: умение взаимодействовать на равных с людьми разного возраста, преодолевать коммуникативные барьеры, работать в группе, высказывать свою позицию в группе и при необходимости отстаивать её;
- формирование социальной компетентности: проявление общественной инициативы, получение опыта успешного участия в различных видах деятельности: тренировочном занятии; постановочном поединке; познании в коллективном, групповом и взаимном обучении, публичных выступлениях; активное участие в самоуправлении.

## **III. Образовательные задачи:**

- формирование профильной компетентности в области фехтования: знание о многообразии видов и направлений фехтовального искусства; об истории фехтования и саберфайтинга как его направления; знание принципов и особенностей утилитарного (прикладного, боевого), по-

---

<sup>5</sup> Отслеживаются с учетом решения метапредметных и образовательных задач в контексте «Мониторинга личностного развития обучающегося».

<sup>6</sup> Самоуправление выстроено на принципах: сменяемости лидеров; общего собрания как высшего органа самоуправления; системы распределения полномочий и ответственности между постоянными и временными командами.

становочного и спортивного фехтования; владение основами методики обучения фехтованию, основами спортивной педагогики и психологии;

- формирование практической компетентности: владение техникой саберфайтинга; умение разработать и представить зрителям постановочный поединок; владение навыками обучения саберфайтингу;
- формирование исследовательской компетентности: умение и готовность проводить элементарные тематические исследования по разным аспектам постановочного фехтования, актерского мастерства, сценического движения, режиссуры и сценаристики, истории костюма и др., результаты которых используются в процессе подготовки боевых сцен участниками коллектива.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

[illegible]



**ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 136              | 12     | 124      |  |
| 1        | Освоение техники упражнений строевой, общей и специальной физической подготовки  | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов   |
| 2        | Начальное освоение боевой стойки, техники передвижений, основных положений, позиций, приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях | 32               | 2      | 30       | Наблюдение, экспертная и взаимная оценка, контрольные упражнения |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения         |
| 4        | Базовая двигательная подготовка в процессе выполнения основных приемов, действий и их комбинаций   | 32               | 2      | 30       | Наблюдение   |
| 5        | Физические упражнения, создающие основу для совершенствования техники сабер-файтинга   | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов   |
| 6        | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения         |

**Курс «Сценическое движение»**

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                              |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
| 1        | Вводные упражнения   | 4                | 2      | 2        | Наблюдение                                     |
| 2        | Бег, дыхательные и заключительные упражнения                           | 4                | 2      | 2        | Наблюдение                                     |
| 3        | Совершенствование осанки и походки                                     | 4                | 2      | 2        | Наблюдение, экспертная оценка, взаимная оценка |
| 4        | Ритмические упражнения, совершенствование координации движения с речью | 4                | 2      | 2        | Экспертная и взаимная оценка                   |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)                 | 2                | -      | 2        | Терминологический                              |

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
|          |  |                  |        |          | диктант,<br>опрос, кон-<br>трольные<br>упражнения и<br>задания                           |
| 6        | Совершенствование равновесия                       | 4                | 2      | 2        | Наблюдение   |
| 7        | Элементы акробатики                                | 4                | 2      | 2        | Наблюдение,<br>экспертная<br>оценка, вза-<br>имная оценка                                |
| 8        | Приемы сценического боя без оружия                 | 4                | 2      | 2        | Наблюдение,<br>экспертная<br>оценка, вза-<br>имная оценка                                |
| 9        | Пластические этюды                                 | 4                | 2      | 2        | Наблюдение,<br>экспертная<br>оценка, вза-<br>имная оценка                                |
| 10       | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) | 2                | -      | 2        | Терминоло-<br>гический<br>диктант,<br>опрос, кон-<br>трольные<br>упражнения и<br>задания |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема   | Содержание   |
|---|--|--|
| 1 | Освоение техники упражнений строевой, общей и специальной физической подготовки (32 часа)  | <i>Теория:</i> Техника безопасности. Задачи строевой, общей и специальной подготовки. Страховка и самостраховка<br><i>Практика:</i> Строевые упражнения (построения, перестроения, повороты, размыкания и смыкания, передвижения). Общеподготовительные упражнения (беговые, гимнастические, игровые и др.). Специальные подготовительные упражнения для развития быстроты действий, скоростной выносливости, ловкости, чувства времени и расстояния, точности (парные, с предметами, с элементами единоборств и др.)  |
| 2 | Начальное освоение боевой стойки, техники передвижений, основных положений, позиций, приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях (32 часа) | <i>Теория:</i> Термины: исходное положение, боевая стойка, боевая линия, дистанция, положение, позиция, фехтовальный прием, фехтовальное действие, нападение (атака, контратака, ответ), оборона (защита, отход, уклонение) и т.д. Части оружия. Специфика техники саберфайтинга. Техника безопасности при выполнении упражнений с оружием.<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на начальное освоение предварительных и основных положений (исходное положение, боевая стойка, выпад, приветствие и др.), позиций оружия (1-9), приемов игры оружием, маневрирования, сближения в атаке, приемов непосредственного поражения противника, комплексов приемов простых атак и активной обороны, приемов непосредственного отражения ударов и уколов противника, и действий. Упражнения, направленные на начальное освоение основных действий подготовки, нападения и обороны. Взаимная оценка и самооценка |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |
| 4 | Базовая двигательная подготовка в процессе выполнения основных приемов, действий и их комбинаций (32 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие о качестве выполнения приемов и действий<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на закрепление техники основных приемов и действий, в том числе фехтовальные комбинации, преднамеренные действия в парах и группах или их имитация в форме постановочного или экспромтного «боя с тенью», действия с выбором в процессе сохранения дистанции. Взаимная оценка и самооценка во взаимопражнениях  |
| 5 | Физические упражнения, создающие основу для совершенствования техники саберфайтинга (32 часа)  | <i>Теория:</i> Понятие о быстроте, силе, выносливости, гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностях.<br><i>Практика:</i> Растягивающие (стретчинг), скоростно-силовые, аэробные, анаэробные, сложнокоординационные упражнения  |
| 6 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |

## Содержание занятий учебно-образовательного курса «Сценическое движение»

| №  | Тема  | Содержание  |
|----|---|---|
| 1  | Вводные упражнения (4 часа)   | <i>Теория:</i> Общее понятие о гимнастике, движении и сценическом движении.<br><i>Практика:</i> Постановка ног, корпуса и головы, начальные координационные и гимнастические упражнения, упражнения на произвольное изменение мышечного напряжения  |
| 2  | Бег, дыхательные и заключительные упражнения (4 часа)                           | <i>Теория:</i> Техника бега (в том числе разминочного), понятие о дыхании, задачи заключительных упражнений.<br><i>Практика:</i> Беговые и дыхательные упражнения   |
| 3  | Совершенствование осанки и походки (4 часа)                                     | <i>Теория:</i> Понятие о правильной осанке и походке, их динамика в историческом аспекте.<br><i>Практика:</i> Простые двигательные навыки (осанка, походка, жесты, позы сидя)   |
| 4  | Ритмические упражнения, совершенствование координации движения с речью (4 часа) | <i>Теория:</i> Понятие о ритме и темпе движения, обоснование необходимости речедвигательной координации.<br><i>Практика:</i> Темпоритмические задания и упражнения, в том числе сочетание фехтовальных приемов с монологической и диалогической речью (монолог Сирано де Бержерака и др.)                     |
| 5  | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (2 часа)                 | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения и задания   |
| 6  | Совершенствование равновесия (4 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие об управлении центром тяжести тела.<br><i>Практика:</i> Тренаж равновесия в движении, на уменьшенной опоре, при переходе от динамики к статике. Упражнения на сохранение равновесного положения оружия   |
| 7  | Элементы акробатики (4 часа)  | <i>Теория:</i> Техника безопасности при выполнении акробатических элементов. Приемы страховки и само страховки.<br><i>Практика:</i> Подготовительные упражнения. Прыжки, базовые падения, перекувырки, стойки, мост и др. Взаимная оценка и самооценка  |
| 8  | Приемы сценического боя без оружия (4 часа)                                     | <i>Теория:</i> Техника безопасности при выполнении приемов сценического боя без оружия.<br><i>Практика:</i> Пощечины, удары кулаком и ребром ладони, удары ногами (в том числе коленом). Комбинации действий сценического боя и их демонстрация. Взаимная оценка и самооценка (рефлексия) качества комбинаций |
| 9  | Пластические этюды (4 часа)   | <i>Теория:</i> Сущность и содержание пластического этюда, его компоненты.<br><i>Практика:</i> Пластические этюды. Взаимная оценка и самооценка (рефлексия) подготовленных и исполненных этюдов  |
| 10 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) (2 часа)                     | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения и задания   |

**ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|---|------------------|--------|----------|--|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |   | 136              | 12     | 124      |  |
| 1        | Общая и специальная физическая подготовка, развитие двигательных качеств  | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов   |
| 2        | Закрепление положения боевой стойки, техники передвижений, других положений, позиций, приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях | 32               | 2      | 30       | Наблюдение, экспертная и взаимная оценка, контрольные упражнения |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)  | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения         |
| 4        | Совершенствование различных сторон подготовленности в процессе выполнения упражнений, основных приемов и действий и их комбинаций                         | 32               | 2      | 30       | Наблюдение, экспертная и взаимная оценка                         |
| 5        | Изучение типичных фехтовальных фраз   | 32               | 2      | 30       | Технический зачёт  |
| 6        | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)  | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения         |

**Курс «Сценическое движение»**

| №<br>п/п | Тема курса                | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|---------------------------|------------------|--------|----------|--|
|          |                           | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |                           | 68               | 34     | 34       |  |
| 1        | Гимнастические упражнения | 4                | 2      | 2        | Наблюдение, экспертная оценка                              |
| 2        | Акробатические упражнения | 4                | 2      | 2        | Наблюдение, экспертная оценка, взаимная оценка             |
| 3        | Продвинутые падения       | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка, контрольные упражнения |

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
| 4        | Прыжки   | 4                | 2      | 2        | Наблюдение, экспертная оценка, контрольные упражнения              |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) | 2                | -      | 2        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения и задания |
| 6        | Приемы сценической борьбы                              | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка                                 |
| 7        | Пластические этюды                                     | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка                                 |
| 8        | Импровизации   | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка                                 |
| 9        | Фехтовальные комплексы                                 | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка                                 |
| 10       | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)     | 2                | -      | 2        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения и задания |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема   | Содержание   |
|---|--|--|
| 1 | Общая и специальная физическая подготовка, развитие двигательных качеств<br>(32 часа)  | <i>Теория:</i> Техника безопасности при выполнении упражнений. Задачи общей и специальной физической подготовки.<br><i>Практика:</i> Упражнения на повышение общей и специальной физической подготовленности и развитие двигательных качеств: беговые с шагами различной частоты и амплитуды, ускорения, дриблинг, со скакалкой, подвижные игры (быстрота); на преодоление собственного веса, веса партнера, с отягощением, прыжково-беговые (сила и скоростно-силовые возможности); продолжительный бег (выносливость); маневрирование и моделирование интенсивных схваток в больших объемах (специальная выносливость); элементы спортивных игр (ловкость); гимнастические и имитационные (гибкость) |
| 2 | Закрепление положения боевой стойки, техники передвижений, других положений, позиций, приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях<br>(32 часа) | <i>Теория:</i> Взаимосвязь физического развития человека и качества техники саберфайтинга.<br><i>Практика:</i> Индивидуальные, парные и групповые упражнения, содействующие закреплению основных положений, позиций, приемов и действий (реализация установок с альтернативным выбором, переключением и торможением). Упражнения с маневрированием в парах, серии приемов передвижений и их комбинаций в сочетании с действиями оружием.   |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)<br>(4 часа)   | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |
| 4 | Совершенствование различных сторон подготовленности в процессе выполнения упражнений, основных приемов и действий и их комбинаций<br>(32 часа)                         | <i>Теория:</i> Этапы обучения двигательным навыкам.<br><i>Практика:</i> Упражнения, способствующие совершенствованию подготовленности саберфайтеров в процессе выполнения основных приемов и действий и их комбинаций (с утяжеленным оружием; с использованием тренажеров – мишени, манекенов и др.). Упражнения в выполнении приемов из нетипичных исходных положений и в неожиданных ситуациях, с осложнением другими двигательными действиями, с варьированием пространственно-временными параметрами действий, с использованием помех. Упражнение на произвольное мышечное расслабление  |
| 5 | Изучение типичных фехтовальных фраз<br>(32 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие о фехтовальной фразе. Простые и сложные фразы. Комбинированная атака. Многотемповые схватки. Логика фехтовальных фраз в постановочном поединке.<br><i>Практика:</i> Фехтовальные фразы, предложенные (показанные и/или объясненные) педагогом и старшими обучающимися   |
| 6 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)<br>(4 часа)   | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |

## Содержание занятий учебно-образовательного курса «Сценическое движение»

| №  | Тема  | Содержание   |
|----|---|--|
| 1  | Гимнастические упражнения (4 часа)                              | <i>Теория:</i> Понятие «фехтовальная гимнастика». Принципы отбора гимнастических упражнений для исполнителя боевых сцен.<br><i>Практика:</i> Основные гимнастические упражнения с оружием  |
| 2  | Акробатические упражнения (4 часа)                              | <i>Теория:</i> Сценическая акробатика в подготовке актера.<br><i>Практика:</i> Индивидуальные и парные акробатические упражнения: статические, динамические (вращательные), локомоторные, с использованием реквизита и мебели  |
| 3  | Продвинутое падение (4 часа)                                    | <i>Теория:</i> Техника безопасности при выполнении падений. Принципы падений.<br><i>Практика:</i> Подготовительные упражнения к падениям. Падения: на бок; скручиваясь; вперед; после выпада, скручиваясь на бок; вперед согнувшись; назад на спину; вперед через голову; сверху вниз; вперед с прямым туловищем; назад через препятствие                        |
| 4  | Прыжки (4 часа)   | <i>Теория:</i> Применение прыжков в бытовых и боевых сценах. Техника безопасности.<br><i>Практика:</i> Прыжки с приземлением на одну ногу, на обе ноги, с падением после приземления, с наступанием на препятствие, опорный прыжок   |
| 5  | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (2 часа) | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения и задания  |
| 6  | Приемы сценической борьбы (4 часа)                              | <i>Теория:</i> Техника безопасности при выполнении бросков и захватов.<br><i>Практика:</i> Подготовительные упражнения. Захваты, броски из европейских и восточных боевых искусств. Захваты за горло, руку; бросок ударом под колено, бросок через бедро, через себя и др. Анализ видеозаписей сценического боя. Оценка и самооценка качества выполнения приемов |
| 7  | Пластические этюды (4 часа)                                     | <i>Теория:</i> Понятие и структура пластического этюда.<br><i>Практика:</i> Исполнение пластических этюдов, показанных и/или объясненных педагогом или старшими обучающимися   |
| 8  | Импровизации (4 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие, особенности и задачи двигательной импровизации в практике подготовки исполнителя боевых сцен. Соотношение преднамеренных и экспромтных действий<br><i>Практика:</i> Двигательные импровизации.   |
| 9  | Фехтовальные комплексы (4 часа)                                 | <i>Теория:</i> Понятие фехтовального комплекса как совокупности бытовых и боевых действий<br><i>Практика:</i> Проектирование и демонстрация простых фехтовальных комплексов. Взаимная оценка качества комплексов   |
| 10 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) (2 часа)     | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения и задания  |



**ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля   |
|----------|--|------------------|--------|----------|---|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |   |
|          |  | 136              | 12     | 124      |   |
| 1        | Совершенствование общей и специальной физической подготовленности  | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов  |
| 2        | Расширение арсенала и поддержание техники передвижений, положений, позиций, фехтовальных приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях | 32               | 2      | 30       | Наблюдение  |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения  |
| 4        | Совершенствование подготовленности и специальных умений в процессе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов                                     | 32               | 2      | 30       | Наблюдение  |
| 5        | Исполнение постановочных поединков   | 32               | 2      | 30       | Выступление   |
| 6        | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения, постановочный поединок (боевая сцена) |

**Курс «Сценическое движение»**

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|---|------------------|--------|----------|--|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |   | 68               | 34     | 34       |  |
| 1        | Выразительность и движение по Фр. Дельсарту       | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка                               |
| 2        | Внешняя техника актера по К.С. Станиславскому     | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, экспертная и взаимная оценка, контрольные задания |
| 3        | Движение актера по И.С. Иванову и Е.С. Шишмаревой | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, контрольные упражнения                        |

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|---|------------------|--------|----------|--|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |   | 68               | 34     | 34       |  |
| 4        | Сценическое движение по И.Э. Коху                           | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка, контрольные упражнения и задания |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)      | 2                | -      | 2        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения             |
| 6        | Пластическая выразительность актера по А.Б. Немеровскому    | 4                | 2      | 2        | Экспертная оценка, взаимная оценка, простой и сложный «диктанты»     |
| 7        | Сценическое движение по Н.В. Карпову                        | 4                | 2      | 2        | Контрольные упражнения   |
| 8        | Физический и акробатический тренинг актера по А.Б. Дрознину | 4                | 2      | 2        | Контрольные упражнения   |
| 9        | Сценическое движение по А.Г. Кругловой и Т.А. Григорьянц    | 4                | 2      | 2        | Пластический этюд  |
| 10       | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)          | 2                | -      | 2        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения             |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема   | Содержание   |
|---|--|--|
| 1 | Совершенствование общей и специальной физической подготовленности (32 часа)  | <i>Теория:</i> Принципы составления комплексов упражнений, обеспечивающих гармоничное физическое развитие исполнителя боевых сцен.<br><i>Практика:</i> Комплексы упражнений, направленных на дальнейшее повышение общей и специальной физической подготовленности (сочетание элементов беговых, гимнастических и игровых упражнений). Комплексы упражнений для развития мышц ног, рук, брюшного пресса и др. Упражнения для развития статической и динамической гибкости (подвижность в позах, наклоны, махи и др.).   |
| 2 | Расширение арсенала и поддержание техники передвижений, положений, позиций, фехтовальных приемов и действий в индивидуальных, парных и групповых упражнениях (32 часа) | <i>Теория:</i> Классификации фехтовальных приемов и действий (по К.Т. Булочко, В.А. Аркадьеву, Д.А. Тышлеру). Двигательная форма фехтовального действия в саберфайтинге.<br><i>Практика:</i> Сложные приемы маневрирования. Комбинированные атаки. Многотемповые схватки. Комбинирование изученных и вновь осваиваемых приемов в боевые действия. Упражнения, совершенствующие качество выполнения изученных положений, приемов и действий, техники передвижения (с элементами гимнастики, подвижных игр). Упражнения с тренажерами  |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |
| 4 | Совершенствование подготовленности и специальных умений в процессе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов (32 часа)                                     | <i>Теория:</i> Индивидуальные стили боевой деятельности фехтовальщиков (по Б.В. Турецкому). Составление фехтовальных фраз с учетом индивидуальных стилей.<br><i>Практика:</i> Упражнения, повышающие качество маневрирования, точность и своевременность боевых действий в различной дистанции и в разном темпоритме (в сочетании с бытовыми, рукопашными и акробатическими элементами). Упражнения для специализации двигательных реакций переключения (сочетание заданных и незаданных установок). Упражнения для специализации предвосхищения дистанции и параметров имитации единоборства (нападения различной глубины и с выбором дистанции и действий обороны) |
| 5 | Исполнение постановочных поединков (32 часа)   | <i>Теория:</i> Аспекты готовности саберфайтеров к исполнению боевых сцен.<br><i>Практика:</i> Разбор, коррекция, заучивание и демонстрация боевых сцен, подготовленных старшими обучающимися или педагогом, зафиксированных на видеозаписях  |
| 6 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения, постановочный поединок (боевая сцена)   |

## Содержание занятий учебно-образовательного курса «Сценическое движение»

| № | Тема   | Содержание  |
|---|--|---|
| 1 | Выразительность и движение по Фр. Дельсарту (4 часа)                 | <i>Теория:</i> Руководство С.М. Волконского по сценическому воспитанию жеста в рамках идей Фр. Дельсарта, рекомендации Фр. Дельсарта в «Хрестоматии актера» (Ю. Писаренко).<br><i>Практика:</i> Выполнение упражнений на сценическое воспитание жеста   |
| 2 | Внешняя техника актера по К.С. Станиславскому (4 часа)               | <i>Теория:</i> Биография и идеи К.С. Станиславского. Книги «Моя жизнь в искусстве», «Работа актера над собой».<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на развитие «телесного аппарата воплощения»   |
| 3 | Движение актера по И.С. Иванову и Е.С. Шишмаревой (4 часа)           | <i>Теория:</i> Основные идеи и принципы построения упражнений по книгам «250 гимнастических упражнений. Индивидуальная гимнастика актера» и «Воспитание движения актера».<br><i>Практика:</i> Упражнения с реквизитом, мебелью и т.п.   |
| 4 | Сценическое движение по И.Э. Коху (4 часа)                           | <i>Теория:</i> Разработки И.Э. Коха в области сценического движения, разница с подходом Е.С. Шишмаревой. Книги «Основы сценического движения. 38 уроков» (1962), «Основы сценического движения» (1970) для вузов, «Основы сценического движения» (1976) для среднего профессионального образования.<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на освоение и развитие двигательных навыков и умений, изучение элементов стилизованного поведения, уместного при создании выступлений в стилистике саберфайтинга |
| 5 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (2 часа)      | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения   |
| 6 | Пластическая выразительность актера по А.Б. Немеровскому (4 часа)    | <i>Теория:</i> Основные тезисы А.Б. Немеровского в работе «Пластическая выразительность актера» (1988). Характеристики пластической выразительности.<br><i>Практика:</i> Элементы психофизического тренинга. Тренировка ритмичности движения. Жонглирование. Падения  |
| 7 | Сценическое движение по Н.В. Карпову (4 часа)                        | <i>Теория:</i> Различия спортивного и актерского подхода к физической подготовке. Понятие чувства движения.<br><i>Практика:</i> Упражнения на развитие чувств баланса, координации, скорости, инерции, напряжения   |
| 8 | Физический и акробатический тренинг актера по А.Б. Дрознину (4 часа) | <i>Теория:</i> Место и роль физического тренинга (включая акробатический) в совершенствовании пластической культуры исполнителя боевых сцен. Принципы тренинга по Дрознину.<br><i>Практика:</i> Корректирующие упражнения, направленные на коррекцию веса, походки, осанки. Упражнения, содействующие повышению активности тела и качества управления им. Авторские элементы акробатики А.Б. Дрознина   |

| №  | Тема   | Содержание   |
|----|--|--|
| 9  | Сценическое движение по<br>А.Г. Кругловой и<br>Т.А. Григорьянц<br>(4 часа) | <i>Теория:</i> Особенности физиологических процессов и пластической анатомии. Причины травматизма и способы его предупреждения.<br><i>Практика:</i> Авторские упражнения, совершенствующие психические и двигательные качества исполнителя боевых сцен |
| 10 | Итоговый контроль по курсу<br>(2 часа)                                     | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения  |

**ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 136              | 12     | 124      |  |
| 1        | Повышение общей и специальной физической подготовленности  | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов   |
| 2        | Расширение арсенала и закрепление изученных приемов и действий, совершенствование двигательной подготовки в процессе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов | 32               | 2      | 30       | Наблюдение   |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения                         |
| 4        | Введение в психолого-педагогическую и судейскую деятельность   | 32               | 2      | 30       | Решение педагогических ситуаций, диагностика                                     |
| 5        | Проектирование и исполнение постановочных поединков  | 32               | 2      | 30       | Выступление  |
| 6        | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, опрос, контрольные упражнения, постановочный поединок |

**Курс «Сценическое фехтование»**

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля   |
|----------|---|------------------|--------|----------|---|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |   |
|          |   | 68               | 34     | 34       |   |
| 1        | Сценическое фехтование по А.И. Люгару и А.Д. Бутовскому   | 4                | 2      | 2        | Опрос, контрольные упражнения                                 |
| 2        | Сценическое фехтование по И.Э. Коху   | 4                | 2      | 2        | Опрос, контрольные упражнения, анализ постановочного поединка |
| 3        | Сценическое фехтование по Г.В. Морозовой, М.В. Розину, Г.Я. Элькису, Ю.Г. Маслаку, А.В. Овчинникову | 4                | 2      | 2        | Опрос, контрольные упражнения и задания                       |

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля   |
|----------|--|------------------|--------|----------|---|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |   |
|          |  | 68               | 34     | 34       |   |
| 4        | Сценическое фехтование по<br>А.Б. Немеровскому, А.З. Закирову,<br>Н.В. Карпову, А.В. Ураеву, В.М. Стеценко | 4                | 2      | 2        | Опрос,<br>контрольные<br>упражнения и<br>задания  |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам<br>первого полугодия)  | 2                | -      | 2        | Терминологи-<br>ческий дик-<br>тант, тестиро-<br>вание, опрос,<br>Контрольные<br>упражнения                       |
| 6        | Сценическое фехтование по<br>Ю.А. Старостину и О.О. Роевко   | 4                | 2      | 2        | Опрос,<br>контрольные<br>упражнения и<br>задания  |
| 7        | Сценическое фехтование по Д.А. Тышлеру<br>и А.Д. Мовшовичу   | 4                | 2      | 2        | Опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>упражнения и<br>задания, анализ<br>постановочных<br>поединков       |
| 8        | Российское артистическое фехтование по<br>А.А. Егорову, С.М. Дрянных,<br>В.М. Лихтаренко, С.В. Мишеневу    | 4                | 2      | 2        | Опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>упражнения и<br>задания, анализ<br>постановочных<br>поединков       |
| 9        | Зарубежное сценическое фехтование по<br>А. Вайсу, Дж. Хауэллу, Т. Хоббсу,<br>Б. Андерсену, Н. Гилларду     | 4                | 2      | 2        | Опрос   |
| 10       | Итоговый контроль по курсу   | 2                | -      | 2        | Тестирование,<br>опрос, кон-<br>трольные<br>упражнения (в<br>том числе<br>«диктант» по<br>А.Б. Неме-<br>ровскому) |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема   | Содержание  |
|---|--|---|
| 1 | Повышение общей и специальной физической подготовленности (32 часа)  | <p><i>Теория:</i> Взаимозависимость разностороннего физического развития и формирования специализированных проявлений физических качеств, необходимых исполнителю боевых сцен.</p> <p><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на повышение функциональных возможностей организма, приобретение двигательных умений и преобразование их в навыки, улучшение и специализирование проявлений двигательных качеств, обеспечивающих выполнение приемов и действий. Корригирующие и восстановительные упражнения (без ситуаций выбора, с пониженной нагрузкой). Упражнения со снарядами и с собственным весом</p> |
| 2 | Расширение арсенала и закрепление изученных приемов и действий, совершенствование двигательной подготовки в процессе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов (32 часа) | <p><i>Теория:</i> Принципы адаптации существующих в технике фехтования на различных видах оружия действий к особенностям моделей световых мечей с учётом стилистики поединков в кинофильмах «Звездные войны».</p> <p><i>Практика:</i> Усложненные комбинации изученных приемов и действий, выполняемые на повышенной скорости, в ситуациях с выбором, с преодолением помех. Упражнения: совершенствующие качество выполнения изученных приемов и действий; с использованием спортивных снарядов и тренажеров</p>  |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения   |
| 4 | Введение в психолого-педагогическую и судейскую деятельность (32 часа)   | <p><i>Теория:</i> Понятие об обучении, воспитании и развитии, о педагогических ситуациях. Типы темперамента. Педагогическая и спортивная этика. Теория конфликта. Возрастные периодизации. Правила и судейство соревнований.</p> <p><i>Практика:</i> Разбор и решение педагогических ситуаций в тренировочной и соревновательной деятельности. Вынесение вердиктов в различных судейских должностях (главный судья, арбитр, старший судья) на соревнованиях по артистическому и спортивному фехтованию</p>  |
| 5 | Проектирование и исполнение постановочных поединков (32 часа)  | <p><i>Теория:</i> Логика и структура постановочных выступлений в различных дисциплинах и номинациях. Связь с сюжетом и образами персонажей.</p> <p><i>Практика:</i> Проектирование и запись поединков, их коррекция при помощи педагога и старших обучающихся, заучивание схем, демонстрация, выступления</p>   |
| 6 | Промежуточная аттестация (по итогам учебного года) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, опрос. Контрольные упражнения, постановочный поединок   |



## Содержание занятий учебно-образовательного курса «Сценическое фехтование»

| № | Тема  | Содержание   |
|---|---|--|
| 1 | Сценическое фехтование по А.И. Люгару и А.Д. Бутовскому (4 часа)  | <i>Теория:</i> Различия сценического и практического (боевого, классического) фехтования. Первые идеи обучения сценическому фехтованию и постановке боевых сцен в работах А.И. Люгара и А.Д. Бутовского. Арсенал приемов и действий сценического фехтовальщика по А.И. Люгару<br><i>Практика:</i> Воспроизведение боевых сцен из пособия А.И. Люгара «Школа сценического фехтования» (1910)  |
| 2 | Сценическое фехтование по И.Э. Коху (4 часа)  | <i>Теория:</i> Основные принципы и приемы «Школы сценического боя» и «Исторического фехтования». Эволюция подхода И.Э. Коха к подготовке исполнителя боевых сцен (1930-е гг. – 1976 г.).<br><i>Практика:</i> Упражнения из пособия И.Э. Коха (2008), воспроизведение разработанных им боевых сцен в адаптации к технике саберфайтинга  |
| 3 | Сценическое фехтование по Г.В. Морозовой, М.В. Розину, Г.Я. Элькису, Ю.Г. Маслаку, А.В. Овчинникову (4 часа)  | <i>Теория:</i> Направления развития идей И.Э. Коха в работах и педагогической практике его последователей. «Школа сценического фехтования» как базис разработки обновленных и расширенных систем искусства сценического боя.<br><i>Практика:</i> Упражнения из пособий учеников и последователей И.Э. Коха, содействующие развитию готовности исполнителя боевых сцен к ведению зрелищного и технически разнообразного поединка. Воспроизведение разработанных боевых сцен в адаптации к технике саберфайтинга |
| 4 | Сценическое фехтование по А.Б. Немеровскому, А.З. Закирову, Н.В. Карпову, А.В. Ураеву, В.М. Стеценко (4 часа) | <i>Теория:</i> Взаимосвязь безопасности, достоверности и выразительности. Ленинградская и московская традиции сценического фехтования. Отличия школ Немеровского и Коха.<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на обеспечение безопасности движений исполнителя боевых сцен. Специфические упражнения «школы Немеровского»: простые и сложные диктанты, ритмические схемы. Этюды с оружием.   |
| 5 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (2 часа)   | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, тестирование, опрос. Контрольные упражнения  |
| 6 | Сценическое фехтование по Ю.А. Старостину и О.О. Роевко (4 часа)  | <i>Теория:</i> Особенности киевской школы сценического фехтования. Способы обеспечения безопасности, приемы, требования к оружию. Основные учебно-методические работы и реализация идей в спектаклях.<br><i>Практика:</i> Специфические упражнения для освоения боевой стойки, выпада, «локтевой рубки»  |
| 7 | Сценическое фехтование по Д.А. Тышлеру и А.Д. Мовшовичу (4 часа)  | <i>Теория:</i> Разграничение «французской» и «итальянской» школ фехтования. Рекомендации по постановке батальных сцен. Границы и целесообразность использования спортивных методик и упражнений в постановочном фехтовании.<br><i>Практика:</i> Упражнения для совершенствования техники пе-   |

| №  | Тема   | Содержание  |
|----|--|---|
|    |  | редвижения и управления оружием, обеспечивающие безопасность исполнителя боевых сцен  |
| 8  | Российское артистическое фехтование по А.А. Егорову, С.М. Дрянных, В.М. Лихтаренко, С.В. Мишеневу (4 часа) | <p><i>Теория:</i> Принципы фехтования на тяжелом инерционном оружии по А.А. Егорову («коломенская техника»). Особенности красноярской школы арт-фехтования на тяжелом оружии («колющая», «рубящая», «секущая», «режущая» техники). Принципы обеспечения безопасности по С.М. Дрянных (точность, понятность, контроль). Методические рекомендации В.М. Лихтаренко, их применимость и результативность в подготовке арт-фехтовальщиков. Подходы С.В. Мишенева к обучению исполнителя боевых сцен созданию соло-композиций с оружием и трюковой работе; основания включения в постановочные поединки приемов национальных школ фехтования.</p> <p><i>Практика:</i> Пластические упражнения, направленные на имитацию действий тяжелым инерционным оружием («коломенский крест» и др.). Определение представленности различных «техник» в видеозаписях выступлений студии арт-фехтования «Грифон» г. Красноярска. Пробное судейство постановочных выступлений на основе «Методических рекомендаций» В.М. Лихтаренко; сопоставление собственных оценок с данными в протоколах Чемпионатов России по арт-фехтованию, анализ причин и пределов расхождений. Упражнения и действия, рекомендованные С.В. Мишеневым для совершенствования зрелищности выступлений; приемы «старых школ», расширяющие технический арсенал исполнителя боевых сцен</p> |
| 9  | Зарубежное сценическое фехтование по А. Вайсу, Дж. Хауэллу, Т. Хоббсу, Б. Андерсену, Н. Гилларду (4 часа)  | <p><i>Теория:</i> Идеи зарубежных постановщиков боевых сцен по обеспечению достоверности, выразительности и безопасности поединков на холодном оружии. Понятия боевой хореографии и постановки боев (сопоставление “fight choreography” и “fight direction”). Анализ поединков, поставленных Т. Хоббсом в кинофильмах «Макбет», «Дуэлянты», «Роб Рой» и др. Анализ поединков из 1-6 эпизодов «Звездных Войн».</p> <p><i>Практика:</i> Упражнения зарубежных школ сценического боя.</p>  |
| 10 | Итоговый контроль по курсу (2 часа)  | <i>Практика:</i> Итоговое тестирование. Итоговый опрос, контрольные упражнения (в том числе «диктант» по А.Б. Немеровскому)   |

**ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля   |
|----------|--|------------------|--------|----------|---|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |   |
|          |  | 136              | 12     | 124      |   |
| 1        | Развитие физической, технической, психологической подготовленности   | 32               | 2      | 30       | Сдача нормативов  |
| 2        | Расширение арсенала и закрепление полуавтоматизмов в технике саберфайтинга, совершенствование разносторонней подготовленности в ходе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов | 32               | 2      | 30       | Наблюдение  |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)   | 4                | -      | 4        | Терминологический диктант, тестирование, обобщающий опрос, контрольные упражнения         |
| 4        | Инструкторская подготовка (теория и практика)  | 32               | 2      | 30       | Выступление обучающихся 1 г.о., подготовивших номер под руководством обучающихся 4-5 г.о. |
| 5        | Проектирование и исполнение постановочных поединков  | 32               | 2      | 30       | Выступление, экспертная оценка  |
| 6        | Промежуточная аттестация по курсу (по итогам учебного года)  | 4                | -      | 4        | Итоговое тестирование, постановочные поединки   |

**Курс «История и теория фехтования»**

| №<br>п/п | Тема курса                       | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                  |
|----------|----------------------------------|------------------|--------|----------|------------------------------------|
|          |                                  | Всего            | Теория | Практика |                                    |
|          |                                  | 68               | 34     | 34       |                                    |
| 1        | Фехтование в Античности          | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, контрольные задания |
| 2        | Европейское рыцарское фехтование | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, контрольные задания |

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля  |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
| 3        | Немецкая школа фехтования  | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 4        | Испанская, венгерская и английская шко-<br>лы фехтования               | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам<br>первого полугодия)              | 2                | -      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 6        | Итальянская школа фехтования   | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 7        | Французская школа фехтования   | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 8        | Фехтование в России в XVIII – нач. XX в.<br>Советская школа фехтования | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, кон-<br>трольные<br>задания       |
| 9        | Современное спортивное фехтование                                      | 4                | 2      | 2        | Текущий<br>опрос, тести-<br>рование, ана-<br>лиз практики<br>судейства |
| 10       | Итоговый контроль по курсу   | 2                | -      | 2        | Тестирова-<br>ние, обобща-<br>ющий опрос                               |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема   | Содержание  |
|---|--|---|
| 1 | Развитие физической, технической, психологической подготовленности (32 часа)   | <i>Теория:</i> Взаимозависимость и взаимовлияние упражнений, ориентированных на развитие различных двигательных качеств. Гармонизация физической, технической, психологической подготовленности. Приемы управления поведением и эмоциональным состоянием исполнителя боевых сцен.<br><i>Практика:</i> Комплексные (направленные на несколько сторон подготовленности) упражнения, обеспечивающие поддержание готовности обучающихся к исполнению боевых сцен  |
| 2 | Расширение арсенала и закрепление полуавтоматизмов в технике саберфайтинга, совершенствование разносторонней подготовленности в ходе выполнения упражнений, фехтовальных фраз и комплексов (32 часа) | <i>Теория:</i> Понятие «полуавтоматизма». Вариантивность, точность, быстрота, пространственная и временная адекватность боевого действия.<br><i>Практика:</i> Упражнения, направленные на формирование у обучающихся разнообразного арсенала качественно выполняемых приемов, достаточного для проектирования и исполнения боевых сцен в технике саберфайтинга (различных вариаций ложных и действительных нападений и защит, атак и ответов со страховкой, в сочетании со сложным передвижением и др.). Самостоятельная разработка фехтовальных фраз и комплексов для детей 1-3 годов обучения. Взаимная оценка качества выполнения упражнений |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)  | <i>Практика:</i> Терминологический диктант, тестирование, опрос. Контрольные упражнения   |
| 4 | Инструкторская подготовка (теория и практика) (32 часа)  | <i>Теория:</i> Сенситивные периоды развития физических качеств. Теория, методика и техника проведения групповых и индивидуальных уроков. Педагогические приемы организации индивидуальных, парных и групповых упражнений.<br><i>Практика:</i> Составление планов индивидуального, парного, группового занятия. Проведение под контролем педагога составных частей занятия (подготовительной, основной, заключительной). Проведение занятия для саберфайтеров 1-3 годов обучения (в присутствии педагога)  |
| 5 | Проектирование и исполнение постановочных поединков (32 часа)  | <i>Теория:</i> Особенности работы тренера-постановщика боевых сцен (обобщение и разбор идей и постановок ведущих отечественных и зарубежных специалистов).<br><i>Практика:</i> Проектирование (с созданием фехтовальной записи) поединков для себя и воспитанников 1-3 годов обучения, их коррекция при помощи педагога и выпускников, заучивание и демонстрация сложных фехтовальных схем и комплексов, пробные выступления  |
| 6 | Итоговый контроль по курсу (4 часа)  | <i>Практика:</i> Итоговое тестирование. Постановочные поединки (разработанный и исполненный самим обучающимся; подготовленный с помощью обучающегося воспитанниками 1-3 годов обучения)   |

## Содержание занятий учебно-образовательного курса «История и теория фехтования»

| № | Тема  | Содержание   |
|---|---|--|
| 1 | Фехтование в Античности<br>(4 часа)   | <i>Теория:</i> Особенности оружия и защитного вооружения греческих и римских воинов. Подготовка воинов в Афинах и Спарте. Римское военное обучение. Гладиаторы.<br><i>Практика:</i> Пробы реконструкции античных техник фехтования на основе доступных источников с использованием масогабаритных макетов исторического оружия и доспехов  |
| 2 | Европейское рыцарское фехтование<br>(4 часа)                                    | <i>Теория:</i> Обучение рыцарей. Оружие и доспехи рыцарей. Рыцарские военные и турнирные поединки. Рыцарская рукопашная борьба.<br><i>Практика:</i> Пробы реконструкции европейских техник фехтования на основе доступных источников с использованием масогабаритных макетов исторического оружия и доспехов   |
| 3 | Немецкая школа фехтования<br>(4 часа)   | <i>Теория:</i> Манускрипт I.33. Работы Й. Мейера, Х. Тальхоффера, Й. Лихтенауэра. Мензурное фехтование.<br><i>Практика:</i> Знакомство с приемами фехтованием мечом и баклером, дюссаком, длинным мечом.   |
| 4 | Испанская, венгерская, польская и английская школы фехтования<br>(4 часа)       | <i>Теория:</i> Основные идеи И. де Карранса, Ж. Тибо, У. Хоупа, В. Савиоло, Д. Анджело, А. Хаттона. Опыты В. Заблоцкого, семьи Синявских по реконструкции польской школы фехтования.<br><i>Практика:</i> Изучение текстов и видеозаписей, характеризующих испанскую, венгерскую, польскую и английскую школы фехтования  |
| 5 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)<br>(2 часа)              | <i>Практика:</i> Тестирование. Воспроизведение и объяснение приемов различных школ фехтования  |
| 6 | Итальянская школа фехтования<br>(4 часа)  | <i>Теория:</i> Работы Ф. де Либери, Ф. Вади, А. Мароццо, К. Агриппы, Д. ди Грасси, Д.А. Ловино, С. Фабриса, Н. Гиганти, Р. Капо Ферро, Ф. Альфиери, М. Паризе, Ц.А. Бленджини, Д. Радаэлли, Л. Барбазетти.<br><i>Практика:</i> Проведение обучающимися (после самостоятельной работы) семинаров с представлением основных приемов и тактики фехтования представителей итальянской школы  |
| 7 | Французская школа фехтования<br>(4 часа)  | <i>Теория:</i> Разработки Ф. Данси, А. Деборда, А. де Сен-Дидье, К. Прево. Жуанвильская военно-гимнастическая школа.<br><i>Практика:</i> Изучение текстов и гравюр, характеризующих французскую школу фехтования   |
| 8 | Фехтование в России в XVIII – нач. XX в. Советская школа фехтования<br>(4 часа) | <i>Теория:</i> Начало преподавания фехтования в России. Первые учебники фехтования на русском языке (Б. Фишер, А. Вальвиль). Становление российской школы (Н.В. Соколов, И.Е. Сивербрик). Теория фехтования в конце XIX – начале XX вв. (А.И. Люгар, И.И. Люгар, С.С. Апушкин, В.И. Сарнавский, П.З. Лепарский, А.П. Мордовин, В. Житков, К.И. Тернан и др.). Роль фехтовальных залов, курсов и гимнастическо-фехтовальных школ в развитии фехтования в Рос- |

| №  | Тема                                       | Содержание   |
|----|--|--|
|    |  | сии. Участие русских фехтовальщиков в Олимпиаде 1912 г. Фехтование в СССР: рапира, эспадрон (сабля), шпага, штык. Выдающиеся отечественные тренеры и спортсмены.<br><i>Практика:</i> Анализ текстов и видеозаписей, выявление и апробация характерных для авторских школ приемов и особенностей фехтования на различных видах оружия |
| 9  | Современное спортивное фехтование (4 часа) | <i>Теория:</i> Правила вида спорта «фехтование». Современное состояние, проблемы и перспективы развития фехтования.<br><i>Практика:</i> Внутренний турнир на рапирах-«пищалках»  |
| 10 | Итоговый контроль по курсу (2 часа)        | <i>Практика:</i> Взаимный устный опрос. Судейство соревнований по разным направлениям фехтования (пробное, по видеозаписи, действительное)   |

**ШЕСТОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля |
|----------|---|------------------|--------|----------|-------------------|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |                   |
|          |   | 136              | 12     | 124      |                   |
| 1        | Совершенствование физической, технической, психологической подготовленности               | 32               | 2      | 30       |                   |
| 2        | Инструкторская и судейская подготовка (теория и практика)                                 | 32               | 2      | 30       |                   |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)                                    | 4                | -      | 4        |                   |
| 4        | Разработка сценария, персонажей, мизансцены постановочного выступления                    | 32               | 2      | 30       |                   |
| 5        | Проектирование и исполнение постановочных поединков (технический и артистический аспекты) | 32               | 2      | 30       |                   |
| 6        | Промежуточная аттестация по курсу (по итогам учебного года)                               | 4                | -      | 4        |                   |

**Курс «Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования»**

| №<br>п/п | Тема курса                          | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                                |
|----------|-------------------------------------|------------------|--------|----------|--|
|          |                                     | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |                                     | 68               | 34     | 34       |  |
| 1        | Теории личности                     | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 2        | Теории коллектива                   | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 3        | Личность и коллектив                | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 4        | Самоуправление в коллективе         | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам | 2                | -      | 2        | Обобщающий опрос                                 |



| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                                |
|----------|---|------------------|--------|----------|--|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |   | 68               | 34     | 34       |  |
|          | первого полугодия)  |                  |        |          |  |
| 6        | Особенности профильных коллективов (спортивного, творческого, исследовательского и др.) | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 7        | Понятие, структура и содержание образовательной программы                               | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 8        | Коллективное творческое дело (КТД)  | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 9        | Проектирование и проведение семинаров и мастер-классов                                  | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 10       | Промежуточная аттестация по курсу (по итогам учебного года)                             | 2                | -      | 2        | Обобщающий опрос                                 |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема  | Содержание  |
|---|---|---|
| 1 | Совершенствование физической, технической, психологической подготовленности (32 часа)               | <p><i>Теория:</i> Повышение физической, технической, психологической подготовленности, гармонизация внутреннего и внешнего действия, углубление понимания понятий позы, скульптурности, выразительности, пластичности исполнителя. Приемы управления и самоуправления поведением и эмоциональным состоянием исполнителя боевых сцен.</p> <p><i>Практика:</i> Сложные комплексные (направленные на несколько сторон подготовленности) упражнения, обеспечивающие совершенствование готовности обучающихся к исполнению боевых сцен</p> |
| 2 | Инструкторская и судейская подготовка (теория и практика) (32 часа)                                 | <p><i>Теория:</i> Современные подходы к планированию и проведению группового и индивидуального уроков. Рефлексия. Правила судейства соревнований.</p> <p><i>Практика:</i> Планирование и проведение группового занятия. Обучение младших участников коллектива технике фехтования на световых мечах (индивидуальный урок). Пробное судейство.</p>   |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)                                     | <p><i>Практика:</i> Терминологический диктант, тестирование, опрос. Контрольные упражнения</p>  |
| 4 | Разработка сценария, персонажей, мизансцены постановочного выступления (32 часа)                    | <p><i>Теория:</i> Общее понятие о сценарии, персонажах, мизансценировании постановочного выступления. Рекомендации по работе с тематической литературой.</p> <p><i>Практика:</i> Анализ готовых сценариев и тематической литературы. Подготовка, обсуждение и коррекция сценариев постановочных выступлений в различных дисциплинах, проектирование особенностей персонажей и определение специфики их взаимодействия на сцене</p>  |
| 5 | Проектирование и исполнение постановочных поединков (технический и артистический аспекты) (32 часа) | <p><i>Теория:</i> Особенности работы тренера-постановщика боевых сцен в театре и кино, в арт-фехтовании (обобщение и разбор идей и постановок ведущих отечественных и зарубежных специалистов).</p> <p><i>Практика:</i> Проектирование на основе разработанного сценария (персонажей, предлагаемых обстоятельств) сложных фехтовальных композиций, позволяющих продемонстрировать мастерское владение оружием, показательные и соревновательные выступления</p>   |
| 6 | Промежуточная аттестация по курсу (по итогам учебного года) (4 часа)                                | <p><i>Практика:</i> Итоговое тестирование. Постановочные поединки (разработанный и исполненный самим обучающимся; подготовленный с помощью обучающегося воспитанниками 1-5 годов обучения). Судейство соревнований по разным направлениям фехтования: по правилам Минспорта РФ (арт-фехтование и спортивное фехтование), по правилам Национальной (Российской) академии фехтования и Международной академии оружия (предварительное – по видеозаписи, действительное)</p>   |

**Содержание занятий учебно-образовательного курса  
«Основы психолого-педагогической, организаторской и исследователь-  
ской деятельности в области фехтования»**

| № | Тема  | Содержание   |
|---|---|--|
| 1 | Теории личности<br>(4 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие личности. Соразмерность личностных особенностей исполнителя и персонажа боевой сцены<br><i>Практика:</i> Определение влияния особенностей личности обучающихся на успешность освоения ими образовательной программы и исполнения конкретных ролей в мизансцене постановочного поединка  |
| 2 | Теории коллектива<br>(4 часа)   | <i>Теория:</i> Понятие коллектива и коллективной деятельности. Направления деятельности коллектива «Саберфайтинг». Постановочный поединок как коллективный проект.<br><i>Практика:</i> Формирование временных групп (сводных отрядов по А.С. Макаренко), ответственных за отдельные стороны деятельности коллектива, включая конкретные мероприятия и проектируемые постановочные поединки |
| 3 | Личность и коллектив<br>(4 часа)  | <i>Теория:</i> Историко-педагогические и психологические подходы к проблеме личности и коллектива.<br><i>Практика:</i> Диагностика индивидуальных целей, сопоставление целей личности и коллектива, определение возможностей и ограничений реализации целей личности в коллективе  |
| 4 | Самоуправление в коллективе<br>(4 часа)   | <i>Теория:</i> Этапы развития коллектива и динамика самоуправления. Социальный и предметно-пространственный компоненты среды коллектива.<br><i>Практика:</i> Осмысление функционально-смысловых особенностей самоуправления в коллективе «Саберфайтинг», планирование участниками коллектива перспектив собственной вовлеченности в структуры и процедуры самоуправления                   |
| 5 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)<br>(2 часа)                                  | <i>Практика:</i> Устный опрос, тестирование, собеседование   |
| 6 | Особенности профильных коллективов (спортивного, творческого, исследовательского и др.)<br>(4 часа) | <i>Теория:</i> Специфика коллективов различного профиля (особенности структуры, содержания и направлений деятельности, управления, оценки результативности и продуктивности).<br><i>Практика:</i> Исследование и сопоставление особенностей, направлений, результатов и продуктов отечественных коллективов постановочного фехтования  |
| 7 | Понятие, структура и содержание образовательной программы<br>(4 часа)                               | <i>Теория:</i> Понятие, структура и содержание образовательной программы.<br><i>Практика:</i> Сравнение структуры и содержания образовательных программ по фехтованию (спортивному, сценическому и артистическому)   |

| №  | Тема  | Содержание   |
|----|---|--|
| 8  | Коллективное творческое дело (КТД)<br>(4 часа)                          | <i>Теория:</i> Историко-педагогические предпосылки формирования, понятие, структура, этапы КТД<br><i>Практика:</i> Планирование, реализация и диагностика выполнения КТД по постановочному фехтованию  |
| 9  | Проектирование и проведение семинаров и мастер-классов<br>(4 часа)      | <i>Теория:</i> Понятия «семинар» и «мастер-класс». Зависимость структуры, содержания и длительности семинаров и мастер-классов по постановочному фехтованию от поставленной цели, возраста и подготовленности предполагаемой аудитории.<br><i>Практика:</i> Планирование и проведение семинаров и мастер-классов |
| 10 | Промежуточная аттестация по курсу (по итогам учебного года)<br>(2 часа) | <i>Практика:</i> Взаимный устный опрос. Тестирование. Анализ проведенных мероприятий.  |

**СЕДЬМОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**  
**Учебно-тематический план**

**Курс «Фехтование на световых мечах»**

| №<br>п/п | Тема курса  | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля |
|----------|---|------------------|--------|----------|-------------------|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |                   |
|          |   | 136              | 12     | 124      |                   |
| 1        | Совершенствование физической, технической, психологической подготовленности (32 часа)               | 32               | 2      | 30       |                   |
| 2        | Педагогическая и судейская подготовка (теория и практика) (32 часа)                                 | 32               | 2      | 30       |                   |
| 3        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия)  | 4                | -      | 4        |                   |
| 4        | Разработка сценария, персонажей, мизансцены постановочного выступления (32 часа)                    | 32               | 2      | 30       |                   |
| 5        | Проектирование и исполнение постановочных поединков (технический и артистический аспекты) (32 часа) | 32               | 2      | 30       |                   |
| 6        | Итоговый контроль по курсу  | 4                | -      | 4        |                   |

**Курс «Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования»**

| №<br>п/п | Тема курса                                     | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                                |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
| 1        | Общие подходы к исследовательской деятельности | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 2        | Структура научного исследования                | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 3        | Методы научного исследования                   | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 4        | Достоверность результатов исследования         | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |

| №<br>п/п | Тема курса   | Количество часов |        |          | Формы<br>контроля                                |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
|          |  | Всего            | Теория | Практика |  |
|          |  | 68               | 34     | 34       |  |
|          |  |                  |        |          | задания  |
| 5        | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) | 2                | -      | 2        | Обобщающий опрос                                 |
| 6        | Внедрение результатов исследования                     | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 7        | Научный доклад   | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 8        | Презентационное сопровождение доклада                  | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 9        | Научная публикация                                     | 4                | 2      | 2        | Текущий опрос, тестирование, контрольные задания |
| 10       | Итоговый контроль по курсу                             | 2                | -      | 2        | Итоговый опрос                                   |

## Содержание занятий учебно-тренировочного курса «Фехтование на световых мечах»

| № | Тема  | Содержание  |
|---|---|---|
| 1 | Совершенствование физической, технической, психологической подготовленности (32 часа)               | <p><i>Теория:</i> Дальнейшее повышение физической, технической, психологической подготовленности, гармонизация внутреннего и внешнего действия, углубление понимания понятий позы, скульптурности, выразительности, пластичности исполнителя. Приемы управления и самоуправления поведением и эмоциональным состоянием исполнителя боевых сцен.</p> <p><i>Практика:</i> Комплексные (направленные на несколько сторон подготовленности) упражнения, обеспечивающие совершенствование готовности обучающихся к исполнению боевых сцен, в том числе в сложных предлагаемых обстоятельствах (декорации, погодные условия и др.).</p> |
| 2 | Педагогическая и судейская подготовка (теория и практика) (32 часа)                                 | <p><i>Теория:</i> Ценностно-целевые основания, авторитет, особенности и содержание деятельности руководителя спортивного и творческого коллектива. Работа главной судейской коллегии спортивных соревнований.</p> <p><i>Практика:</i> Активное и систематическое участие в обучении и воспитании членов объединения. Самоанализ возможностей и ориентированности на педагогическую и тренерскую деятельность. Планирование организации новой первичной группы в коллективе постановочного фехтования. Прохождение стажировки в судейских бригадах на спортивных соревнованиях.</p>  |
| 3 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (4 часа)                                     | <p><i>Практика:</i> Терминологический диктант, тестирование, опрос. Контрольные упражнения</p>  |
| 4 | Разработка сценария, персонажей, мизансцены постановочного выступления (32 часа)                    | <p><i>Теория:</i> Современные подходы к созданию сценариев, мизансцен и персонажей в постановочном фехтовании.</p> <p><i>Практика:</i> Анализ готовых сценариев и тематической литературы. Подготовка, обсуждение и коррекция сценариев постановочных выступлений в различных дисциплинах, проектирование особенностей персонажей и определение специфики их взаимодействия на сцене</p>  |
| 5 | Проектирование и исполнение постановочных поединков (технический и артистический аспекты) (32 часа) | <p><i>Теория:</i> Особенности работы тренера-постановщика боевых сцен в театре и кино, в арт-фехтовании (обобщение и разбор идей и постановок ведущих отечественных и зарубежных специалистов).</p> <p><i>Практика:</i> Проектирование на основе разработанного сценария (персонажей, предлагаемых обстоятельств) сложных фехтовальных композиций, позволяющих продемонстрировать мастерское владение оружием, показательные и соревновательные выступления</p>   |
| 6 | Итоговый контроль по курсу (4 часа)   | <p><i>Практика:</i> Итоговое тестирование. Постановочные поединки (разработанный и исполненный самим обучающимся; подготовленный с помощью обучающегося воспитанниками 1-6 годов обучения). Судейство соревнований по разным направле-</p>  |

| № | Тема | Содержание   |
|---|------|--|
|   |      | ниям фехтования: по правилам Минспорта РФ (арт-фехтование и спортивное фехтование), по правилам Национальной (Российской) академии фехтования и Международной академии оружия (предварительное – по видеозаписи, действительное) |

**Содержание занятий учебно-образовательного курса  
«Основы психолого-педагогической, организаторской и исследовательской деятельности в области фехтования»**

| № | Тема  | Содержание   |
|---|---|--|
| 1 | Общие подходы к исследовательской деятельности (4 часа)         | <i>Теория:</i> Понятие исследования, исследовательской деятельности, научного знания. Научная картина мира. Современная исследованность постановочного фехтования (научные статьи, монографии, диссертации и др.).<br><i>Практика:</i> Выбор и обоснование обучающимися направления и тематики индивидуального или группового исследования в области постановочного фехтования |
| 2 | Структура научного исследования (4 часа)                        | <i>Теория:</i> Основы методологии научных исследований. Субъект, объект, средства исследования. Постановка проблемы и этапы научного исследования. Структура и модели научного исследования.<br><i>Практика:</i> Разработка структурных компонентов и планирование содержания этапов исследования в области постановочного фехтования  |
| 3 | Методы научного исследования (4 часа)                           | <i>Теория:</i> Теоретические и эмпирические методы исследования. Общенаучные и частнонаучные методы исследования. Психолого-педагогические методы исследования. Статистические методы.<br><i>Практика:</i> Определение обучающимися методов собственного исследования в области постановочного фехтования  |
| 4 | Достоверность результатов исследования (4 часа)                 | <i>Теория:</i> Понятие достоверности исследований. Критерии достоверности. Различие источника и литературы. Понятие исторического источника. Источниковедческая критика источника. Принцип фальсификации К. Поппера.<br><i>Практика:</i> Анализ достоверности результатов существующих исследований в области постановочного фехтования  |
| 5 | Промежуточная аттестация (по итогам первого полугодия) (2 часа) | <i>Практика:</i> Представление обучающимися структуры и методологического аппарата собственного исследования в области постановочного фехтования   |
| 6 | Внедрение результатов исследования (4 часа)                     | <i>Теория:</i> Понятия апробации, внедрения, теоретической и практической значимости, новизны научного исследования.<br><i>Практика:</i> Анализ перспектив внедрения результатов исследовательской (опытно-поисковой, экспериментальной и др.) деятельности в практику современных коллективов постановочного фехтования   |



| №  | Тема  | Содержание  |
|----|---|---|
| 7  | Научный доклад<br>(4 часа)                        | <i>Теория:</i> Структура, содержание, средства представления и критерии качества научного доклада.<br><i>Практика:</i> Подготовка доклада для научной конференции, выступление.   |
| 8  | Презентационное сопровождение доклада<br>(4 часа) | <i>Теория:</i> Понятие презентации. Особенности работы в среде MS PowerPoint. Выбор цветовой гаммы, шрифта, структуры и объемов изложения материала. Согласованность и нетождественность презентационного сопровождения и содержания научного доклада.<br><i>Практика:</i> Подготовка презентации к научному докладу по проблемам постановочного фехтования |
| 9  | Научная публикация<br>(4 часа)                    | <i>Теория:</i> Понятие научной публикации. Виды научных публикаций. Структура и содержание научных публикаций. Критерии качества научных публикаций.<br><i>Практика:</i> Публикация участниками коллектива результатов собственного исследования в области постановочного фехтования  |
| 10 | Итоговый контроль по курсу<br>(2 часа)            | <i>Практика:</i> Представление продуктов работы, подготовленных в течение учебного года, взаимный анализ итогов исследовательской деятельности и внедрения полученных результатов в практику постановочного фехтования  |

## 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения образовательной программы обучающиеся должны овладеть следующими компетенциями:

### **УРОВНИ «УЧЕНИК», «ПАДАВАН»**

#### ***По итогам первого года обучения:***

##### **В области оздоровительно-реабилитационной компетентности**

*Знать и понимать:* основные формы занятий физическими упражнениями, их функциональное назначение, гигиенические требования и правила техники безопасности.

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять комплексы упражнений из современных здоровьесформирующих и здоровьесберегающих систем физического воспитания (профилактика нарушений осанки и их коррекция; формирование телосложения; развитие дыхания).

*Способны:* проводить самостоятельные занятия по предупреждению нарушения осанки и других отклонений в состоянии здоровья (подбор упражнений и их последовательность, дозировка нагрузки и т.д.).

##### **В области двигательной компетентности (с учетом особенностей физического развития и медицинских показаний)**

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости); тестовые задания на выявление индивидуального уровня физической подготовленности; демонстрировать простоты показателей в развитии основных физических качеств;

*Способны:* повышать уровень физической, пластической и координационной готовности к выполнению приемов саберфайтинга.

##### **В области компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**

*Знать и понимать:* особенности ведения индивидуальных наблюдений за динамикой показателей физического развития и физической подготовленности.

*Уметь (владеть способами деятельности):* контролировать состояние организма в ходе занятий физическими упражнениями.

*Способны:* проводить самостоятельные занятия с целью физического развития.

##### **В области коммуникативной компетентности**

*Знать и понимать:* правила и традиции этикета, межличностного общения с руководителем, старшими обучающимися и ровесниками.

*Владеть:* навыками взаимодействия с участниками совместной деятельности.

*Способны:* преодолевать коммуникативные барьеры в общении с ровесниками.

### **В области социальной компетентности**

*Знать и понимать:* цель, задачи, принципы деятельности коллектива.

*Владеть:* навыками участия в общем собрании, реализации права инициативы.

*Способны:* участвовать в творческих проектах коллектива.

### **В области профильной и практической компетентностей**

*Знать и понимать:* требования техники безопасности; задачи строевой, общей и специальной подготовки; основы терминологии фехтования и сценического движения; стилистические особенности саберфайтинга; принципы сценического движения.

*Владеть:* элементами саберфайтинга, сценического движения и боя; приемами самомотивации к проектной работе, техникой страховки и самостраховки.

*Способны:* исполнять простые фехтовальные фразы и их последовательности.

### ***По итогам второго года обучения:***

#### **В области оздоровительно-реабилитационной компетентности**

*Знать и понимать:* связь целенаправленного развития физических качеств с повышением функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма (дыхания, кровообращения и энергообмена) с физической подготовленностью человека.

*Уметь (владеть способами деятельности):* определять величину физической нагрузки и время восстановления организма после ее выполнения.

*Способны:* планировать элементы групповых занятий по предупреждению нарушения осанки и других отклонений в состоянии здоровья (подбор упражнений и их последовательность, дозировка нагрузки и т.д.).

#### **В области двигательной компетентности (с учетом особенностей физического развития и медицинских показаний)**

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять комплексы упражнений на развитие общих и специальных физических качеств фехтовальщика.

*Способны:* самостоятельно отслеживать качество выполнения упражнений.

#### **В области компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**

*Знать и понимать:* индивидуальные режимы нагрузок и состав физических упражнений для развития основных физических качеств.

*Уметь (владеть способами деятельности):* определять средства и методы для физического саморазвития на основе долговременного анализа своего состояния в ходе занятий физическими упражнениями.

*Способны:* организовывать упражнения по закреплению и совершенствованию техники движений, выравниванию отстающих в своем развитии физических качеств.

### **В области коммуникативной компетентности**

*Знать и понимать:* особенности профессионального и межличностного общения в коллективе.

*Владеют:* навыками коммуникации в разновозрастных группах.

*Способны:* высказывать, аргументировать и отстаивать собственную позицию.

### **В области социальной компетентности**

*Знать и понимать:* тенденции и перспективы развития объединения, принципы взаимодействия с другими спортивными и общественными организациями.

*Владеют:* навыками участия в самоуправлении, лидерскими качествами, необходимыми для коррекции проекта постановочного поединка.

*Способны:* публично представлять объединение в других фехтовальных клубах, на соревнованиях, конкурсах и социальных мероприятиях.

### **В области профильной и практической компетентностей**

*Знать и понимать:* задачи общей и специальной физической подготовки; основные термины фехтования; этапы обучения двигательным навыкам; принципы отбора гимнастических упражнений; структуру пластического этюда.

*Владеть:* базовой техникой саберфайтинга, продвинутыми элементами сценического движения и сценического боя.

*Способны:* выполнять требуемые программой упражнения; проектировать и демонстрировать простые фехтовальные комплексы и фразы, участвовать в турнирах в качестве статистов.

## **УРОВЕНЬ «ДЖЕДАЙ»**

### ***По итогам третьего года обучения:***

### **В области оздоровительно-реабилитационной компетентности**

*Знать и понимать:* факторы положительного влияния здорового образа жизни (режим дня, активный отдых, занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, отказ от вредных привычек) на предупреждение развития заболеваний и старение организма.

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять комплексы упражнений для предупреждения утомления при умственной или физической деятельности; выполнять комплексы аутогенной тренировки для снятия утомления и повышения работоспособности.

*Способны:* применять знания и навыки при занятиях другими видами спорта.

### **В области двигательной компетентности (с учетом особенностей физического развития и медицинских показаний)**

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять нормативы по физической подготовке, комплексы упражнений на развитие физических качеств, определяющих результативность достижений в постановочном фехтовании;

*Способны:* использовать приобретенные знания и умения на занятиях и в соревновательной деятельности.

### **В области компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**

*Знать и понимать:* особенности индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности; возможности их положительной коррекции посредством занятий физическими упражнениями; особенности организации различных форм занятий физическими упражнениями, их функциональную направленность и планирование; особенности физиологических процессов и пластической анатомии; принципы составления комплексов упражнений, обеспечивающих гармоничное физическое развитие исполнителя боевых сцен.

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять индивидуальные комплексы упражнений корригирующей направленности (в зависимости от физического развития) и лечебной физической культуры (в зависимости от показателей здоровья).

*Способны:* использовать полученные навыки в организации и планировании содержания занятий физическими упражнениями (подбирать упражнения и их последовательность, осуществлять регулирование физической нагрузки по показателям частоты сердечных сокращений и самочувствия, соблюдать правила техники безопасности).

### **В области коммуникативной компетентности**

*Знать и понимать:* особенности межличностного, группового и межгруппового общения.

*Владеют:* способами включения новичков в коммуникативную среду коллектива.

*Способны:* успешно взаимодействовать с обучающимися любого возраста.

### **В области социальной компетентности**

*Знать и понимать:* особенности деятельности руководителя и помощника руководителя проектной или рабочей группы.

*Владеют:* навыками межличностного и внутригруппового взаимодействия в проектной деятельности.

*Способны:* взять на себя ответственность за проведение элементов тематических мероприятий.

### **В области профильной и практической компетентностей**

*Знать и понимать:* индивидуальные стили боевой деятельности фехтовальщиков; классификации фехтовальных приемов и действий; различия и сходства отечественных методик сценического движения; методы движенческой подготовки актера в различных традициях; научные основы сценического движения.

*Владеют:* техникой выполнения предусмотренных программой упражнений; способами реализации двигательных форм фехтовального действия с учетом стилистики саберфайтинга; приемами сценического боя и трюковой пластики.  
*Способны:* исполнять поединки с разнообразными приемами маневрирования и многотемповыми комбинациями различных элементов.

### **УРОВЕНЬ «РЫЦАРЬ»**

#### ***По итогам четвертого года обучения:***

##### **В области оздоровительно-реабилитационной компетентности**

*Знать и понимать:* особенности строения организма, динамику его развития в ходе занятий саберфайтингом; принципы работы функциональных систем.

*Уметь (владеть способами деятельности):* организовывать собственное участие в проектах по саберфайтингу с учетом динамики личных возможностей.

*Способны:* подбирать и выполнять упражнения, способствующие профилактике нарушения здоровья в стрессовых тренировочных и соревновательных ситуациях.

##### **В области двигательной компетентности (с учетом особенностей физического развития и медицинских показаний)**

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять элементарные упражнения гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр.

*Способны:* обогащать подготовительную часть профильного занятия гимнастическими, легкоатлетическими и игровыми упражнениями, демонстрируя их обучающимся 1-3 годов обучения.

##### **В области компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**

*Знать и понимать:* особенности и границы физической подготовки саберфайтеров с учетом возраста и уровня здоровья.

*Уметь (владеть способами деятельности):* подбирать средства и методы для физического развития (собственного и других обучающихся); согласовывать индивидуальные нагрузки в ходе групповых занятий.

*Способны:* контролировать и учитывать состояние партнеров в процессе физических упражнений; определять собственные перспективы физического развития.

##### **В области коммуникативной компетентности**

*Знать и понимать:* принципы определения оптимального соотношения бытовой и профессиональной лексики при общении на занятиях и мероприятиях.

*Владеют:* навыками грамотного и точного выражения мыслей по изученным в программе темам в устной и письменной речи.

*Способны:* понимать выступления профессионально-педагогической тематики; публично выступать перед представителями общественности и фехтовальных коллективов в различных ситуациях.

### **В области социальной компетентности**

*Знать и понимать:* необходимость сотрудничества для достижения целей коллектива; границы согласования индивидуальных, групповых и коллективных целей в ракурсе совершенствования профильной деятельности; типы темпераментов; элементы конфликтологии; возрастные периодизации развития.

*Владеют:* приемами организации проектных и рабочих групп по различным аспектам профильной деятельности коллектива.

*Способны:* уважительно относиться к идеям и мнениям других; сопоставлять свои идеи с идеями других людей; согласовывать позиции, формируя общее мнение коллектива.

### **В области профильной и практической компетентностей**

*Знать и понимать:* тенденции и особенности развития отечественных и зарубежных школ сценического фехтования; особенности взаимовлияния упражнений, ориентированных на развитие различных двигательных качеств и сторон подготовленности; приемы управления поведением и эмоциональным состоянием исполнителя боевых сцен; правила соревнований; этические принципы педагога и спортсмена.

*Владеют:* основами спортивной педагогики и психологии; элементами технологии решения педагогических ситуаций; начальными навыками педагога по постановочному фехтованию и постановщика боевых сцен; техникой оценивания выступлений (в младших судейских должностях).

*Способны:* проводить семинары и мастер-классы по обучению желающих детей и подростков базовым элементам саберфайтинга; участвовать в проектировании постановочных поединков и их элементов (в том числе последовательностей фехтовальных фраз) для детей 1-2 годов обучения.

#### ***По итогам пятого года обучения:***

### **В области оздоровительно-реабилитационной компетентности**

*Знать и понимать:* технологии современных оздоровительных систем физического воспитания.

*Уметь (владеть способами деятельности):* составлять комплексы упражнений для ускорения реабилитации исполнителя боевых сцен.

*Способны:* оказывать себе и окружающим первую помощь при травмах.

### **В области двигательной компетентности (с учетом особенностей физического развития и медицинских показаний)**

*Уметь (владеть способами деятельности):* выполнять упражнения различных видов спорта, в том числе спортивного фехтования, единоборств, акробатики, спортивной хореографии.

*Способны:* использовать многообразный двигательный опыт в повседневной жизни и в профильной деятельности объединения.

### **В области компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**

*Знать и понимать:* современные тенденции физической подготовки в различных видах спорта и двигательной активности.

*Уметь (владеть способами деятельности):* определять целесообразность выбора и объема упражнений для решения задач различных циклов подготовки.

*Способны:* планировать собственную многолетнюю подготовку.

### **В области коммуникативной компетентности**

*Знать и понимать:* принципы адаптации изложения профильного материала к возрастным и индивидуальным особенностям слушателей.

*Владеют:* умением выбрать и организовать языковые средства, которые в конкретной ситуации общения способствуют достижению поставленных задач коммуникации.

*Способны:* осуществлять общение с опорой на личный опыт собеседника или особенности группы; грамотно применять в общении педагогическую и профессиональную терминологию.

### **В области социальной компетентности**

*Знать и понимать:* права, обязанности и модели поведения помощника педагога (инструктора); принципы социального взаимодействия на занятиях по саберфайтингу, в рамках соревнований и тематических мероприятий.

*Владеют:* разнообразными средствами вербальной и невербальной коммуникации; механизмами выстраивания взаимопонимания в процессе общения; приемами организации самоуправляемых физкультурных и творческих групп; навыками помощника педагога по постановочному фехтованию.

*Способны:* участвовать в самоуправлении в разных статусных позициях; находить компромиссы и толерантно организовывать отношения с теми, у кого иные позиции и интересы.

### **В области профильной и практической компетентностей**

*Знать и понимать:* основные тенденции развития фехтования как искусства владения холодным оружием и спорта; различия и сходства европейских школ фехтования; системы оценивания постановочных поединков на турнирах по российским и международным правилам; правила вида спорта «фехтование»; сенситивные периоды развития физических качеств; особенности проведения групповых и индивидуальных уроков.

*Владеют:* комплексом практических навыков помощника педагога по постановочному фехтованию; приемами организации упражнений; способами адаптации приемов и особенностей различных систем фехтования к стилистике саберфайтинга.

*Способны:* планировать индивидуальные, парные и групповые занятия; проводить под контролем педагога учебные занятия, соревнования и другие меро-



приятия; проектировать постановочные поединки для себя и детей 1-3 годов обучения; исполнять постановочные поединки высокого уровня.

### **УРОВЕНЬ «МАСТЕР»**

#### ***По итогам шестого и седьмого годов обучения:***

Умение и готовность помощника педагога создавать условия для интериоризации изученного материала личностью и группой в областях **оздоровительно-реабилитационной, двигательной, коммуникативной, социальной, профильной и практической компетентностей, компетентности в сфере самоконтроля и физического развития**, направленные на сопровождение процессов профессиональной ориентации и подготовки к руководству группой фехтовальщиков.

#### **В области исследовательской компетентности:**

*Знать и понимать:* основные особенности, принципы и содержание исследовательской работы с учетом специфики предметной области фехтования.

*Владеют:* количественными и качественными методами исследования, умениями отразить в текстовой форме и представить в докладе и презентации итоги собственной опытно-поисковой работы.

*Способны:* осуществлять под научным руководством педагога тематические исследования по проблематике постановочного фехтования, актерского мастерства, сценического движения, режиссуры и сценаристики, истории костюма и др., результаты которых используются в процессе подготовки боевых сцен участниками коллектива и при совершенствовании образовательной программы.

## РАЗДЕЛ № 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

### 2.1. ПРИМЕРНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Программа рассчитана на 34 учебные недели. Реализуется в период с сентября по май. Конкретные сроки начала и окончания учебного года определяются в соответствии с календарным учебным графиком Дворца на текущий учебный год. Сроки и продолжительность каникул устанавливается приказом Департамента образования администрации г. Томска. Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной программе и составляется для каждой группы (ФЗ, ст. 2, п. 92; ст. 47, п. 5) Приложение №1.

#### Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

| Учебный период | Количество учебных недель | Дата начала учебного периода | Каникулы                            |   |
|----------------|---------------------------|------------------------------|-------------------------------------|---|
|                |                           |                              | Продолжительность                   | Организация деятельности по отдельному расписанию и плану   |
| 1 полугодие    | 16 недель                 | 01 сентября                  | с 23.12.2025 г.<br>по 11.01.2026 г. | С 23.12.2025 г. по 09.01.2026 г. – участие в новогодних программах, спектаклях, мероприятиях  |
| 2 полугодие    | 18 недель                 | 12 января                    | с 27.05.2026 г.<br>по 31.08.2026 г. | Работа лагерей с дневным пребыванием детей и загородных детских оздоровительно-образовательных лагерей.<br>Подготовка и участие в концертах, конкурсах, выставках, соревнованиях. |

Продолжительность учебного года – с 01.09.2025 г. по 26.05.2026 г.

## 2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**Формы аттестации:** опрос, тестирование, выступление (постановочный поединок), сдача нормативов, контрольные задания и упражнения.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, протокол соревнований, свидетельство (сертификат), статья.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** спортивные соревнования; состязания по арт-фехтованию (в рамках фестивалей «Конверсия», «Стальной рассвет», «Зиланткон» и др.); конвенты по саберфайтингу («Лайткон», «Краскон», «Саберкон»); конкурсы видеозаписей поединков; показательные выступления на различных площадках; выступления на научно-практических конференциях.

### Оценка уровня развития компетентностей обучающихся

| Компетентность               | Этапы диагностики                 | Методы диагностики  | Уровни                          |
|------------------------------|-----------------------------------|---|---------------------------------|
| Профильная                   | Текущий, промежуточный, итоговый  | Включенное наблюдение, аттестация, педагогические ситуации (профильные образовательные мероприятия, конкурсы) | Рыцарь, джедай, падаван, ученик |
| Практическая                 | Текущий, промежуточный, итоговый  | Включенное наблюдение, аттестация, педагогические ситуации (конкурсы, соревнования, выступления)              | Рыцарь, джедай, падаван, ученик |
| Коммуникативная              | Входящий, промежуточный, итоговый | Включенное наблюдение, педагогические ситуации.   | Высокий, средний, низкий        |
| Социальная                   | Входящий, промежуточный, итоговый | Включенное наблюдение, педагогические ситуации  | Высокий, средний, низкий        |
| Оздоровительно-физкультурные | Входящий, промежуточный, итоговый | Включенное наблюдение, педагогические ситуации, двигательные тесты  | Высокий, средний, низкий        |
| Исследовательская            | Входящий, промежуточный, итоговый | Включенное наблюдение, педагогические ситуации, контрольные задания, тестирование                             | Высокий, средний, низкий        |

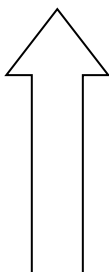
### Оценка качества подготовленности

Оценка качества практической подготовленности саберфайтера осуществляется как в течение всего срока обучения, так и при прохождении особых «точек роста» (прохождении контрольных и аттестационных мероприятий, испытаний, выполнении проектов). Занятия, аттестационные и контрольные мероприятия по саберфайтингу необходимо проводить в специально при-

способленных помещениях и спортивных залах. В соответствии с результатами прохождения испытаний производится присвоение рангов. Ранг свидетельствует о выполнении установленных нормативов, а также определяет статусную позицию обучающегося в объединении.

### **Иерархия и условные обозначения рангов ДОО «Саберфайтинг»**

- Мастер – «М».
- Рыцарь – «Р».
- Джедай – «Д».
- Падаван – «П».
- Ученик – «У».



### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАНГОВ (УРОВНЕЙ)**

#### *Мастер*

Мастерами становятся рыцари, обладающие высоким уровнем технической подготовленности, организаторскими и лидерскими качествами, внесшие значительный вклад в развитие саберфайтинга в своем городе и в других городах России, активно участвующие в деятельности собственного образовательного объединения. Звание мастера может быть присвоено призерам и победителям всероссийских состязаний. Данное звание также присваивается выпускникам, продолжающим вносить значительный вклад в работу коллектива на протяжении не менее чем 10 лет с момента начала занятий, при этом квалификация выпускника должна быть не ниже уровня рыцаря.

#### *Рыцарь*

Рыцари – это полностью подготовленные и завершившие обучение джедаи, выполнившие нормативы по технической и общефизической подготовке. Для получения ранга рыцаря воспитанник должен представить на мероприятиях различного уровня не менее пяти постановочных поединков, заняв хотя бы одно призовое место. Рыцарь умеет обучать других воспитанников технике саберфайтинга. Он может избираться в руководящие органы коллектива.

#### *Джедай*

Падаваны, успешно прошедшие испытания по технике саберфайтинга, сдавшие тест по теоретическому курсу, уровень подготовленности которых соответствует установленным требованиям, получают ранг джедая. Всем, прошедшим испытания на ранг джедая, выдается сертификат установленного образца. Получение ранга «джедай» является обязательным в течение первых двух лет обучения. Джедай способен создавать и представлять зрителям постановочный поединок, является исполнителем (не статистом) хотя бы двух соревновательных номеров.

### *Падаван*

Падаванами становятся ученики, регулярно посещающие тренировки на протяжении полугода и более, изучившие и умеющие использовать основы техники саберфайтинга, навыки и уровень общефизической подготовленности которых соответствуют установленным требованиям. Падаван должен быть исполнителем хотя бы в одном постановочном поединке, показанном хотя бы на одном мероприятии.

### *Ученик*

Ранг ученика получают обучающиеся, регулярно посещающие тренировки в течение не менее полугода, изучившие основы саберфайтинга в соответствии с установленными требованиями. Ученик должен изготовить пригодный к использованию сабер (от англ. *saber* – меч, сабля; здесь – модель светового меча).

Оценка качества обученности включает в себя выявление уровня технической, акробатической и общефизической подготовленности обучающихся в ходе аттестационных и контрольных мероприятий, испытаний. Педагог вносит все профильные, личностные и творческие достижения обучающихся в карту мониторинга личностного развития (см. *Приложение 4*).

### **Критерии уровня обученности:**

- Мастер, рыцарь (уверенно владеет);
- Джедай (в основном владеет);
- Падаван (слабо владеет);
- Ученик (имеет представление).

### **Основными формами оценки обученности являются:**

- Постановочный поединок;
- Промежуточная аттестация один раз в полугодие;
- Испытания по выбору на получение рангов «ученик» и «падаван» в течение первого года обучения, на получения ранга «рыцарь» – в течение всего срока обучения;
- Промежуточная аттестация на получение ранга «джедай» в конце второго года обучения;
- Итоговый контроль на присвоение квалификации «Помощник педагога по постановочному фехтованию» в конце пятого года обучения.

### **Объекты диагностики уровня технической подготовленности во время аттестационных, контрольных мероприятий и испытаний**

1. Выполнение действий без партнера, боевая стойка, передвижение;
2. Выполнение действий в паре;
3. Чередование простых атак, защит и ответов («рипостная игра»);
4. Проектирование постановочного поединка
5. Демонстрация постановочного поединка.

Результаты диагностики вносятся в диагностическую карту (*Приложение 3*).

## **Характеристика технической подготовленности саберфайтеров различного ранга**

### *1. Выполнение действий без партнера, боевая стойка, передвижение*

**Мастер, рыцарь** – правильно и с должным ускорением выполняет действия нападения, обороны и действия подготовки в сочетании с передвижением, двигается в боевой стойке естественно и свободно, нападение начинает с движения вооруженной руки или рук, имитацию защиты предваряет отходом или сближением.

**Джедай** – двигается и выполняет приемы нападения и обороны, элементарные действия подготовки с достаточным ускорением и в основном правильно, но положения тела и оружия требуют незначительной корректировки, имеется некоторое излишнее мышечное напряжение.

**Падаван** – демонстрирует в основном правильное выполнение базовых приемов без передвижения, но при передвижении в боевой стойке положения тела и оружия не всегда правильные, выполняет приемы с недостаточным ускорением, заметно излишнее напряжение при демонстрации приемов.

**Ученик** – имеет представление о базовых приемах, но не сохраняет в должной мере боевую стойку при передвижении, действия выполняет без ускорения, чрезмерно напрягается при демонстрации приемов.

### *2. Выполнение действий в паре*

**Мастер, рыцарь** – движения правильные, своевременные и естественные, выполняются на уровне полуавтоматизмов с должным ускорением, не требуют коррекции.

**Джедай** – движения правильные, но иногда не вполне своевременные, имеется некоторое излишнее мышечное напряжение, не всегда достаточное ускорение в финале боевых действий.

**Падаван** – в основном правильно выполняет действия, недостаточно согласовывает переходы между ними, регулярно ошибается в подборе момента и дистанции, присутствует излишнее напряжение, не всегда заметно ускорение в финале боевых действий.

**Ученик** – часть приемов выполняет технически неправильно, несвоевременно, в неподходящей дистанции, с чрезмерным или недостаточным мышечным напряжением, без должного ускорения в финале.

### *3. Чередование простых атак, защит и ответов («рипостная игра»)*

**Мастер, рыцарь** – адекватно и технически правильно атакует, защищается и отвечает с частотой не менее трех действий в секунду (при передвижении – не менее двух действий в секунду).

**Джедай** – адекватно и технически правильно атакует, защищается и отвечает с частотой не менее двух действий в секунду (при передвижении – не менее полутора действий в секунду).

**Падаван** – адекватно и технически правильно атакует, защищается и отвечает с частотой не менее полутора действий в секунду (при передвижении – не менее полутора действий в секунду).

**Ученик** – адекватно и в основном технически правильно атакует, защищается и отвечает с частотой не менее полутора действий в секунду (при передвижении – с частотой не менее одного действия в секунду).

#### *4. Проектирование постановочного поединка*

**Мастер, рыцарь** – разработал постановочный поединок, имеющий четкую и логичную композиционную структуру, со значительным количеством двигательных и композиционно сложных и зрелищных фехтовальных действий, с включением акробатических элементов и приемов сценического боя.

**Джедай** – разработал постановочный поединок, имеющий четкую и логичную композиционную структуру, включающий сложные фехтовальные действия, с акробатическими элементами и приемами сценического боя.

**Падаван** – разработал последовательность несложных фехтовальных фраз с включением простых акробатических элементов.

**Ученик** – разработал фехтовальную фразу из несложных действий, без акробатических элементов и приемов сценического боя.

#### *5. Демонстрация постановочного поединка*

**Мастер, рыцарь** – продемонстрировал постановочный поединок, имеющий четкую и логичную композиционную структуру, со значительным количеством двигательных и композиционно сложных и зрелищных действий, с включением акробатических элементов и приемов сценического боя, в достаточном темпе и ускорением в финалах действий в течение всего выступления.

**Джедай** – продемонстрировал постановочный поединок, имеющий четкую и логичную композиционную структуру, включающий сложные фехтовальные действия, с акробатическими элементами и приемами сценического боя, с видимым ускорением в финалах действий, в приемлемом темпе, но с некоторым его снижением ближе к концу выступления.

**Падаван** – продемонстрировал последовательность несложных фехтовальных фраз с включением базовых акробатических элементов, но темп исполнения и ускорение в финалах действий недостаточные.

**Ученик** – продемонстрировал фехтовальную фразу из несложных действий, без акробатических элементов и приемов сценического боя, темп низкий, ускорений в финалах действий нет.

## 2.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

**Цель** – развитие базовой культуры личности ребенка через приобщение к социально значимым знаниям и их применению в коллективной разновозрастной образовательной деятельности.

**Задачи:**

1. содействовать развитию готовности обучающихся к сознательному принятию решений в ситуации выбора;
2. обеспечить личностное и профессиональное самоопределение детей на основе индивидуальных проб;
3. развивать мотивацию к развитию, интересы и способности детей, обеспечивающие социально приемлемую самореализацию.

Программа реализуется в соответствии с принципами гуманистической педагогики, предполагающими максимальный учет потребностей и интересов воспитанников в рамках коллективного совершенствования профильной деятельности. В качестве **базовых принципов воспитательной работы** объединения выступают:

**1. Принцип самоуправления в коллективе**, заключающийся в возможности прямого и опосредованного влияния многоуровневых структур самоуправления на учебно-воспитательный процесс. Среди таких структур важнейшей является общее собрание коллектива. Реализация самоуправления обеспечивается через прохождение воспитанниками «лестницы» рангов, отражающих статус и заслуги перед объединением.

**2. Принцип разновозрастного общения**, в соответствии с которым образовательный процесс осуществляется в разновозрастном коллективе (воспитанники 8-18 лет и выпускники), что способствует социализации, развитию социальной и коммуникативной компетентностей.

**3. Принципы педагогического сопровождения и поддержки**, благодаря которым создается благоприятная среда для успешного личностного саморазвития обучающихся. Занятия проходят в атмосфере доброжелательности и взаимопомощи, что позволяет даже недостаточно социально адаптированным поначалу воспитанникам найти свое место в коллективе, развить творческие способности, проявить личностные качества. Принятые в объединении нормы поведения и правила этикета устанавливают культуру рыцарского отношения друг к другу и окружающим.

**4. Принцип вариативности.** Обучающиеся определяют собственную образовательную траекторию, реализуя субъектную позицию. Они вправе выбирать степень собственного участия в самоуправлении, отвечающие их склонностям образовательные и социальные проекты.

**5. Принцип открытости образовательной среды**, соблюдение которого обеспечивает активную позицию воспитанников объединения, их участие вместе с родителями в различных мероприятиях, инициативность и субъектность в проведении творческих дел. Программа адаптирована как к разному



начальному уровню физического и интеллектуального развития детей, так и к разной скорости их обучения. Каждый воспитанник находит свое место в группе при помощи «старших» по опыту участников коллектива. Открытость заключается также в регулярных контактах со средствами массовой информации, в участии воспитанников и выпускников объединения в различных соревнованиях, фестивалях, в проведении открытых выступлений и ежегодных конвентов по артистическому фехтованию.

**6. Принцип преемственности.** Характерной особенностью занятий является смешанный характер групп (по возрасту и уровню подготовки), который предоставляет старшим ученикам и выпускникам возможность закреплять свои навыки и получать педагогический опыт. По мере освоения техники и методики обучающиеся получают возможность работать с начинающими коллегами: джедай становится старшим партнером для учеников и падаванов, а рыцари и мастера выступают в качестве полноценных помощников педагога.

#### **Формы и содержание деятельности**

**Модуль «Ключевые дела Дворца»** направлен на развитие субъектной позиции и социальной ответственности детей с применением потенциала событийного воспитания. На уровне Дворца он реализуется через общие сборы кружковцев и праздники, на уровне объединения – через проведение мастер-классов, семинаров и внутренних соревнований.

**Модуль «Учебное занятие»** содействует акцентуации воспитательного потенциала образовательного процесса. Он ориентирован на установление партнерских отношений между педагогом и детьми, актуализацию общепринятых нормы поведения и общения, обозначения важности дисциплины и самоорганизации. В процессе занятий в парах и группах развиваются социальная и коммуникативная компетентности. Модуль реализуется через курсы и направления работы:

- «Фехтование на световых мечах» – способствует гармоничному физическому развитию ребенка, развитию логического и творческого мышления, внимания, памяти, выносливости, воспитанию исполнительской культуры.
- «Сценическое движение» – помогает детям раскрыть творческий потенциал, способствует развитию креативности, выразительности, пластичности.
- «Постановочная деятельность» – коллективная проектная работа педагога, выпускников и обучающихся по созданию постановочных поединков учит саберфайтеров разного возраста взаимодействовать, идти на компромиссы, предотвращать конфликтные ситуации.

**Модуль «Воспитание в детском объединении»** предполагает развитие традиций самоуправления разновозрастного коллектива, способствующих социально приемлемой самореализации, формирование ответственности, лидерских и волевых качеств детей. Модуль выполняется через подготовку и участие в соревновательной деятельности.

**Модуль «Работа с родителями и законными представителями обучающихся»** обеспечивает согласование воспитательных позиций семьи, учреждения, детского объединения и педагога. Проводится индивидуальное консультирование родителей, обсуждение перспектив деятельности их детей в коллективе, вовлечение родителей в образовательный процесс и в судейство спортивных соревнований. На групповом уровне о достижениях ребенка родители информируются в ходе посещения открытых занятий и по итогам мероприятий (соревнований, фестивалей, конкурсов).

**Модуль «Профессиональное самоопределение»** призван помочь детям приобрести опыт личностного и профессионального самоопределения на основе индивидуальных проб в инструкторской деятельности, совместной проектной работе и в социальных практиках. В рамках модуля обучающиеся посещают и организуют физкультурно-спортивные, социально-педагогические и творческие события по профилю коллектива. Подготовленные обучающиеся систематически помогают младшим в подготовке постановочных поединков.

### **Календарный план воспитательной работы (ежегодный)**

| <b>Период</b>                                    | <b>Мероприятие</b>  |
|--|---|
| <b>Модуль «Ключевые дела Дворца »</b>            |   |
| Сентябрь   | Линейка «День знаний», общий сбор кружковцев, посвященный началу учебного года, вводные занятия по истории ДТДиМ<br>Техника безопасности, правила поведения во Дворце |
| Октябрь  | Сбор актива Дворца, празднование Дня учителя  |
| Ноябрь   | Образовательные путешествия, концертная программа «День матери»   |
| Декабрь  | Участие в новогодних программах и конкурсах Дворца  |
| Февраль  | Встреча выпускников, «Город веселых мастеров»   |
| Апрель-май                                       | Космическая неделя, итоговый сбор кружковцев «Галактика Дворец»   |
| <b>Модуль «Учебное занятие»</b>                  |   |
| В течение года                                   | Фестивальная и конкурсная деятельность  |
| Октябрь  | Чемпионат Томской области по дисциплинам арт-фехтования   |
| Декабрь  | Аттестационные занятия по первому полугодю  |
| Февраль  | Кубок Родникового края по арт-фехтованию (Ижевск)   |
| Апрель   | Региональный турнир «Клинок Света» по арт-фехтованию (Томск)  |
| Май  | Фестиваль по арт-фехтованию «Стальной рассвет» (Красноярск)<br>Итоговые занятия (по итогам года)  |
| Август   | Чемпионат России по саберфайтингу (Томск)   |
| <b>Модуль «Воспитание в детском объединении»</b> |   |
| В течение года                                   | Беседы о соблюдении правил поведения, коммуникативных норм, педагогического и спортивного этикета, о здоровом образе жизни  |
| В течение года                                   | Посвящение в ученики, падаваны, джедаи, рыцари и мастера  |
| В течение года                                   | Проведение семинаров и мастер-классов, социальных акций   |
| <b>Модуль «Профессиональное самоопределение»</b> |   |
| В течение года                                   | Привлечение старших воспитанников к помощи младшим детям в постановочной работе, к проведению элементов занятий   |
| В течение года                                   | Посещение семинаров и мастер-классов по различным аспектам профиля коллектив  |

## **2.4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-техническое обеспечение**

- 1) помещение для проведения физкультурно-спортивных занятий, соответствующее санитарно-гигиеническим нормам, оборудованное зеркалами и полом с нескользким покрытием;
- 2) специально оборудованное помещение для хранения инвентаря;
- 3) компьютер, проектор;
- 4) спортивный инвентарь: мечи, скакалки, мячи, маты и др.

### **Информационное обеспечение**

- 1) Научная, методическая и энциклопедическая литература по фехтованию, специальная литература (см. список) и видеоархив.

### **Кадровое обеспечение**

- 1) Лобанов Виктор Викторович, педагог ДТДиМ г. Томска, образование высшее педагогическое, канд. пед. наук, доцент, спортивный судья первой квалификационной категории по фехтованию, вице-президент Федерации фехтования Томской области, мэтрдарм Международной академии оружия (Франция).

### **Методические материалы**

#### **Примерная структура учебного занятия**

Общая продолжительность: **3 учебных часа.**

- 1) **Организационный момент (3 минуты)**
  - ✓ Общее построение, определение цели и задач.
- 2). **Изучение темы образовательного курса (40 минут)**
- 3). **Подготавливающие упражнения (10 минут)**
  - ✓ *Беговая* (обычный бег; бег с высоким подниманием бедра; бег с захлестыванием голени; бег с приставным шагом; бег с вращением корпуса; прыжки с подтягиванием ног к груди и т.д.);
  - ✓ *Гимнастическая* (наклоны, вращения, махи, растяжка и т.д.).
- 4) **Общая и специальная физическая подготовка (10 минут)**
  - ✓ Общефизические упражнения для развития силы, выносливости, быстроты (упражнения на развитие различных групп мышц – отжимания, выпрыгивания, подъемы корпуса и т.д.);
  - ✓ Специальные упражнения (приседания, переступания, прыжки в боевой стойке, выпады). Упражнения сценического движения.
- 5) **Освоение и закрепление техники передвижения (10 минут)**
  - ✓ Групповые упражнения;
  - ✓ Упражнения в парах;
  - ✓ Индивидуальная работа (самостоятельно и с педагогом).
- 6). **Освоение и закрепление техники фехтования (10 минут)**
- 7). **Проектирование постановочных поединков (40 минут)**

- ✓ Анализ и воспроизведение фрагментов поединков, продемонстрированных старшими воспитанниками или педагогом, видеозаписей показательных выступлений, фрагментов кинофильмов;
  - ✓ Изучение, закрепление и комбинирование необходимых приемов фехтования, акробатики, сценического боя, адекватных заданным обстоятельствам поединка.
- 8). Заключительная часть занятия, рефлексия (10-12 минут)**
- ✓ Демонстрация изученных фехтовальных приемов, фраз, комплексов и подготовленных выступлений;
  - ✓ Упражнения на растягивание и расслабление.
  - ✓ Оценка и самооценка деятельности;
  - ✓ Определение перспектив дальнейшего развития.

## 2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### 2.5.1. Основная литература

1. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. Москва: Физкультура и спорт, 1969. 182 с.
2. Аркадьев В.А., Любецкая Т.Л. Диалог о поединке. Москва: Молодая гвардия, 1986. 222 с.
3. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование: Индивидуальный урок. Москва: Советская Россия, 1962. 183 с.
4. Бутовский А.Д. О поединке в драмах Шекспира // Ежемесячные литературные и популярно-научные приложения к журналу «Нива» на 1910 г. Санкт-Петербург: Т-во А.Ф. Маркс, 1910. Т. III. С. 249-274.
5. Вербицкая А.В. Основы сценического движения (раздел общеразвивающих и корригирующих упражнений): учебное пособие по курсу «Основы сценического движения» для студентов театральных институтов. Ч. I. Москва: ГИТИС, 1982. 71 с.
6. Геворкян М. Воспитание движения (Краткое учебное пособие для самодеятельных коллективов). Москва: Государственное издательство культурно-просветительской литературы, 1952. 96 с.
7. Голубовский Б.Г. Пластика в искусстве актера. Москва: Искусство, 1986. 189 с.
8. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студия и школ искусств. Москва: Производственно-издательский комбинат ВИНТИ, 2003. 127 с.
9. Григорьянц Т.А. Сценическое движение. Пластический тренинг : Учебное пособие. Кемерово: КемГУКИ, 2004. 97 с.
10. Григорьянц Т.А. Сценическое движение: парные и многофигурные упражнения : учебное пособие для обучающихся по направлению 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Режиссер театральной студии». Кемерово: КемГУКИ, 2021. 76 с.
11. Григорьянц Т.А. Сценическое движение: практикум по направлению подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Руководство любительским театром», квалификация (степень) выпускника «бакалавр». Кемерово: КемГУКИ, 2017. 82 с.
12. Григорьянц Т.А., Ладутько В.А., Чепурина В.В. Сценическое движение: пластический этюд : учебное пособие для студентов специальности «Актерское искусство». Кемерово: КемГУКИ, 2020. 126 с.
13. Григорьянц Т.А. Сценическое движение. Трюковая пластика: учебное пособие для вузов. Кемерово: КемГУКИ, 2010. 130 с.
14. Закиров А.З. Основы сценического фехтования : учебное пособие. Москва: ВГИК, 2013. 70 с.

15. Житков В. Руководство дуэльного боя на шпаге и эспадроне и правила дуэли на холодном оружии. Санкт-Петербург: В. Березовский, 1909. 47 с.
16. Иванов И.С. 250 гимнастических упражнений. Индивидуальная гимнастика актера. Москва: Госкиноиздат, 1952. 92 с.
17. Иванов И.С., Шишмарева Е.С. Воспитание движения актера. Москва: Художественная литература, 1937. 468 с.
18. Инновационные технологии в фехтовании: психологический аспект: учебное пособие / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, Е.А. Нечаева. Санкт-Петербург: [б.и.], 2018. 103 с.
19. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. Москва: Изд-во «Гитис», 1999. 180 с.
20. Кастл Э. Школы и мастера фехтования. Благородное искусство владения клинком. Москва: ЗАО «Центрполиграф», 2007. 331 с.
21. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. Москва: Физкультура и спорт, 1972. 182 с.
22. Королева А.П. История фехтования. Фехтование в древнем мире и в средние века. Москва: ГЦОЛИФК, 1990. 21 с.
23. Кох И.Э. Основы сценического движения. 38 уроков. Москва-Ленинград: Искусство, 1962. 112 с.
24. Кох И.Э. Основы сценического движения. Ленинград: Искусство, 1970. 568 с.
25. Кох И.Э. Сценическое фехтование : учеб. пособие для высш. учеб. заведений. Санкт-Петербург: СПбГУП, 2008. 440 с.
26. Кох И.Э. Сценическое фехтование : учебное пособие для театральных вузов и техникумов. Москва-Ленинград: Искусство, 1948. 292 с.
27. Круглова А.Г. Сценическое движение. Педагогика телесного воспитания актера. Москва: Типография «Новости», 2008. 176 с.
28. Куликов С.Б. Теоретические основания моделирования культуры поединка в артистическом фехтовании // Теория и практика физической культуры. 2016. № 7. С. 55-57.
29. Лобанов В.В. Артфехтование как способ трансляции образов поединка // Теория и практика физической культуры. 2016. № 8. С. 50-52.
30. Лобанов В.В. Саберфайтинг: образовательная программа по артистическому фехтованию. Томск: Томский государственный педагогический университет, 2010. 58 с.
31. Лобанов В.В. Судейство техники саберфайтинга в артистическом фехтовании: методические рекомендации (проект). Томск: Термопринт, 2018. 36 с.
32. Лобанов В.В., Мовшович А.Д. Российское артфехтование как наследие античности // Теория и практика физической культуры. 2016. № 7. С. 61-63.

- 33.Люгар А.И. Школа сценического фехтования, составленная для консерваторий и театральных школ, а также для гг. Любителей. Шпага, шпага с кинжалом, сабли и бой на ножах. Выработка пластики, необходимой для сценического деятеля. 2-е издание, исправленное. Москва : Типолитография И.Ф. Смирнова, 1910. 98 с.
- 34.Люгар И.И. Полное руководство для изучения фехтования французской школы на рапирах и на эспадронах : В 2 ч. / Под ред. Ген. штаба полк. И.А. Микулина. Одесса : типо-лит. Штаба Одес. воен. окр., 1906. 124 с.
- 35.Люгар А.И. Руководство классического фехтования на рапирах, французской школы. 2-е изд., испр. и доп. Санкт-Петербург : В. Березовский, 1910. 73 с.
- 36.Маслак Ю.Г. Сценический бой в театре и кино. Москва: Академический проект, 2016. 286 с.
- 37.Мишенев С.В. История европейского фехтования. Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. 208 с.
- 38.Мишенев С.В. Соло-композиция с оружием в методике обучения актёра // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2014. Вып. 1. С. 55-63.
- 39.Мовшович А.Д. Фехтование. Начинающему тренеру: Методическое пособие. Москва: Академический Проект; Мир; 2011. 112 с.
- 40.Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Методика обучения спортсменов основам техники фехтования на колющих и рубящее-колющих шпагах. Рекомендации для начинающих тренеров по арт-фехтованию. [Б.м.]: Ridero, 2021.
- 41.Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Первый год обучения. Методические рекомендации. [Б.м.]: Ridero, 2021.
- 42.Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Второй год обучения. Методические рекомендации. [Б.м.]: Ridero, 2021.
- 43.Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Примерная программа подготовки юных арт-фехтовальщиков. Третий год обучения. Методические рекомендации. [Б.м.]: Ridero, 2021.
- 44.Мовшович А.Д., Лихтаренко В.М. Фехтование спортивное и артистическое. Общность и различия олимпийских и неолимпийских дисциплин вида спорта «фехтование». [Б.м.]: Ridero, 2021.
- 45.Мовшович А.Д., Лобанов В.В. Артистическое фехтование: проблемы международного продвижения в системе спорта // Теория и практика физической культуры. 2016. № 8. С. 62-64.
- 46.Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д., Тышлер Д.А. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков. Москва: «Деловая лига», 2002. 254 с.
- 47.Морозова Г.В. О пластической композиции спектакля : методическое пособие. Москва: ВЦХТ, 2001. 144 с.

48. Морозова Г.В. Сценический бой (фехтование и пластические трюки в спектакле). 2-е изд. Москва: Искусство, 1975. 144 с.
49. Морозова Г.В., Рощупкин П.Е. Кун-фу и каратэ : элементы сценического боя без оружия : пособие для преподавателей и студентов театр. учеб. заведений, реж., арт. театра и кино. Москва : Гос. ин-т театр. искусства, 1991. 48 с.
50. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. 2-е изд. Москва: Искусство, 1988. 220 с.
51. Овчинников А.В. Сценическое движение. Основы боя на шпагах : учебное пособие по дисциплине «Пластическое воспитание» для студентов по направлению подготовки 52.05.01 «Актерское искусство», по профилю подготовки «Артист драматического театра и кино». Петрозаводск: Версо, 2019. 120 с.
52. Павлов А.И. Тактика и тактическая подготовка в спортивном фехтовании. Учебное пособие. Смоленск: СГАФКСТ, 2018. 170 с.
53. Патрикеев А.Ю. Курс начальной подготовки каскадеров : Сценическое движение, падения, акробатические трюки [Б.м.]: Издательские решения, 2021. 288 с.
54. Пономарев А.Н. Фехтование: От новичка до мастера. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 144 с.
55. Построение тренировочного процесса фехтовальщиков : учебное пособие / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, О.В. Шаламова. Санкт-Петербург: [б.и.], 2020. 134 с.
56. Родионов А.В. Психология спортивного поединка. Москва: Физкультура и спорт, 1968. 128 с.
57. Робенко О.О. Вопросы и ответы или из опыта фехтмейстера-постановщика. Херсон: ФОР Гринь Д.С., 2015. 266 с.
58. Розин М.Я. Основы сценического движения : учебно-методическое пособие. Харьков: Харьковская государственная академия культуры, 2004. 94 с.
59. Розин М.Я. Сценическое фехтование (искусство сценического боя на историческом холодном оружии) : учебно-методическое пособие. Харьков: Харьковская государственная академия культуры, 2004. 69 с.
60. «Серебряная шпага» в зеркале сцены: О Николае Карпове / Сост. А. Закиров. Москва: Российский университет театрального искусства – ГИТИС, 2014. 240 с.
61. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков на шпагах. Минск: Высшая школа, 1976. 143 с.
62. Спортивное фехтование. Учебник для вузов физической культуры. Под редакцией Д.А. Тышлера. Москва: Физкультура, образование и наука, 1997. 389 с.
63. Стеценко В.М. Основы сценического фехтования: учебное пособие. Челябинск: ЧГИИК, 1998. 72 с.



64. Сценическое движение : методическая разработка для преподавателей средних специальных учебных заведений по специальностям: № 2126 «Актер драматического театра» и № 2130 «Артист театра музыкальной комедии» / под общей редакцией Г.В. Морозовой. В 3-х ч. Москва: ВНИЭСХ, 1987.
65. Сценическое движение и фехтование : программа для театральных училищ по специальности № 05.10.00 «Театральное искусство» (проект) / под ред. Е.А. Коровиной. Москва: Типография Минуралсибстроя, 1989. 5 с.
66. Теория и практика спортивного фехтования : учебное пособие / Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В, Нечаева Е.А. Москва: Спорт, 2016. 192 с.
67. Тернан К.И. Фехтование на рапирах. Санкт-Петербург : тип. период. изд. М-ва фин., 1913. 220 с.
68. Типовая программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» для групп начальной подготовки (мальчики и девочки). Дисциплина «Фехтование на шпагах» (методическое пособие) / автор-составитель А.Д. Мовшович. Москва: Федеральный центр подготовки спортивного резерва, 2022. 128 с.
69. Турецкий Б.В. Обучение фехтованию: учебное пособие для вузов. Москва: Академический Проект, 2007. 432 с.
70. Тышлер Г.Д., Тышлер Д.А. Что должен знать спортсмен о технике и тактике. Москва: Физкультурное образование и наука, 1995. 170 с.
71. Тышлер Д.А. Вашу саблю, маэстро! Сюжеты спортивной педагогики. Москва: Терра-Спорт, 2004. 256 с.
72. Тышлер Д.А. Фехтовальные сюжеты / [Литературная запись Т.А. Лыковой]. Москва: Физкультура и спорт, 1983. 232 с.
73. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков. Москва: Академический Проект, 2007. 153 с.
74. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Сценическое фехтование. Техника ведения боёв, пластика движений и батальная режиссура. Москва: Академический Проект; Культура, 2011. 239 с.
75. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. Москва: Советский спорт, 1996. 80 с.
76. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. Москва: Академический Проект, 2007. 224 с.
77. Фехтование : рапира, эспадрон, штык : пособие для инструкторов и преподавателей техникумов и вузов / под ред. В.К. Добровольского. Москва: Физкультура и туризм, 1936. 128 с.
78. Фехтование : учебник для ин-тов физ. культуры / Под общ. ред. В.А. Аркадьева. Москва : Физкультура и спорт, 1959. 485 с.

- 79.Фехтование и рукопашный бой : учебник для институтов физической культуры / под общей редакцией К.Т. Булочко, В.К. Добровольского, А.Ц. Пуни. Москва-Ленинград : Физкультура и спорт, 1940. 356 с.
- 80.Фехтование. Примерная программа спортивной подготовки. Методическое пособие / под общей редакцией А.Д. Мовшовича. Москва: Де'Либори, 2018. 191 с.
- 81.Фехтование: Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта для реализации в образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта / под общей редакцией А.Д. Мовшовича. Москва: Де'Либори, 2018. 148 с.
- 82.Хаттон А. Холодное оружие Европы. Приемы великих мастеров фехтования. Москва: Центрполиграф, 2007. 224 с.
- 83.Хозиков Ю. Т. Массовое фехтование : Техника и методика, организационные указания, подготовка групповодов Москва ; Ленинград : Физкультура и туризм, 1930. 33 с.
- 84.Хозиков Ю.Т. Фехтование. В помощь тренерам и инструкторам-общественникам. Москва: Государственное издательство культурно-просветительской литературы, 1956. 88 с.
- 85.Элькис Г.Я. О пластическом тренаже актера : из опыта педагога. Киев: Мистецтво, 1986. 118 с.
- 86.Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие. – Москва: Терра-Спорт, 2003. 176 с.
- 87.Hobbs W. Fight Direction for Stage and Screen. London: A & C Black, 1995. 143 p.
- 88.Hobbs W. Stage Fight. Swords, firearms, fisticuffs and slapstick. New York: Theatre Arts Books, 1967. 96 p.
- 89.Howell J. Stage fighting. A Practical Guide. Ramsbury, Marlborough: The Crowood Press Ltd, 2015. 192 p.
- 90.Wise A. Weapons in the theatre. London and Colchester: Spottiswoode, Ballantyne and Co Ltd, 1968. 139 p.

### **2.5.2. Дополнительные материалы, рекомендуемые обучающимся**

#### **Ресурсы Интернет:**

1. [https://vk.com/mfs\\_rus](https://vk.com/mfs_rus) – Межрегиональная федерация саберфайтинга (МФС).
2. <https://vk.com/tomsksf> – студия фехтования “Saberia”
3. <http://www.rusfencing.ru/> – Федерация фехтования России (ФФР).
4. <http://www.aai.world/> – Международная академия оружия (ААИ).
5. <https://vk.com/fencingacademy> – Национальная академия фехтования (НАФ)

#### **Кинопродукция:**

*Кинопродукция* производства компаний «XX century FOX», «Lucas Film»

1. «Star Wars: A New Hope» («Звездные войны: Новая Надежда»);
2. «The Empire Strikes Back» («Империя наносит ответный удар»);
3. «The Return of the Jedi» («Возвращение Джедая»);
4. «The Phantom Menace» («Скрытая Угроза»);
5. «The Attack of the Clones» («Атака Клонов»);
6. «The Revenge of the Sith» («Месть Ситхов»).

## АТТЕСТАЦИОННЫЕ, КОНТРОЛЬНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Промежуточная аттестация

**Цель:** определить уровень технической, акробатической и общефизической подготовленности обучающихся.

**Задачи:**

- ✓ обнаружить индивидуальные недочеты и наметить пути для их устранения;
- ✓ разработать индивидуальный план личностного роста;
- ✓ предложить дату прохождения аттестации для получения ранга.

Оценка уровня технической подготовленности осуществляется педагогом в ходе демонстрации обучающимися технических приемов.

Выявление уровня акробатической подготовленности производится в процессе выполнения простейших акробатических элементов.

Оценка уровня развития координационных и физических качеств обучающихся осуществляется при помощи различных двигательных тестов.

При проведении контрольных испытаний необходимо руководствоваться следующими требованиями:

1. Контрольные испытания должны проводиться в одинаковой для всех обучающихся обстановке и в одно и то же время.
2. Методика контрольных проверок должна обеспечивать минимальные затраты времени на проведение двигательных тестов, демонстрацию технических приемов, выполнение акробатических элементов.
3. Контрольные упражнения должны быть доступными для всех обучающихся, независимо от уровня их физической подготовленности, и отличаться простотой измерения и оценки результатов.

*Примечание.* В случае проведения аттестации на определенный ранг требования к контрольным испытаниям и структура проведения занятия сохраняются в полном объеме.

### Возможная структура промежуточной аттестации

#### 1. Беговая разминка

Предпочтительными упражнениями являются следующие: разминочный бег (обычный, правым и левым боком, спиной вперед), бег с захлёстыванием голени и высоким подниманием бедра, бег скрестным шагом, бег с ускорением и т.д.

#### 2. Гимнастическая разминка

Рекомендуемые упражнения: различные разогревающие упражнения, махи и рывки руками, вращения, наклоны и повороты корпусом, упражнения на растяжку (динамические и статические) и др.

#### 3. Акробатическая подготовка

##### 3.1. Страховка и самостраховка;

- 3.2. Кувырки вперед и назад через плечо (без оружия);
- 3.3. Уклонения от диагональных ударов, вертикального удара, горизонтальных ударов, уход прыжком от удара по ногам.

#### *4. Техническая подготовка (Приложение 1).*

- 4.1. Выполнение основных приемов нападения (диагональные, горизонтальные удары, вертикальный удар), защиты от этих ударов;
- 4.2. Выполнение приемов в движении, сохраняя дистанцию, с использованием всех изученных приемов передвижения;
- 4.3. Практика выступлений.

#### *5. Общая физическая подготовка (Приложение 2).*

Предпочтительными упражнениями для проведения двигательных тестов являются следующие: бег на различные дистанции, шестиминутный бег, прыжок в длину с места и разбега, наклоны вперед (стоя на скамейке и сидя на полу), поднимание туловища из положения лежа на спине, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине, челночный бег и т.д.

#### *6. Рефлексия и оглашение результатов*

В ходе рефлексии педагог совместно с обучающимися анализирует достигнутый уровень развития практических навыков (с заполнением диагностической карты *Приложения 3*), степень общефизической и акробатической подготовленности, а также оглашает лучшие результаты. Если во время промежуточной аттестации воспитанник выполняет отдельные нормативы какого-либо ранга, педагогу следует предложить такому ребенку уделить внимание совершенствованию недостаточно развитых качеств, обсудить с ним дату испытаний на желаемый ранг.

#### **Итоговый контроль (в конце пятого года обучения)**

Проводится комиссией специалистов по педагогике и фехтованию в течение последнего месяца занятий. Оценивается уровень педагогической и фехтовальной культуры обучающихся, их способности к преподаванию постановочного фехтования, умения провести тренировочное занятие и дать индивидуальный урок воспитаннику младшего возраста. В случае положительного заключения обучающемуся присваивается квалификация «Помощник педагога по постановочному фехтованию».

#### **Нормативы по технической подготовке**

Нормативы включают перечень приемов и действий (I), требования к прохождению практики (количество выступлений, в которых необходимо принять участие для присвоения ранга) (II), критерии оценки уровня технической подготовленности (III).

#### **I. Перечень приемов и действий**

Каждое действие выполняется 5-10 раз, в зависимости от возраста обучающегося.

##### **1.1. Действия нападения**

**Ученик:** основные атаки, повторные атаки, ответы вертикальным, горизонтальными, диагональными ударами.

**Падаван:** все перечисленные действия выполняются в том числе плоскостными ударами.

**Джедай, рыцарь, мастер:** все перечисленные действия выполняются в том числе уколами, в прыжке, с вращением и т.п.

### 1.2. Действия обороны

**Ученик:** прямые, полукруговые, круговые защиты подстановкой от основных атак.

**Падаван:** все перечисленные действия, плюс освоение уступающих защит и защит отведением, плюс основные вольты.

**Джедай, рыцарь, мастер:** все перечисленные действия, плюс освоение проходящих и ударных защит в сочетании со сложным передвижением.

### 1.3. Действия подготовки

**Ученик:** элементарные подготавливающие действия оружием (замахи) и телом (сближения с подготовкой отхода).

**Падаван:** более сложная «игра ног» и «игра оружием».

**Джедай, рыцарь, мастер:** все перечисленные действия, плюс перемены позиций и соединений, ложные батманы, контрбатманы, нажимы, захваты, короткие атаки.

## II. Практика выступлений

| Ранг                  | Кол-во выступлений | Продолжительность времени фехтования (мин.) |
|-----------------------|--------------------|---|
| <i>Ученик</i>         | 0                  | 0   |
| <i>Падаван</i>        | 1                  | 1   |
| <i>Джедай</i>         | 2                  | 2   |
| <i>Рыцарь, мастер</i> | 5                  | 2-2,5                                       |

## III. Критерии оценки уровня технической подготовленности

**Ученик умеет:** правильно выполнять элементарные преднамеренные действия нападения, обороны и подготовки с частотой не менее одного в секунду.

**Падаван умеет:** правильно выполнять основные преднамеренные действия нападения, обороны и подготовки с частотой не менее полутора в секунду.

**Джедай умеет:** правильно выполнять преднамеренные действия нападения, обороны и подготовки с частотой не менее двух в секунду, сохраняя оптимальную дистанцию; адекватно реагировать на действия партнера или педагога в ситуации «с выбором» при атаках в предварительно незаданный сектор или при необходимости дать ответ в открывающийся сектор.

**Рыцарь, мастер умеют:** правильно выполнять действия нападения, обороны и подготовки с частотой не менее трех в секунду в сочетании со сложным передвижением, выбирая оптимальную дистанцию и время; адекватно реагировать на действия партнера или педагога в ситуации неопределенности (имитация экспромтного реагирования).

## Нормативы по общей физической подготовке

(соответствие рангов уровню подготовленности по возрастам: «Р» – рыцарь, «Д» – джедай, «П» – падаван)

| Нормативы |                              |   | 12 лет |      |      | 13 лет |       |       | 14 лет |       |       | 15 лет |       |       | 16 лет |       |       | 17 лет |       |       | 18 лет |       |       |
|-----------|------------------------------|---|--------|------|------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|
|           |                              |   | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.    | П.    | Р.     | Д.    | П.    | Р.     | Д.    | П.    | Р.     | Д.    | П.    | Р.     | Д.    | П.    | Р.     | Д.    | П.    |
| 1         | Бег 30 м (сек.)              | М | 5,1    | 5,8  | 6,5  | 4,9    | 5,6   | 6,2   | 4,8    | 5,4   | 6,0   | 4,6    | 5,2   | 5,7   | 4,5    | 5,0   | 5,5   |        |       |       |        |       |       |
|           |                              | Д | 5,2    | 6,0  | 6,6  | 5,1    | 5,9   | 6,5   | 5,0    | 5,8   | 6,3   | 5,0    | 5,7   | 6,2   | 4,9    | 5,6   | 6,0   |        |       |       |        |       |       |
| 2         | Бег 60 м (сек.)              | М | 10,0   | 10,6 | 11,2 | 9,8    | 10,4  | 11,1  | 9,4    | 10,2  | 10,9  | 8,8    | 9,7   | 10,5  | 8,3    | 9,2   | 10,0  |        |       |       |        |       |       |
|           |                              | Д | 10,1   | 10,8 | 11,4 | 10,0   | 10,6  | 11,2  | 9,9    | 10,5  | 11,0  | 9,7    | 10,2  | 10,8  | 9,4    | 10,0  | 10,5  |        |       |       |        |       |       |
| 3         | Бег 100 м (сек.)             | М |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 17,5   | 18,5  | 19,5  | 17,0   | 18,0  | 19,0  | 16,5   | 17,5  | 18,5  |
|           |                              | Д |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 17,5   | 18,5  | 19,5  | 16,5   | 17,5  | 18,5  | 16,0   | 17,0  | 18,0  |
| 4         | Бег 1000 м (мин, сек.)       | М | 5,50   | 6,10 | 6,30 |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |
|           |                              | Д | 6,00   | 6,20 | 6,40 |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |
| 5         | Бег 2000 м (мин, сек.)       | М |        |      |      | 13,00  | 14,00 | 15,00 | 12,00  | 13,00 | 14,00 |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |
|           |                              | Д |        |      |      | 14,00  | 15,00 | 16,00 | 13,00  | 14,00 | 15,00 | 12,30  | 13,30 | 14,30 | 11,30  | 12,30 | 13,30 | 11,00  | 11,30 | 12,30 | 10,00  | 10,40 | 12,00 |
| 6         | Бег 3000 м (мин, сек.)       | М |        |      |      |        |       |       |        |       |       | 15,30  | 16,30 | 17,30 | 15,00  | 15,30 | 16,30 | 14,30  | 15,00 | 15,30 | 14,00  | 14,30 | 15,00 |
|           |                              | Д |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |
| 7         | Челночный бег 3х10 м (сек.)  | М | 8,5    | 9,3  | 10,0 | 8,3    | 8,9   | 9,6   | 8,2    | 8,8   | 9,3   | 8,0    | 8,5   | 9,0   | 7,7    | 8,4   | 8,6   | 7,3    | 8,0   | 8,2   |        |       |       |
|           |                              | Д | 8,9    | 9,5  | 10,1 | 8,9    | 9,5   | 10,0  | 8,7    | 9,3   | 10,0  | 8,6    | 9,2   | 9,9   | 8,5    | 9,3   | 9,7   | 8,4    | 9,3   | 9,7   |        |       |       |
| 8         | Челночный бег 3х20 м (сек.)  | М |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 14,5   | 15,0  | 16,0  |        |       |       |        |       |       |
|           |                              | Д |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 15,0   | 15,5  | 17,0  |        |       |       |        |       |       |
| 9         | Челночный бег 5х20 м (сек.)  | М |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 20,2   | 21,3  | 25,0  |        |       |       |
|           |                              | Д |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 21,5   | 22,5  | 26,0  |        |       |       |
| 10        | Челночный бег 10х10 м (сек.) | М |        |      |      |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       |        |       |       | 27,0   | 28,0  | 30,0  |
| 11        | Прыжок в длину с места (см)  | М | 175    | 165  | 155  | 180    | 170   | 160   | 190    | 185   | 180   | 195    | 185   | 175   | 210    | 200   | 190   | 220    | 210   | 200   | 240    | 225   | 210   |
|           |                              | Д | 165    | 155  | 145  | 170    | 160   | 150   | 180    | 175   | 170   | 185    | 175   | 165   | 190    | 180   | 170   | 200    | 190   | 180   | 210    | 200   | 190   |
| 12        | Прыжок в длину с разбега (м) | М | 3,60   | 3,40 | 3,20 | 3,70   | 3,50  | 3,30  | 3,80   | 3,60  | 3,40  | 3,90   | 3,70  | 3,50  | 4,00   | 3,80  | 3,60  | 4,20   | 4,00  | 3,80  | 4,30   | 4,10  | 3,90  |

| Нормативы |   |   | 12 лет   |          |          | 13 лет |      |      | 14 лет |      |      | 15 лет |      |      | 16 лет |      |      | 17 лет |      |      | 18 лет |      |      |
|-----------|---|---|----------|----------|----------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|
|           |   |   | Р.       | Д.       | П.       | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.   | П.   | Р.     | Д.   | П.   |
|           |   | Д | 3,3<br>0 | 3,1<br>0 | 2,9<br>0 | 3,40   | 3,20 | 3,00 | 3,50   | 3,30 | 3,10 | 3,60   | 3,40 | 3,20 | 3,70   | 3,50 | 3,30 | 3,90   | 4,10 | 4,30 | 4,00   | 4,20 | 4,40 |
| 13        | Прыжок в высоту способом «Пере-<br>шагивания» (см)                    | М | 95       | 90       | 85       | 100    | 95   | 90   | 110    | 105  | 100  | 115    | 110  | 105  | 120    | 115  | 110  | 125    | 120  | 115  | 130    | 125  | 120  |
|           |   | Д | 85       | 80       | 75       | 90     | 85   | 80   | 100    | 95   | 90   | 105    | 100  | 95   | 110    | 105  | 100  | 115    | 110  | 105  | 120    | 115  | 110  |
| 14        | Отжимания (кол-во<br>раз)   | М | 18       | 16       | 14       | 20     | 18   | 15   | 22     | 19   | 16   | 26     | 22   | 18   | 28     | 24   | 20   | 30     | 26   | 22   | 32     | 28   | 25   |
|           |   | Д | 16       | 14       | 10       | 17     | 15   | 12   | 18     | 16   | 13   | 20     | 17   | 14   | 22     | 19   | 16   | 24     | 20   | 17   | 26     | 23   | 20   |
| 15        | Подтягивания (кол-<br>во раз)   | М | 8        | 6        | 4        | 9      | 7    | 5    | 10     | 8    | 6    | 11     | 9    | 7    | 12     | 10   | 8    | 14     | 12   | 10   | 16     | 14   | 12   |
| 16        | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)           | М | 30       | 28       | 25       | 33     | 30   | 28   | 35     | 33   | 30   | 38     | 35   | 33   | 40     | 37   | 35   | 42     | 40   | 37   | 45     | 42   | 40   |
|           |   | Д | 35       | 32       | 30       | 38     | 35   | 32   | 40     | 37   | 35   | 43     | 40   | 38   | 45     | 42   | 40   | 47     | 45   | 42   | 50     | 47   | 45   |
| 17        | Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз)                 | М | 8        | 6        | 4        | 10     | 8    | 6    | 12     | 10   | 8    | 14     | 11   | 9    | 16     | 13   | 10   | 18     | 16   | 13   | 20     | 18   | 15   |
|           |   | Д | 11       | 9        | 7        | 13     | 11   | 9    | 15     | 13   | 12   | 17     | 14   | 11   | 19     | 16   | 13   | 21     | 18   | 15   | 23     | 20   | 17   |
| 18        | Удержание ног под углом 90° на ш/стенке (сек.)                        | М | 9        | 7        | 5        | 10     | 8    | 6    | 11     | 9    | 7    | 12     | 10   | 8    | 13     | 11   | 9    | 14     | 12   | 10   | 15     | 13   | 11   |
|           |   | Д | 10       | 8        | 6        | 11     | 9    | 7    | 12     | 10   | 8    | 13     | 11   | 9    | 14     | 12   | 10   | 15     | 13   | 11   | 16     | 14   | 12   |
| 19        | Приседания (кол-во раз/мин)   | М | 46       | 44       | 42       | 48     | 46   | 44   | 50     | 48   | 46   | 52     | 50   | 48   | 54     | 52   | 50   | 56     | 54   | 52   | 58     | 55   | 52   |
|           |   | Д | 44       | 42       | 40       | 46     | 44   | 42   | 48     | 46   | 44   | 50     | 48   | 46   | 52     | 50   | 48   | 54     | 52   | 50   | 56     | 53   | 50   |
| 20        | Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз) | М | 8        | 6        | 4        | 9      | 7    | 5    | 10     | 8    | 6    | 11     | 9    | 7    | 12     | 10   | 8    | 14     | 12   | 10   | 15     | 13   | 11   |
|           |   | Д | 7        | 5        | 3        | 8      | 6    | 4    | 9      | 7    | 5    | 10     | 8    | 6    | 11     | 9    | 7    | 13     | 11   | 9    | 14     | 12   | 10   |

### Примечания:

1. Нормативы разработаны на основе требований комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательных учреждений.
2. Сдачу контрольных нормативов целесообразно проводить в течение нескольких занятий по отдельным блокам (в первый день – скоростные и скоростно-силовые качества, во второй – сила и выносливость и т.д.).
3. Для саберфайтеров ранга «ученик» и возраста младше 12 лет минимальные требования к уровню физической подготовленности не устанавливаются, как и для ранга «мастер».



## **Текущий и промежуточный контроль по курсу «История и теория фехтования»**

### *Примеры материалов для устного и письменного опроса*

1. Дайте определение следующим понятиям: фехтование, техника фехтования, тактика фехтования, нападение, атака, контратака, ответ, защита, позиция, боевая стойка, боевая линия, дистанция, фехтовальный темп.
2. Когда и где появилось фехтование?
3. Охарактеризуйте фехтование в Античной Греции и Древнем Риме.
4. Чем фехтование отличается от рукопашного боя с применением холодного оружия?
5. Из каких частей состояли рыцарские доспехи?
6. Каким образом появление огнестрельного оружия способствовало развитию фехтования?
7. Как традиции боя на конкретных видах оружия повлияли на правила современного спортивного фехтования (на примере шпаги, рапиры, сабли)?
8. Что такое мензурное фехтование?
9. Что такое «Дуэльный Кодекс»?
10. Почему современное фехтование считается благородным видом спорта?
11. Сравните особенности спортивного, артистического, классического, сценического и прикладного (боевого) фехтования.
12. Что вы знаете о технике и особенностях национальных школ фехтования (немецкой, испанской, итальянской, английской, польской, венгерской, французской)?
13. Расскажите о жизни и деятельности нескольких фехтовальщиков из этого списка: Д. Анджело, Д. Сильвер, А. Мароццо, К. Агриппа, А. Хаттон, И. де Карранса, А. де Сен-Дидье, Й. Мейер, В. Савиоло.
14. Расскажите о жизни и деятельности отечественных тренеров по фехтованию: И.Е. Сивербрик, Н.В. Соколов, П.А. Заковорот, В.А. Аркадьев, К.Т. Булочко, Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович.
15. Когда и почему в нашей стране прекратилось массовое обучение фехтованию на карабинах с примкнутым штыком?
16. Какое спортивное оружие является самым тяжелым – шпага, рапира или сабля?
17. Кто был основателем первой секции фехтования в городе Томске? Когда она была создана?
18. Приемы каких видов фехтования вошли в современную технику саберфайтинга?

19. Перечислите основные правила спортивного фехтования.
20. Какой иностранный язык является международным языком фехтования?
21. Какие международные организации способствуют популяризации спортивного и артистического фехтования в современном мире?
22. Какие качества характера развиваются благодаря занятиям фехтованием – и почему?
23. Каковы, по вашему мнению, перспективы развития артистического, спортивного, исторического фехтования в России и мире?

### *Примеры материалов для устного опроса:*

Главной защитой для фехтовальщика,  
Самой надёжной её считают,  
А ну-ка скажите, девочки и мальчики,  
С какой стороны – защита шестая?  
*С внешней или наружной стороны (дети обычно говорят, что с правой, что неверно, если фехтовальщик – левша).*

Можно клинок отодвинуть в сторону  
Захватом, батманом – приёмами нужными,  
Батманы с захватами учим упорно,  
Мы тренируем... *(действие на оружие).*

Тренер несчастный сомнением мается,  
Вашими знаниями обеспокоенный!  
Ребята, скажите мне, чем отличается  
Двойной перевод от удвоенного?  
*(двойной – в разные стороны, удвоенный – в одну).*

Батман «в четыре» – неотразимый.  
Клинок из руки вылетает как птица!  
Как фехтовать с подобным противником?  
Я знаю точно – *(в нижней позиции)*

Боец – антипод влюблённого мальчика  
В изящных па придворного танца!  
Лучшие чувства для фехтовальщика –  
Чувства... *(Момент, оружия, дистанции)*

Товарищи, хватит быть невеждами!  
Не делайте бой – бессмысленной дракой!  
Ответьте, наконец, в чём разница между  
Ответной атакой и контратакой?  
*Ответная – после завершения атаки противника, контратака – во время атаки противника (дети обычно путают ответную атаку и ответ (рипост)).*

Имитируя защиту, назад отходите,  
Если на вас нападают упрямо!  
Выберите время и вместо защиты  
Выполните контратаку... *(Уколом прямо)*

**Диагностическая карта  
уровня технической подготовленности**

| №   | Ф.И. обучающихся | Возраст | Параметры (виды деятельности) |   |   |   | Итого<br>(общая<br>оценка) |                              |
|---|------------------|---------|-------------------------------|---|---|---|----------------------------|------------------------------|
|   |                  |         | Контрольные<br>упражнения     |   |   |   |                            | 5. Постановочный<br>поединок |
|   |                  |         | 1                             | 2 | 3 | 4 |                            |                              |
| 1   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 2   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 3   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 4   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 5   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 6   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 7   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 8   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 9   |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 10  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 11  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 12  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 13  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 14  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 15  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 16  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 17  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 18  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 19  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| 20  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| Качественный уровень обученности<br>по отдельному параметру |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |
| Сроки проведения  |                  |         |                               |   |   |   |                            |                              |

## Мониторинг личностного развития обучающегося

Ф.И. \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

### 1. Выполнение нормативов общефизической подготовки

| Ранг | Входящая диагностика   | Ученик | Падаван | Джедай | Рыцарь |
|------|--|--------|---------|--------|--------|
| Дата | Внести показатели при вступлении в объединение, указать дату |        |         |        |        |

### 2. Выполнение нормативов технической и теоретической подготовки, присвоение рангов

| Ранг | Ученик | Падаван | Джедай | Рыцарь | Мастер |
|------|--------|---------|--------|--------|--------|
| Дата |        |         |        |        |        |

### 3. Участие в деятельности объединения

| Год обучения | Положение в коллективе<br>(авторитет, роль, статусная позиция и др.) | Характеристика и педагогическая оценка уровня сформированности нравственных качеств, развитости активной гражданской позиции, толерантности |
|--------------|--|---|
| Первый       |  |   |
| Второй       |  |   |
| Третий       |  |   |
| Четвертый    |  |   |
| Пятый        |  |   |

### 4. Участие в социально значимых мероприятиях, конкурсах, соревнованиях

| Год обучения | Мероприятие<br>(дата, место, кто проводил) | Характер деятельности и показанный результат |
|--------------|--|--|
| Первый       |  |  |
| Второй       |  |  |
| Третий       |  |  |
| Четвертый    |  |  |
| Пятый        |  |  |

### 5. Уровень развития компетентностей

| Дата | Компетентность | Уровень развития | Способы диагностики |
|------|----------------|------------------|---------------------|
|      |                |                  |                     |

**Примерное содержание технической подготовки**

| Теория   | Практика   |
|--|--|
| Занятие № 1 (вводное)  |  |
| <p>Саберфайтинг – система постановочного фехтования, воспроизводящая стилистику поединков на световых мечах из киносаги «Звездные войны». Цель: самореализация личности через создание и демонстрацию зрителям постановочных поединков, в процессе овладения навыками фехтования на световых мечах, общей и специальной физической подготовки, изучения теории и истории фехтования. Техника безопасности: проверка оружия перед началом выполнения упражнений, выполнение упражнений только после показа и/или команды инструктора). Обращение с оружием. Формирование представлений о структуре тренировки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Разминка;</li> <li>2) Общефизическая подготовка;</li> <li>3) Специальная физическая подготовка;</li> <li>4) Тактико-техническая подготовка (показ приема с объяснением его тактического смысла);</li> <li>5) Техника передвижения;</li> <li>6) Теоретическая подготовка;</li> <li>7) Психологическая подготовка</li> </ol> | <p>Разминка (подготавливающие упражнения).</p> <p>Цели разминки – общий разогрев и подготовка функциональных систем организма к выполнению упражнений, профилактика травматизма и мотивация занимающихся.</p> <p>К подбору упражнений следует подходить крайне внимательно, включать посильные, но интересные сложнокоординационные и игровые упражнения.</p> <p>Обязательно уточнить информацию о здоровье занимающихся</p> |
| <p>Сабер – модель светового меча. Материал клинков (карбон, текстолит, дюраль, поликарбонат). Части оружия: рукоять, клинок, наконечник (заглушка). Слабая, средняя и сильная части клинка.</p>  | <p>Держание оружия: положение пальцев на рукояти, расстояние между руками, мера мышечного напряжения</p>   |

| Теория   | Практика  |
|--|---|
| <p>Понятия: положение «смирно» (с контролем осанки), исходное положение, боевая стойка</p>   | <p>Переход из положения «смирно» в исходное положение (левая или правая стопа поворачивается наружу под углом в 45 градусов). Положение тела (плечевой и тазовый пояса).<br/>Переход из исходного положения в левостороннюю и правостороннюю боевую стойку</p>  |
| <p>Понятия: атака, защита, позиция, ответ, боевая линия, удар, укол, плоскость удара, фехтовальная фраза.<br/>«Четыре лезвия сабера».<br/>Понятие о системе защит (1-8).<br/>Основные удары: вертикальный, горизонтальные, диагональные.<br/>Техника безопасности (уровень, контроль оружия и т.п.).<br/>Принципы выполнения атак: начало движения с рукояти, согласованность движений рук и ног, работа пальцев (дуатэ).<br/>Позиции 5, 6, 1, 8, 3, 4 (критерии правильности)</p> | <p>Занятие оптимального положения при действиях оружием: в зависимости от выполняемого действия стопа сзади стоящей ноги направлена либо по линии атаки, либо по углом в 45 градусов к ней.<br/>Смена позиций (в шеренге: 3, 4, 1, 8, 5, 6)<br/>Вертикальный удар (в шеренге, в левосторонней стойке, в правосторонней стойке, с замахом через 5, 6, 1, 8).<br/>Горизонтальный удар (в шеренге, в левосторонней стойке, в правосторонней стойке, с замахом через 5-6, 3-4).<br/>Обмен атаками без разрыва соединения (5-5, 6-6, 1-1, 8-8, 3-3, 4-4).<br/>Поочередные атаки вертикальными ударами (в парах, сначала 5-5, потом 6-6, потом 5-5-6-6).<br/>Упражнение: Боец А атакует вертикальным ударом, боец Б защищается 5 и отвечает горизонтальным ударом, боец А защищается 1 и отвечает вертикальным ударом, боец Б защищается 6 и отвечает горизонтальным ударом</p> |
| <b>Занятие № 2</b>   |   |
| <p>Краткое обобщение изложенной теории</p>   | <p>Разминка. Краткое повторение вертикальных и горизонтальных ударов, изученных позиций</p>   |
| <p>Техника передвижения: шаги со сменой стойки, приставные шаги. Критерии правильности дей-</p>  | <p>Те же упражнения в сочетании с передвижением</p>   |

| Теория   | Практика   |
|--|--|
| ствий оружием при передвижении   |  |
| Вращение оружием (ускорение движения клинка, финты). Нолики, восьмерки, девятки (прямые и обратные). Приемы уклонений от горизонтальных ударов | <p><b>В шеренге:</b><br/>Вертикальный удар с замахом через разнообразные вращения оружием.</p> <p><b>В парах:</b><br/>1) Боец А атакует с шагом вперед (в левосторонней и правосторонней стойке, приставным шагом или со сменой стойки) вертикальным ударом с замахом через какое-либо (0, 8,9) вращение оружием, боец Б защищается 5 или 6, отвечает горизонтальным ударом, боец А уклоняется</p>   |
| <b>Занятие № 3</b>   |  |
| Краткое обобщение изложенной теории в процессе повторения изученного материала   | Разминка. Краткое повторение вертикальных и горизонтальных ударов, изученных позиций   |
| Верхние диагональные удары (критерии правильности);<br>Нижние диагональные удары (критерии правильности);<br>Позиции 2, 7                      | <p><b>В шеренге:</b><br/>1) повторные атаки верхними диагональными ударами (с одной стороны, с разных сторон);<br/>2) атака верхним диагональным ударом справа или слева, номерная позиция, имитация ответа верхним диагональным ударом справа или слева;<br/>3) Смена позиций 2, 7 (переход через 3 или 4, нижние 1 или 8);<br/>4) Позиция 1, атака верхним диагональным ударом справа, повторная атака нижним диагональным ударом слева с замахом через 4, позиция 1...<br/>5) Позиция 8, атака верхним диагональным ударом слева, повторная атака нижним диагональным ударом справа с замахом через 3, позиция 8...</p> <p><b>В парах:</b><br/>1) Упражнения 4 и 5 с взятием обороняющимся соответствующих защит;<br/>2) Упражнения 4 и 5 с поочередной сменой нападающего бойца.</p> |

| Теория   | Практика   |
|--|--|
|  | <p>3) Боец А атакует верхним диагональным ударом справа, боец Б защищается 1 и отвечает верхним диагональным ударом справа, боец А защищается 4 и отвечает нижним диагональным ударом слева, боец А защищается 2, боец Б повторно атакует верхним диагональным справа.</p> <p>4) Боец А атакует верхним диагональным ударом слева, боец Б защищается 8 и отвечает верхним диагональным ударом слева, боец А защищается 3 и отвечает нижним диагональным ударом справа, боец А защищается 7, боец Б повторно атакует верхним диагональным слева.</p> <p>5) То же, что и в упражнениях 3 и 4, но добавляется ответ бойца Б после 2 или 7 защиты верхним диагональным ударом с той же стороны</p> |
| <b>Занятие № 4</b>   |  |
| Контроль боевой стойки   | <p>Разминка.</p> <p>Упражнения на сохранение боевой стойки, в т.ч. со сменой позиций, в лёгких прыжках, в переступаниях и т.д.</p>   |
| <p>Краткое обобщение изложенной теории в процессе повторения изученного материала.</p> <p>Приемы уклонений от диагональных и вертикальных ударов</p> | <p><b>В шеренге:</b></p> <p>1) Верхний диагональный справа, горизонтальный слева, вертикальный.</p> <p>2) Верхний диагональный слева, горизонтальный справа, вертикальный.</p> <p><b>В парах:</b></p> <p>1) Уклонение от комбинаций ударов в упражнениях 1 и 2, после выполнения – смена атакующего;</p> <p>2) Упражнение 1 и 2, каждый удар делается дважды: от первого защититься, от второго уклониться, после выполнения – смена атакующего</p>  |
| Понятие плоскостных ударов (критерии правильности).  | <p><b>В шеренге:</b></p> <p>1) Верхние плоскостные справа и сле-</p>   |



| Теория   | Практика  |
|--|---|
|  | <p>ва;<br/> 2) Нижние плоскостные справа и слева;<br/> 3) 5, верхний плоскостной удар справа, 4, нижний плоскостной слева;<br/> 4) 6, нижний плоскостной удар слева, 3, нижний плоскостной справа;<br/> 5) 5, верхний плоскостной справа, 4, нижний плоскостной слева, 3, нижний плоскостной справа, 6, верхний плоскостной слева, далее в обратном порядке;<br/> <b>В парах:</b><br/> 1) «Пятерка плоскостных» на месте и в движении.<br/> 2) Упражнение 5, у партнёра только вертикальный и плоскостные удары</p>                               |
| <p>Понятие дистанции (ближняя, средняя, дальняя, сверхдальняя, ближний бой);<br/> Понятие ударов переносом или переводом;<br/> Понятие действия на оружие (батманы, захваты, в т.ч. завязывания)</p> | <p><b>В шеренге:</b><br/> 1) Упражнения на сохранение дистанции, изменение дистанции.<br/> <b>В парах:</b><br/> 1) Упражнения на сохранение дистанции, изменение дистанции;<br/> 2) Боец А атакует верхним диагональным ударом справа, боец Б защищается 4, боец А выполняет батман переносом или переводом и атаку горизонтальным ударом, боец Б уклоняется;<br/> 3) Боец А атакует верхним диагональным ударом слева, боец Б защищается 3, боец А выполняет батман переносом или переводом и атаку горизонтальным ударом, боец Б уклоняется</p> |
| <b>Занятие № 5</b>   |   |
| Повторение и закрепление материала   | Разминка  |
| <p>Техника выполнения атаки уклоном (на месте и с шагом). Понятие «закрыться». Техника безопасности.<br/> Прямые, полукруговые, круго-</p>   | <p><b>В шеренге</b>, в левосторонней и правосторонней боевых стойках:<br/> 1) Укол прямо на месте (не давать самопроизвольно закрываться);<br/> 2) Укол с шагом вперёд, в т.ч. со сме-</p>  |

| Теория                           | Практика   |
|----------------------------------|--|
| вые защиты                       | <p>ной стойки – закрытие назад.</p> <p><b>В парах:</b></p> <p>1) Боец А – атака ударом с шагом вперед, боец Б – защита; боец А – повторная атака уколom; боец Б – круговая защита (кроме 5 и 6);</p> <p>2) Боец А атакует диагональным ударом справа, боец Б защищается 1 и пытается сбить клинок противника вертикальным ударом, боец А с прохождением через 8 позицию повторно атакует уколom, боец Б защищается 3;</p> <p>3) Боец А атакует диагональным ударом слева, боец Б защищается 8 и пытается сбить клинок противника вертикальным ударом, боец А с прохождением через 1 позицию повторно атакует уколom, боец Б защищается 4</p> |
| Общее понятие фехтовальной фразы | <p><b>В парах (на месте и в движении):</b></p> <p>1) Тройка ударов;</p> <p>2) Пятерка ударов;</p> <p>3) Девятка ударов.</p>  |

# Дидактические материалы для обучающихся

## Планирование характерных особенностей персонажа

1. Нарисуйте боевую стойку, включая положение (позицию) оружия.

| Для нападения | Для обороны |
|---------------|-------------|
|               |             |

2. Обозначьте манеру фехтования (подчеркнуть нужное):

Агрессивная, трусливая, отчаянная, уверенная, комбинированная, оборонительная (защита оружием), оборонительная (отходы, уклонения), контратакующая.

3. Выберите способы передвижения (подчеркнуть нужное):

Приставной шаг, шаг со сменой стойки, прыжки, челночные прыжки, скачки и подскоки.

4. Опишите эмоциональную реакцию:

| Успех фехтовальной фразы | Неудача фехтовальной фразы |
|--------------------------|----------------------------|
|                          |                            |

5. Придумайте характерные жесты персонажа:

(разминает шею, пружинит на ногах, чешется, приглаживает волосы, поправляет одежду...).

|  |
|--|
|  |
|--|

## История редакций образовательной программы

**Первая редакция** образовательной программы «Саберфайтинг» (2004) определяла саберфайтинг как спортивную систему фехтования на основе реконструкции искусства владения световым мечом вселенной фильмов «Звездные войны». Профильная деятельность рассматривалась в ней не как самоценность, а в свете её возможностей по профилактике асоциального поведения подростков. Основным содержанием являлась подготовка детей к ведению импровизированного поединка («фрифайт») на моделях световых мечей. С 2006 г. и до 2008 г. саберфайтинг позиционировался в качестве спортивно-театрального фехтования; в тот же период время фрифайт уступил место созданию и демонстрации постановочных поединков на межрегиональных конкурсах. В настоящее время фрифайт, основывавшийся на идеях А.Б. Немеровского о пластической импровизации, стал не более чем упражнением.

После появления во всероссийском реестре видов спорта группы дисциплин арт-фехтования в составе вида спорта «Фехтование» (2008) Федерация фехтования Томской области соотнесла саберфайтинг с четырьмя из них: арт-фехтование – упражнение соло, арт-фехтование – упражнение группа, арт-фехтование – дуэт – свободный стиль, арт-фехтование – группа – свободный стиль. В этой связи **вторая редакция** программы «Саберфайтинг» (2010) обозначила его как направление артистического фехтования, созданное на основе реконструкции боев с применением световых мечей, продемонстрированных в киноэпопее Джорджа Лукаса «Звездные войны». Изменения, внесенные в программу в **третьей редакции** 2016 г., почти не меняли образовательный процесс.

Необходимость **четвертой редакции** программы обусловлена динамикой артистического фехтования в РФ и за рубежом. Если в 2008 г. работа Федерации арт-фехтования (с 2021 г. ФАФР – Федерация артистического фехтования России) привлекала множество коллективов, то в 2022 г. неразрешенность ряда организационных и сущностных проблем развития деактуализировала статусные турниры: в Кубке России 2021 г. участвовали только сборные команды г. Москвы и Московской области, а в Чемпионате России 2022 г. – сборные команды г. Москвы, Московской области и г. Санкт-Петербурга. В немалой степени это вызвано тем, что за пределами Москвы и Московской области за 14 лет существования официального арт-фехтования в условиях субъективного судейства не появилось ни одного мастера спорта, что дезавуировало в регионах спортивную привлекательность арт-фехтования. Более востребованные площадки для самореализации в настоящее время предлагают состязания Российской академии фехтования, являющейся национальным отделени-

ем Международной академии оружия – Académie d'Armes Internationale (AAI). Разнообразие правил современного арт-фехтования (международные, адаптированные, система «Лайт» и др.) на фоне снижения популярности официальных всероссийских соревнований делает нецелесообразным обучение детей в точном соответствии с рекомендациями ФАФР. Одновременно повышается значимость идей, разработанных в спортивном, классическом и сценическом фехтовании. Кроме того, педагогическая практика выявила как необязательность знакомства обучающихся с историей «Звездных войн», так и необходимость знаний об истории сценического движения и сценического фехтования. Возрастание объема материала обусловило переход к пятилетней программе одновременно со снижением возраста обучающихся (с 8 лет, а не с 12 лет). Это также нашло отражение в четвертой редакции программы. **Пятая редакция** отличается переходом к семилетнему сроку подготовки обучающихся.

## Терминология

### Основные определения:

*Международная академия оружия (Académie d'Armes Internationale – ААИ)* – международная организация, координирующая развитие артистического фехтования.

*Российская академия фехтования (РАФ)* – российское национальное отделение Международной академии оружия.

*Саберфайтинг* – система постановочного фехтования, основанная на реконструкции стилистики поединков на световых мечах вселенной фильмов «Звездные войны».

*Сабер* – модель светового меча, состоящая из клинка и рукояти. Клинок сабера и основная часть рукояти имеют круглое сечение, диаметр клинка всегда меньше, чем диаметр рукояти.

*Части клинка* – условное деление клинка на слабую (ближнюю к острию оружия), среднюю и сильную (ближнюю к рукояти) части.

*Лезвие (истинное, рабочее и др.)* – сторона клинка сабера, расположенная условно идентично боевой кромке клинка с односторонней заточкой.

*Лезвие обратное (ложное, обух)* – сторона клинка сабера, противоположный лезвию.

*Плоскости (голомени)* – стороны клинка сабера, расположение которых условно совпадает с плоскостями клинка холодного оружия.

*Техника фехтования* – совокупность наиболее целесообразных приемов фехтовального боя, а также способ их выполнения.

*Боевая стойка* – оптимальное положение фехтовальщика для ведения боя.

*Боевая линия (директриса)* – условная линия, соединяющая проекции на землю центров тяжести противников.

*Дистанция* – расстояние между противниками по боевой линии.

*Фехтовальный темп* – время, затрачиваемое спортсменом на выполнение простого действия.

### Приемы и боевые действия:

*Прием технический* – специальное фехтовальное движение, имеющее определенную технику выполнения.

*Боевое действие* – один или несколько приемов, выполняемых фехтовальщиком в бою или постановочном поединке с целью выполнения или демонстрации выполнения какой-либо тактической (боевой) задачи.

*Нападение* – попытка нанести укол (удар).

*Удар* – прикосновение клинка к поражаемой поверхности противника с силой, условно достаточной для выполнения работы по разрушению цели, а также движение, приводящее к такому соприкосновению или его моделированию.

*Укол* – определенной силы прикосновение острия клинка к поражаемой поверхности противника, а также движение, приводящее к такому соприкосновению или его моделированию.

*Атака* – инициативное наступательное действие с целью нанесения укола (удара), выполняемое постоянным выпрямлением вооруженной руки (рук) и непрерывной угрозой острием (а также лезвием) оружия поражаемой поверхности противника.

*Атака основная* – атака, начинающая боевую схватку.

*Боевая схватка* – несколько непрерывно следующих одно за другим действий фехтующих, завершающихся нанесением кому-либо из них укола (удара) или обоюдным прекращением действий в форме продолжительной паузы.

*Атака на подготовку* – атака, выполненная на противника, приближающегося с целью перехода в атаку.

*Атака ответная* – нападение, выполняемое после завершения атаки противника.

*Атака повторная* – атака, выполненная на противника, защитившегося без попытки ответа, отступлением или уклонением.

*Контратака* – встречное нападение на противника с целью опередить уколом (ударом) начатую им атаку или избежать укола уклонением или оппозицией.

*Позиция* – обусловленное положение оружия и вооруженной руки (рук) по отношению к собственному поражаемому пространству фехтовальщика, конечное пространственное положение защиты.

*Защита (парад)* – отражение клинка противника, совершающего нападение, при помощи собственного оружия.

*Ответ (рипост)* – нападение с целью нанесения укола (удара), выполняемое без задержки по времени после успешно совершенной защиты.

*Батман* – удар по оружию противника, производимый как инициативное действие с различными целями ради приобретения преимущества в бою.

*Соединение* – положение, при котором клинки оружия двух фехтующих соприкасаются.

*Перенос* – перемещение оружия из одной фехтовальной линии в другую через острие оружия противника.

*Перевод* – перемещение оружия из одной фехтовальной линии в другую под или над оружием противника.

*Держание оружия (хват)* – положение рук на рукояти оружия. Прямым хватом называется расположение рук на рукояти большими пальцами в сторону лезвия, обратным – большими пальцами в сторону поммеля (навершия, противовеса, «гайки», крышки аккумуляторного отсека).

*Вольт* – уклонение телом от укола или удара противника.

### Индивидуальные занятия

Данный материал раскрывает особенности индивидуального обучения и воспитания отдельных обучающихся. Апробация программы в 2022-2023 гг. выявила необходимость более полного удовлетворения запросов и интересов двух категорий начинающих саберфайтеров. В первую категорию входят *физически и артистически одаренные новички* объединения с уже имеющимся (ранее полученным в других коллективах) высоким уровнем подготовленности в различных видах деятельности, полезных для занятий постановочным фехтованием, таких как театральное искусство, хореография и акробатика, единоборства, в том числе спортивное фехтование. Они часто подготовлены физически или в области актерского мастерства, обладают развитыми двигательными навыками и выразительной пластикой. Однако перспектива их участия в постановочных поединках ограничена спецификой ранее полученного опыта занятий. Так, бывший ученик театральной студии, пришедший в коллектив саберфайтеров, готов к реализации актерского компонента выступления, но часто недостаточно развит физически. Напротив, обучающийся с опытом спортивного фехтования редко обладает навыками сценического движения и не владеет способами безопасного выполнения фехтовальных приемов. При этом в формате группового обучения затруднительно полностью реализовать диагностированный, бесспорный, но полностью разноплановый потенциал отдельных обучающихся, заведомо способных к максимально успешной состязательной деятельности. Каждому из них требуется индивидуальная коррекция образовательной траектории, позволяющая в приемлемые сроки выровнять уровень подготовленности по отдельным компонентам профильного мастерства саберфайтера.

Вторую категорию составляют *педагогически одаренные новички*, обладающие опытом работы помощниками вожатого, учителя или педагога, выпускники программ психолого-педагогических классов или отчетливо склонные к подобной деятельности. Обычно они стремятся транслировать изученный профильный материал и освоенные приемы своим сверстникам, контролировать выполнение фехтовальных приемов и их комбинаций, но редко владеют элементами методик группового и индивидуального уроков, взаимного и проблемного обучения. Кроме того, педагогическая активность таких новичков не всегда сопровождается должным уровнем технической и постановочной подготовленности, во многом формирующим авторитет и статусную позицию в группе, вследствие чего их действия не обязательно позитивно принимаются остальными участниками.



Наиболее перспективны с позиций коллективизма обучающиеся, одновременно входящие в названные выше категории. Они требуют особого индивидуального подхода и педагогических усилий для создания условий дальнейшего раскрытия их потенциала в рамках групповых занятий. Работа педагога с ними имеет характер профессиональной ориентации и включает как развитие потенциала, так и преодоление образовательных дефицитов, свойственных обеим категориям детей, которые по итогам занятий осваивают элементы профильного и педагогического мастерства.

Педагогическая целесообразность индивидуальных занятий обусловлена: 1) невозможностью полноценно раскрыть потенциал некоторых одаренных детей в условиях группового обучения саберфайтингу; 2) необходимостью выравнивающей коррекции подготовленности одаренных обучающихся по компонентам программы; 3) эффективностью ранней профессиональной ориентации, подтвержденной успешной практикой (выпускники работают педагогами и тренерами, руководят группами саберфайтеров в Москве, Санкт-Петербурге, Новосибирске, Томске и др.).

Индивидуальные занятия рассчитаны на детей 10-18 лет, обладающих выраженными двигательными способностями, ранее освоенными умениями в области боевых, театральных и танцевальных искусств, акробатики и хореографии, склонных к педагогической и творческой деятельности.

Содержание индивидуальной подготовки определяется на основании входной диагностики двигательных способностей и педагогических умений, тестов, с учетом результатов собеседования с ребенком, родителями (законными представителями). При необходимости возможна консультация со специалистами в области фехтовального и театрального искусства.

В течение **сентября-октября** осуществляется углубленная диагностика особенностей обучающегося, позволяющих ему в перспективе показывать высокие профильные результаты и эффективно участвовать в педагогизации деятельности объединения. В начале индивидуального обучения педагог разрабатывает содержательное наполнение подготовки одаренного ребенка, совместно с обучающимся определяет и корректирует индивидуальную образовательную траекторию.

В течение **ноября-марта** обучающийся осваивает содержание образования по индивидуальной траектории, принимает участие в подготовке других участников объединения под присмотром и с помощью педагога.

Период **с апреля по май** посвящен коррекции позиции обучающегося в объединении с учетом освоенного материала, активизации его роли в качестве спортсмена и помощника педагога, деятельному участию в

творческих мероприятиях и состязаниях. В указанное время происходит педагогически целесообразное «встраивание» обучающегося в процесс группового обучения с учетом полученной дополнительной подготовки.

### **Особенности организации индивидуального образовательного процесса**

Образовательный процесс осуществляется очно, допускается дистанционное обучение. Подготовка обучающихся происходит на основе сетевого взаимодействия с Федерацией фехтования Томской области и с Томским государственным педагогическим университетом.

Таким образом, индивидуальные занятия ориентированы на содействие реализации профильного и педагогического потенциала одаренных обучающихся объединения. Они предусматривают:

1. сохранение и развитие готовности обучающегося к высокорезультативной творческой, состязательной и элементарной педагогической деятельности с учетом имеющихся склонностей и особенностей;
2. актуализация ценности коллективизма как условия эффективности разноплановой деятельности обучающегося;
3. освоение индивидуально целесообразного, углубленного и расширенного содержания образовательной программы, скорректированного на основе личностных особенностей, двигательного и педагогического опыта ребенка.

### **Структура индивидуального учебного планирования**

| № | Адресат                         | сентябрь-октябрь  | ноябрь-март   | апрель-май   |
|---|---------------------------------|---|---|--|
| 1 | Физически одаренный ребенок     | Определение потенциала, составление, начальная апробация и необходимая модификация содержания индивидуальной подготовки | Освоение индивидуализированного образовательного содержания | Коррекция позиции одаренного ребенка в объединении |
| 2 | Артистически одаренный ребенок  |   |   |  |
| 3 | Педагогически одаренный ребенок |   |   |  |

В результате индивидуальных занятий обучающийся должен:

1. проявлять готовность и результативно участвовать в творческой, состязательной и элементарной педагогической деятельности на уровне, превышающем стандартный для его возраста;
2. разделять, поддерживать и распространять понимание ценности собственного коллектива как оптимальной среды развития личности сред-

ствами постановочного фехтования, вносить вклад в совершенствование этой среды;

3. владеть содержанием профильным содержанием программы сабер-файтинг на уровне, превышающем стандартный для его возраста.

Формы контроля, оценочные и диагностические материалы совпадают с имеющимися в программе.

## РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Саберфайтинг» (автор Лобанов Виктор Викторович, пятая редакция программы, 2025)

**Актуальность** программы «Саберфайтинг» обусловлена неослабевающим интересом детей, взрослых энтузиастов и специалистов и по фехтованию к созданию постановочных поединков на световых мечах на фоне дефицита методических разработок данной тематики. В свете этого программа В.В. Лобанова, которая представляет собой результат научно-педагогического и методического осмысления его более чем двадцатилетнего опыта развития саберфайтинга как направления постановочного (а позднее – в том числе и артистического) фехтования, востребована на всероссийском уровне.

Рецензируемая программа – пятая (расширенная, переработанная и дополненная) версия: предыдущие предполагали меньшее количество лет обучения и ориентировали воспитанников на самореализацию в процессе занятий арт-фехтованием и выступлений на официальных соревнованиях. Программа 2025 г., рассчитанная уже на 7 лет подготовки спортсменов, учитывает динамику постановочного фехтования в России: официальные чемпионаты и кубки страны собирают в последние годы все меньше участников; в арт-фехтовании с момента его появления в реестре видов спорта отсутствует возможность проведения официальных первенств, где дети и подростки могут выполнить нормативы спортивных разрядов; в регионах систематически проходят неофициальные состязания по различным правилам.

В этой связи приобрела актуальность диверсификация подготовки саберфайтеров к самореализации в рамках множества состязаний с меняющимися правилами. Это задало ключевую черту программы: формирование содержания и методики обучения фехтованию на световых мечах на основе зарекомендовавших себя принципов спортивного и сценического фехтования, с параллельным изучением основ сценического фехтования, истории и теории искусства владения холодным оружием. Для замены спортивных разрядов, которые детям затруднительно выполнить из-за отсутствия официального допуска ко многим дисциплинам арт-фехтования, в программе предложены ранги, отражающие уровень подготовленности и статусную позицию обучающегося в объединении. Отличительная особенность пятой редакции программы заключается в том, что в течение 6-7 гг. программа предполагает приобретение участниками исследовательской компетентности в области фехтования, их вовлеченность (за счет этого) в совершенствование программы и качества собственного образования.

Оригинальный и целостный способ гармонизации спортивных и сценических подходов к формированию компетентностей исполнителей боевых сцен определяет новизну программы. Для выстраивания содержания автором проанализировано 90 наименований литературы, в том числе на иностранных языках (они представлены в списке), изучены опыт и идеи

отечественных и зарубежных постановщиков. Особенно ценна прослеженная в программе связь между участием в деятельности коллектива выпускников и качеством образовательных результатов. По сути, программа раскрывает склонности обучающихся к инструкторской практике уже через принятый формат взаимного обучения, проектирования и разновозрастного взаимодействия. При этом, хотя в программе заметны социально-педагогические черты и повышенное внимание к организации самоуправляемого коллектива, она сохраняет физкультурно-спортивную направленность, удовлетворяя интерес детей и молодежи к физическому самовоспитанию и к освоению профильной и практической компетентностей в области фехтования. Программа вносит вклад в развитие теории и методики обучения саберфайтингу и в уточнение его предметности: впервые после 2010 г. очерчены ключевые особенности направления, обусловленные характеристиками оружия и традиционного визуального ряда поединков, охарактеризованы сходства и различия обучения саберфайтера в сравнении с подготовкой актера, спортивного или артистического фехтовальщика.

Спортивная результативность программы подтверждена призовыми местами обучающихся и выпускников на всероссийских и межрегиональных турнирах. Социально-педагогическая эффективность программы также очевидна в связи с тем, что выпускники коллектива успешно преподают постановочное фехтование в различных регионах страны, в том числе в Москве и в Санкт-Петербурге.

**Заключение:** образовательная программа «Саберфайтинг» является высококачественным, самостоятельным и завершенным методическим трудом на актуальную тематику, соответствует всем требованиям, предъявляемым к работам такого рода. Она рекомендуется к реализации в системе дополнительного образования.

Рецензент

Президент Национальной академии фехтования,  
Генеральный директор Международной  
академии фехтовальных искусств,  
доцент кафедры театрального искусства  
Факультета искусств Санкт-Петербургского  
государственного университета,  
постановщик фехтовальных сцен  
Государственного Академического  
Мариинского театра (г. Санкт-Петербург)

*С. В. Милинчев*



11.09.2025 г.

## РЕЦЕНЗИЯ

**на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу  
физкультурно-спортивной направленности «Саберфайтинг» (автор  
программы Лобанов Виктор Викторович)**

В современной подростковой и молодежной среде регулярно возникают и распространяются оригинальные направления двигательной активности. Некоторые из них со временем приобретают черты регламентированной физкультурной деятельности и даже становятся спортивными дисциплинами и видами спорта, признанными в России и в зарубежных странах. При этом рост их популярности среди подрастающего поколения, как правило, не сопровождается равнозначными объемами научно-педагогических исследований и методической поддержки. Также руководители и лидеры вновь появляющихся клубов далеко не всегда приобщены к теории традиционной физической культуры и спортивной педагогики. Это приводит не только к «изобретению велосипедов» в методике обучения или к более низким (чем в иных условиях) его результатам, но и предопределяет риски закрепления физиологически и механически неверной техники движений, травмирования, дисгармоничного физического развития участников. Кроме того, деятельность отдельных самостоятельных или образовательных коллективов многопрофильна или многоаспектна, вследствие чего они не могут в полной мере использовать программы, разработанные для конкретных видов спорта.

Актуальность программы «Саберфайтинг», разработанной Виктором Викторовичем Лобановым, предопределяется тем, что она решает вышеперечисленные проблемы в отношении коллективов, занимающихся созданием постановочных поединков на световых мечах. Она ориентирована на детей в возрасте от 8 до 18 лет и взрослых, включая выпускников объединения. Новизна программы состоит в адаптации методики спортивного фехтования, сценического движения и боя к специфической области фехтовального искусства – фехтованию на световых мечах «саберфайтинг». Согласно закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ст. 2, п. 26) физическая культура представляет собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития. Анализ содержания программы позволил установить, что оно направлено на физическое и интеллектуальное развитие (в том числе саморазвитие) обучающихся средствами фехтования, повышению их двигательной активности. Занятия по программе содействуют формированию здорового образа жизни, что отражено в ожидаемых результатах. Наконец, освоение программы осуществляется в разновозрастной самоуправляемой группе



(коллективе), что обеспечивает социальную адаптацию обучающихся. Эти особенности программы определяют ее *физкультурную* значимость. В свою очередь, возможность участия саберфайтеров в соревнованиях по дисциплинам арт-фехтования (дуэты и группы «свободного стиля», «упражнение соло» и «упражнение группа») в составе вида спорта «Фехтование» по правилам, утвержденным Минспорта РФ, в соревнованиях по арт-фехтованию по международным правилам Международной академии оружия и в турнирах, проводящихся по правилам Российской академии фехтования определяет *спортивную* программы. Таким образом, *физкультурно-спортивная* направленность программы «Саберфайтинг» не вызывает сомнений, а её содержание на стартовом, базовом и продвинутом уровнях соответствует установленным показателям физического развития обучающихся.

В свою очередь, педагогическую целесообразность программы и пятилетний срок её реализации автор обосновал постепенным изменением статуса воспитанников по мере освоения саберфайтинга и расширения их участия в жизни объединения. В процессе освоения фехтования на световых мечах, основ теории и практики сценического движения и сценического боя, изучения теории и истории фехтования дети, подростки и молодежь мотивируются к переходу от социально приемлемой к социально полезной деятельности: они выступают не только на соревнованиях, но и на общественно значимых мероприятиях и праздниках разного уровня, показывают постановочные поединки в образовательных и культурных учреждениях. Это обуславливает социально-педагогическую ценность программы «Саберфайтинг».

Программа имеет все необходимые структурные компоненты, включает комплексы основных характеристик и организационно-педагогических условий реализации. Цель и адекватные ей группы личностных, метапредметных, профильных и практических задач четко соотносятся с темами курсов и ожидаемыми результатами. В программе имеются обширный список литературы и приложения, составляющие методическое обеспечение образовательного процесса.

**Заключение.** Программа «Саберфайтинг» представляет собой авторскую методическую разработку по фехтованию на световых мечах. Она рекомендуется для использования в образовательном процессе секций и студий саберфайтинга в системах дополнительного образования, молодежной политики и культуры, а также к публикации.

Рецензент  
Декан факультета физической культуры  
Национального исследовательского  
Томского государственного университета,  
доктор педагогических наук, профессор



Шилько В.Г.

26.09.2022 г.