

Департамент образования администрации города Кирова

Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова

Принята на заседании
педагогического совета ДДТ
от 03.03.2025 г.
Протокол № 2

Утверждаю:
Директор МОАУ ДО ДДТ
«Вдохновение» города Кирова

/Савиных В.Н./
Приказ № 84а от 03.03.2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОГО МЕЧЕВОГО БОЯ»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 10-13 лет

**Автор-составитель:
Горбешко В.В.,
педагог дополнительного
образования**

Киров
2025

Пояснительная записка

Уровень – ознакомительный

Направленность – физкультурно-спортивная

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Постановление администрации г. Кирова от 14.11.2014 № 4917-П «Устав муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова».

Методические рекомендации

1. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные). – Киров: КОГБУ ДО «Дворец творчества Мемориал», РМЦ, 2023. – 22 с.

Актуальность программы

Спортивный мечевой бой (далее СМБ) представляет собой вид спортивного единоборства с использованием безопасного вооружения — «спортивного меча» и «спортивного щита», изготовленных по специальной технологии из полимерных материалов. СМБ как вид спорта призван формировать потребность в здоровом образе жизни, осуществлять гармоничное развитие личности, способствовать физическому совершенствованию спортсменов.

Особенность современного мечевого боя, как вида единоборств в том, что он способствует развитию воли к победе, целеустремленности и умению соревноваться по правилам, не поощряя агрессивность. Занятия современным мечевым боем позитивно воздействуют на формирование таких личностных

качеств занимающихся, как активная жизненная позиция, поведение в соответствии с общепринятыми нормами морали, гражданской и спортивной этикой. СМБ обладает огромным потенциалом с точки зрения педагогики и патриотического воспитания. В основу тренировочного и соревновательного процесса заложен принцип взаимного уважения спортсменов.

Отличительные особенности программы:

В боевых искусствах на сегодняшний день отсутствуют соревновательные аналоги СМБ, что позволяет говорить о его уникальности. Уникальность в том, что правила этого вида спорта универсальны для всех возрастов, а экипировка и снаряжение позволяют проводить спортивные поединки в полный контакт. Поэтому адресность данной программы отличается разновозрастными категориями учащихся.

Формы обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса

Группа учащихся – разного возраста Программа может корректироваться с учетом индивидуальных способностей и возраста учащихся.

Состав группы – постоянный, 8 - 12 человек

Набор детей в объединение: прием детей в ДДТ осуществляется на основании заявления и документов, удостоверяющих личность обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся (из Устава ДДТ) Требование - наличие медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятия в секции фехтование.

Возраст обучающихся – 10 -13 лет

Объем и срок освоения, режим занятий

Объем и срок освоения: 1 год обучения, 144 часа.

В неделю – 2 занятия по 2 академических часа (2*40 мин)

Цель программы: физическое развитие средствами современного меча боя.

Задачи программы:

Воспитательные задачи, направленные на формирование личностных результатов:

1. Формировать умение соблюдать правила личной гигиены и рационального режима дня спортсмена.
2. Формировать умение соблюдать правила поведения в социуме, применять знания о нормах и ценностях в поведении.

Образовательные задачи, направленные на формирование предметных результатов:

1. Познакомить с тактикой и стратегией боя на мечах.
2. Создать условия для формирования знаний, умений и навыков фехтования.

Развивающие задачи, направленные на формирование метапредметных результатов:

1. Развивать умение взаимодействовать с педагогом и сверстниками в тренировочной деятельности.

2. Развивать умение ставить, удерживать и достигать цель спортивной деятельности.

Планируемые результаты

Личностные результаты

1. Соблюдает правила рационального режима дня и правила личной гигиены спортсмена.

2. Соблюдает правила поведения в социуме, применяет знания о нравственных нормах и ценностях в поведении.

Предметные результаты

1. Имеет представление о тактике и стратегии боя на мечах.

2. Умеет применять знания, умения и навыки фехтования в процессе боя на мечах.

Метапредметные результаты

1. Умеет взаимодействовать с педагогом и сверстниками в тренировочной деятельности.

2. Умеет самостоятельно ставить, удерживать и достигать цель спортивной деятельности.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Наименование разделов, тем	Общее кол-во часов	Количество часов		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Введение	2	1	1	
2.	История техники боя на мечах	2	2	0	
	Раздел 1. Обучение технике современного мечаевого боя	66	0	66	Зачет
3.	Общефизическая подготовка	22	0	22	
4.	Техника фехтования	22	0	22	
5.	Боевые приемы	22	0	22	
	Раздел 2. Обучение тактике современного мечаевого боя	66	0	66	Зачет
6.	Тактика нападения в поединке	14	0	14	
7.	Тактика нападения в командном бою	12	0	12	
8.	Тактика защиты в поединке	14	0	14	
9.	Тактика защиты в командном бою	12	0	12	
10.	Тактика боя	14	0	14	
	Раздел 3. Соревнования	8	2	6	Учебные соревнования
11.	Правила соревнований и судейства	2	2	0	
12.	Организация и проведение соревнований	6	0	6	
	ИТОГО:	144	5	139	

Содержание программы

1. Введение

Теория. Постановка целей и задач. Знакомство с понятием спортивный мечевой бой. Инструктаж по правилам безопасности. Техника безопасности на тренировках по СМБ.

Практика. Входящая диагностика. Адаптационные игры.

2. История техники боя на мечах

Теория. Эволюция оружия и доспехов в различные эпохи. Краткие сведения развития фехтования в России и за рубежом. История появления и развития Федерации СМБ и Современного мечевого боя, как спортивной дисциплины.

Практика не предусмотрена.

Раздел 1. Обучение технике современного мечевого боя

3. Общефизическая подготовка

Теория не предусмотрена.

Практика. Общеразвивающие и специальные упражнения для развития физических качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости, координации. Развитие физических качеств средствами фехтования (поединки, игровые упражнения, подвижные игры со спортивными мечами и щитами, отработка приемов, групповые боевые упражнения).

4. Техника фехтования

Теория не предусмотрена.

Практика. Подготовительные, подводящие и специальные упражнения в обучении технике фехтования. Стойки: низкая, средняя, высокая. Перемещения: различные типы шагов, выпады, бег, прыжки, падения. Зоны поражения: правая, левая; верхняя, средняя, нижняя – 7 секторов атаки. Удары: рубящие, колющие, режущие; возвратные, проносные. Удары: диагональные прямые (сверху вниз), диагональные обратные (снизу вверх), вертикальные и горизонтальные. Защиты: простые, скользящие, уступающие, сбивом, переводом, универсальная защита, всерная защита.

5. Боевые приемы

Теория не предусмотрена.

Практика. Методика обучения технике. Требования к показу боевого приема для создания представления. Назначение боевого приема. Последовательность в обучении. Подводящие и игровые упражнения для овладения боевым приемам. Определение ошибок и методика их исправления. Возрастные особенности и совершенствование.

Раздел 2. Обучение тактике в современном мечевого боя

6. Тактика нападения в поединке:

Теория не предусмотрена.

Практика. Серии ударов. Удары без пауз, с паузами. Виды активной силовой работы щитом («толчок», «удар», «наложение», «зацеп»). Комбинации атакующих действий мечом и щитом. Имитация атаки для сбоя в ритме движений противника. Отвлекающие действия при подготовке атаки

Ложные удары и «промахи». Техника внезапного изменения сектора атаки с помощью «переводов» и «тюльпанов». Способы перекрывания обзора противнику. Контроль атакующей руки противника. «Раздергивание» противника по уровням и секторам.

7. Тактика нападения в командном бою:

Теория не предусмотрена.

Практика. Командные тактические действия. Обезоруживание. Затруднение передвижений противников. Обходы по флангам. «Заход» в тыл. Силловые приемы работы щитом в массовом бою.

8. Тактика защиты в поединке:

Теория не предусмотрена.

Практика. «Глухая» защита. Защита перемещением. Комбинированная защита щитом, мечом, перемещениями. Смена ритмов атаки и защиты.

9. Тактика защиты в командном бою:

Теория не предусмотрена.

Практика. Командные тактические действия. «Правильное» расположение на площадке. Строй (плюсы и минусы). Перестроения. Круговая оборона. «Выключение» лидера. Выполнение тактических задач боевыми парами, тройками. Обход строя по флангам.

10. Тактика боя.

Теория не предусмотрена.

Практика. Последовательность в изучении тактических действий и взаимодействий в нападении и защите. Игровые упражнения для овладения тактическими комбинациями в защите и нападении. Вариативность в тактике ведения боя в зависимости от особенностей конкретного противника

Раздел 3. Соревнования

11. Правила соревнований и судейства

Теория. Место и оборудование для проведения турнира. Подготовка площадки для соревнований. Права и обязанности тренеров, спортсменов, секундантов, судей, организаторов и технического персонала. Подготовка к турниру и ход соревнований. Запрещенные действия и ошибки. Судьи и порядок судейства. Судейская бригада. Официальная процедура и жесты судей. Ознакомление с содержанием протокола.

Практика не предусмотрена.

12. Организация и проведение соревнований

Теория не предусмотрена.

Практика. Практикум по спортивному совершенствованию проводится в форме внутригрупповых турниров, направленных на повышение спортивного мастерства и совершенствование тактических знаний и навыков.

Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования

«Дом детского творчества «Вдохновение» г. Кирова на учебный год утверждается приказом директора.

1. **Начало учебного года** – 1 сентября.
2. **Продолжительность учебного года** – круглый год.
3. **Срок реализации бюджетных ДООП** – 36 учебных недель.
4. **Продолжительность академического часа** – 40 минут для детей школьного возраста.
5. **Форма обучения** – очная.
6. **Продолжительность учебной недели** – 7 дней.

Учреждение работает без общего выходного дня (ежегодно).

Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации.

7. Режим работы учреждения в период школьных каникул:

- по временному расписанию, составленному на период каникул;
- в форме походов, экскурсий, соревнований;
- могут создаваться различные объединения с постоянным и переменным составом детей.

8. Аттестация учащихся проводится:

- декабрь – промежуточная аттестация;
- май – промежуточная аттестация;

Календарный учебный график составляется педагогом дополнительного образования ежегодно на каждую учебную группу после ее комплектования.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Для обеспечения образовательного процесса и тренировочных занятий: спортивный зал (до 15*12 м) с мягким покрытием; оборудование, спортивный инвентарь:

- Напольное покрытие татами – 1 комплект
- Скамейка гимнастическая – 2 шт
- Турник навесной на гимнастическую стенку – 3 шт
- Скакалки – 10 шт.
- Спортивные мечи - 5 шт.
- Щиты спортивные - 4 шт.

Инструменты и материалы, необходимые для реализации программы, приобретаются родителями обучающихся самостоятельно:

- Шлем
- Защита ног
- Защита локтей
- Защита шеи
- Жилет защитный
- Спортивный меч

Информационное обеспечение:

Видео соревнований и ссылки на интернет источники - для показа примеров соревнований.

Правила соревнований по современному мечевому бою версия 9.2 от 30.08.2022 г.

Сайт федерации современного мечевого боя <https://www.фсмб.рф>

Кадровое обеспечение:

- педагог дополнительного образования.

Требования к безопасности

Для работы в программе используются инструкции по ТБ: ИТБ -01, ИТБ – 02, ИТБ – 03, ИТБ – 04, ИТБ – 10, ИТБ – 15

Аттестация обучающихся

Формы аттестации

1. *Зачет.* Проводится по итогам изучения темы, раздела. Включает демонстрационные упражнения на технику выполнения.
2. *Учебные соревнования.* Проводится в конце учебного года. Обучающиеся демонстрируют свои навыки в учебном бою.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие.

Оценочные материалы.

С целью управления качеством образовательного процесса в ДДТ разработан мониторинг результативности образовательной деятельности, позволяющий определить достижение учащимися планируемых результатов.

1. Диагностика личностных результатов.

Отслеживание личностных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитудно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 1).

2. Диагностика предметных результатов.

Отслеживание практической составляющей (умения, навыки) происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения. Наблюдение проводится лонгитюдно на протяжении учебного года. (Приложение 2).

3. Диагностика метапредметных результатов.

Отслеживание метапредметных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитюдно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 3).

Все данные мониторинга заносятся в общую таблицу (Приложение 4).

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – очное образование.

Методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный метод: объяснение, показ, рассказ, инструктаж;
- репродуктивный метод: работа по инструкции, алгоритму, задания на выполнение работы по образцу

Методы воспитания:

- методы формирования сознания личности (рассказ, этическая беседа, внушение, инструктаж, диспут, пример);
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения (упражнение, приучение, педагогическое требование, общественное мнение, поручение, воспитывающие ситуации);
- методы стимулирования (соревнование, поощрение, порицание).

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия - практическое занятие, тренинг, открытое занятие.

Список литературы для педагога

1. Кузин В.В., Полиевский С.А., Глейberman А.Н. 500 игр и эстафет. Физкультура и спорт, 2000. 304 с.
2. Кох И.С. «Сценическое фехтование» М., 2007. 254 с.
3. Кондратьев В. Антонович А. «Историческое фехтование», М., 2002
4. Попов А.В., Хайко В.Е. Спортивные игры в коллективе. К.: Здоровье, 1989. 133 с.
5. Ричард Ф. Бертон «Книга мечей», М., 2006. 398 с.
6. Ричард Ф. Бертон «Мастера и школы фехтования» М., 2006. 381 с.

7. Мишенев С.В. «История фехтования. На пути к вершине» СПб., 1995. 223
8. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. В 2-х т. Т. 1.

Список литературы для обучающихся

1. Ричард Ф. Бертон Книга мечей, М., 2006. 398 с.
2. Ричард Ф. Бертон Мастера и школы фехтования, М., 2006. 381
3. Мишенев С.В. История фехтования. На пути к вершине, СПб., 1995. 223
4. Соловьев Г.М., Соловьева Н.И. Культура здорового образа жизни (теория, методика, системы). Москва, Издательство: Илекса 2009г. 432с

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Диагностика личностных результатов

№ п/п	Фамилия Имя	Соблюдает правила рационального режима дня и правила личной гигиены спортсмена	Соблюдает правила поведения в социуме, применяет знания о нравственных нормах и ценностях в поведении	Индивидуальный итог (низкий, средний, высокий уровни)
1				
2				
3				
Групповой итог				

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

Высокий уровень (В) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.

Средний уровень (С) - показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.

Низкий уровень (Н) - показатель проявляется редко или не появляется.

Приложение 2

Диагностика предметных результатов

№ п/п	Фамилия Имя	Имеет представление о тактике и стратегии боя на мече	Умеет применять знания, умения и навыки фехтования в процессе боя на мече	Индивидуальный итог (низкий, средний, высокий уровни)
1				
2				
3				
Групповой итог				

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

Высокий уровень (В) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.

Средний уровень (С) - показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.

Низкий уровень (Н) - показатель проявляется редко или не появляется

Диагностика метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия Имя	Умеет взаимодействовать с педагогом и сверстниками в тренировочной деятельности	Умеет самостоятельно ставить, удерживать и достигать цель спортивной деятельности	Индивидуальный итог (низкий, средний, высокий уровни)
1				
2				
3				
Групповой итог				

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.
 Высокий уровень (В) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.
 Средний уровень (С) - показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.
 Низкий уровень (Н) - показатель проявляется редко или не появляется.

Приложение 4

Сводная таблица результативности образовательной деятельности

МОАУ ДО Дом детского творчества «Вдохновение»

Группа _____ Педагог _____

Дата проведения _____

№	Фамилия, имя ребенка	Присутствие в группе		Предметная результативность		Личностная результативность		Метапредметная результативность	
		на 01.10	на 01.06						
				Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
	Средний по группе								