

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 203
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«Фехтование»**

Возраст учащихся: 7-9 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
педагог дополнительного
образования
Павинский Андрей Павлович

Оглавление

Пояснительная записка _____	3
Основные характеристики программы _____	3
Направленность программы _____	3
Адресат программы _____	4
Актуальность программы _____	4
Уровень освоения программы _____	5
Срок и объем реализации программы _____	5
Цель программы _____	5
Задачи программы _____	5-6
Планируемые результаты освоения учащимися программы _____	7-8
Организационно-педагогические условия реализации программы _____	8-10
Язык реализации программы _____	8
Форма обучения _____	8
Особенности реализации _____	8
Условия набора учащихся _____	8
Условия формирования групп _____	8-9
Форма организации деятельности учащихся на занятиях _____	9
Материально-техническое оснащение программы _____	9-10
Кадровое обеспечение _____	10
Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Фехтование» _____	11
Методические и оценочные материалы _____	12-20
Методические материалы _____	12-14
Оценочные материалы _____	15-16
Информационные источники _____	17-20
Календарный учебный график _____	21
Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы «Фехтование» _____	22-42
Особенности программы и организации образовательного процесса _____	22
Цель программы _____	22
Планируемые результаты _____	23-24
Содержание программы _____	24-30
Календарно-тематический план _____	31-42
Рабочая программа воспитания _____	43-45
Цель воспитательной работы _____	43
План воспитательной работы _____	43-44
Календарный план воспитательной работы _____	45
План работы с родителями _____	45-46
Календарный план работы с родителями _____	45-47

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Фехтование» (далее по тексту - программа) **физкультурно-спортивная**. Программа разработана в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования, такими как: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей//Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №196; Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года //Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р. Программа скорректирована в 2015 году. Стратегия развития физической культуры и спорта, определяет основные направления развития и значение физической культуры и спорта в стране как создание условий для здорового образа жизни граждан, приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение массовости физической культуры и спорта, обеспечение доступа к развитой спортивной инфраструктуре, повышение конкурентоспособности российского спорта, пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта.

Одним из современных направлений в спорте и физической культуре, пользующейся популярностью среди молодежи, является фехтование. Это древнейшее искусство, которым овладел человек. В первую очередь, это искусство владения боевым холодным оружием: мечом, шпагой, рапирой, саблей, кинжалом, ножом, секирой и пр. Преподавали фехтование новобранцам-легионерам и гладиаторам в Древнем Риме. В Древней Греции фехтование было одной из основных дисциплин для детей граждан, с самого младшего возраста – 7-9 лет. В Средние века фехтование было одной из основных дисциплин в образовательной программе дворянина-рыцаря. Первоначально при фехтовании на боевых шпагах, представлявших собою длинные тонкие мечи со сложной гардой, использовались щиты, а затем и кинжалы. Только в наше время фехтование из боевого искусства превратилось в вид спорта, которое воспитывает морально-волевые качества личности: стремление к победе, стойкость, настойчивость. Спортивное фехтование – наиболее изысканный вид единоборства; в

отличие от других единоборств, в фехтовании не используют ударов руками и ногами или захватов – в нем вообще нет физического контакта тел. Являясь реальным единоборством, фехтование не требует грубой физической силы и жесткости. Фехтование — сугубо индивидуальный вид спорта. Даже в командных соревнованиях бои проводятся один на один. Этот вид спорта помогает повысить уровень интеллектуальных способностей, функциональных возможностей организма, уровень развития гибкости, быстроты 3 одиночных движений, координации движений и прыгучести, внимательности, наблюдательности, двигательной памяти и тактического мышления.

Адресат программы:

В объединение принимаются дети с 7 до 9 лет, без специальной подготовки. В процессе обучения допускается дополнительный набор учащихся. Кроме того, в объединение могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся в объединении в течение первого полугодия.

Наличие медицинской справки для занятий по программе обязательно.

Актуальность программы:

Данная общеразвивающая программа «Фехтование», направленная на гармоничное развитие учащихся, всестороннее совершенствование их двигательных способностей, совершенствование психических познавательных процессов, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия является актуальной.

Данная дополнительная программа соответствует государственной политики в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на образовательные потребности детей и родителей.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью данной программы является то, что она соединяет изучение элементов фехтования со спортивно-оздоровительным комплексом в целом, что способствует укреплению и оздоровлению обучающихся. Акцент программы делается на создание ситуации успеха, использования личностно-развивающих воспитательных технологий в процессе работы с детьми, а также на психологическую и восстановительную подготовку фехтовальщиков.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы. Формы, методы и приемы,

используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса. Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

Уровень освоения: базовый.

Срок и объем реализации программы: образовательная программа рассчитана на 1 год, 144 часа.

Цель программы: гармоничное развитие обучающихся, всестороннее совершенствование их двигательных способностей, совершенствованием психических познавательных процессов, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия посредством фехтования.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- расширить и углубить знания обучающихся в области анатомии и функциональных возможностях организма человека, физической подготовке;
- обучить основам базовых видов двигательных действий;
- сформировать систему знаний основ спортивного фехтования на саблях;
- расширить представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- сформировать знания о необходимой экипировке и оборудовании для фехтования;
- познакомить с историей фехтования и традициями спортивного фехтования;
- раскрыть значимость фехтования в сфере современного спортивного единоборства;
- обучить техническим приёмам фехтования на сабле;

- познакомить обучающихся с правилами проведения соревнований в каждом из видов оружия.

Развивающие задачи:

- развить координацию, гибкость, быстроту реакции, ловкость, общую физическую выносливость;
- развить умения и навыки оборонительных и атакующих действий на саблях, техники ударов в фехтовании;
- развить навыки общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов;
- развить умение понимать причины собственного поведения и поведения другого человека;
- развитие психологической выносливости.

Воспитательные задачи:

- воспитать инициативность, ответственность, силу воли;
- сформировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время;
- выработать организаторские навыки проведения занятий в качестве капитана команды, судьи.

Планируемые результаты:

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, к фехтованию.

После окончания обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

– характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

– общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

– организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

– планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

– анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

– управлять эмоциями в общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметные результаты:

Учащийся будет знать:

– особенности спортивного фехтования на шпагах;

– основные позиции: боевая стойка, передвижение, выпад, основное правило поединка;

– правила игры в мини-волейбол;

– классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе;

– правила проведения боя;

– правила судейства.

Учащийся будет уметь:

– организовывать и проводить со сверстниками учебные бои и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

– бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования

техники безопасности к местам проведения;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения учебных боев и соревнований;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения разными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- самостоятельно подключаться к системе электрофиксации уколов;
- анализировать действия противника;
- применить технику оборонительных и атакующих действий на шпагах.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Программа реализуется в очной форме.

Особенности реализации ДОП. В период невозможности организации учебного процесса в очной форме (карантина, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней), учебный процесс может быть организован с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В ходе реализации ДОП возможна организация и проведение культурно-массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования

Условия набора. На обучение по данной программе принимаются учащиеся:

- мальчики и девочки 10-13 лет,
- не имеющие специальной подготовки,
- не имеющие противопоказаний для занятий игровыми видами спорта на основании справки врача,
- без вступительных испытаний.

Условия формирования групп. Группы формируются разновозрастные в возрастном диапазоне 10-13 лет. В течение учебного года при наличии вакантных мест допускается зачисление учащихся по результатам собеседования с педагогом дополнительного образования (тренером-преподавателем).

Количество обучающихся в группе. Количество обучающихся в группах по программе с учетом вида деятельности, санитарных норм и норм наполняемости : первый год обучения- не менее 15 человек. Максимальное количество обучающихся в группах-20-25 человек.

Формы организации деятельности учащихся на занятии. Программой предусмотрены следующие формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная(беседа, показ, объяснение),
- групповая (тренировки),
- в группах (подготовка к соревнованиям)
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков).

Форма организации учебного процесса при реализации программы - учебное занятие.

Режим занятий соответствует требованиям СанПин. Соблюдается режим проветривания, санитарное содержание помещения проведения занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Одно занятие составляет 2 академических часа (с перерывом в соответствии с нормами СанПин).

Формы организации занятий. Занятия по программе проводятся преимущественно всем групповым составом, при необходимости (при подготовке к соревнованиям) могут проводиться в малых группах и индивидуально. Программой предусмотрены аудиторные (в учебном классе) и внеаудиторные(посещение соревнований) занятия, в том числе самостоятельная работа по заданию педагога.

Формы проведения занятий. Формами проведения занятий по программе являются как традиционные, так и другие формы (тренировка, лекция, мастер-класс и др.)

Материально – техническое оснащение:

Занятия проводятся в спортивном зале.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

- Спортивная одежда: фехтовальный костюм, туфли, гетры, бандажи, жесткие протекторы, перчатки, нагрудники, набочки, маски, тренировочный костюм.

- Оружие и личное электрооборудование: электрорапиры, электрокуртки, электрошнуры.

- Оборудование фехтовального зала: стеллажи для хранения оружия и другого инвентаря, зеркала, мишени, электрофиксаторы, катушки - сматыватели шнура.

- Информационная аппаратура.

Кадровое обеспечение программы. Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

**Учебный план
образовательной программы
«Фехтование»**

№	Раздел	Количество часов		Всего	Формы итоговой аттестации и промежуточног о контроля
		теория	практика		
1	Введение. Вводное занятие.	2	-	2	Устный опрос
2	История развития фехтования, как вида спорта	2	-	2	Устный опрос
3	Фехтование как олимпийский вид спорта	1	-	1	Устный опрос
4	Теоретическая подготовка	2	-	2	Устный опрос
5	Правила и организация соревнований.	1	-	1	Устный опрос
6	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования	8	54	62	Приём нормативов
7	Общая физическая подготовка	4	30	34	Приём нормативов
8	Специальная физическая подготовка	4	30	34	Приём нормативов
9	Контрольно-оценочные испытания	-	4	4	Приём нормативов, зачёт по выполнению техники
10	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	ИТОГО	26	118	144	

Методические и оценочные материалы

Методические материалы.

В результате освоения предметного содержания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Фехтование» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Показателями реализации образовательной программы являются:

- положительная динамика индивидуальных показателей физического развития;
- овладение теоретическими знаниями и базовыми практическими навыками в сфере культуры здоровья и оздоровительной физической культуры.

Входная диагностика проводится в октябре с целью выявления первоначального уровня умений и возможностей детей и определения уровня физической подготовленности.

Формы: педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий педагога.

Диагностика физических качеств - проводится с каждым учащимся индивидуально по тестовым методикам.

Текущий контроль осуществляется в течение учебного года в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности.

Формы: педагогическое наблюдение, анкетирование, опрос на пройденные темы (техника безопасности, здоровье человека, физическая активность, основы здорового питания, закаливание, самоконтроль и психорегуляция, оборудование и инвентарь для оздоровительных занятий), выполнение тестовых заданий, анализ педагогом и учащимися качества выполнения упражнений.

Итоговый контроль – предусмотрен в мае после освоения обучения по программе.

В ходе реализации данной Программы могут быть использованы разнообразные методы обучения: словесный (беседы, блиц-опрос,

устное изложение тренера), наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (тренировки, соревнования по фехтованию).

Программа предусматривает использование следующих методов в работе с учащимися: беседа; лекция; демонстрация слайдов и фильмов; рассматривание иллюстраций и другие.

В процессе реализации Программы используются следующие формы проведения занятий: групповой урок; боевая практика; индивидуальный урок; занятия по физической и теоретической подготовке; контрольные и официальные соревнования.

Основными формами тренировочной работы по фехтованию являются: теоретические и практические занятия, тренировки, соревнования, тренировочные занятия в спортивных лагерях, тренировочные сборы, профилактические и оздоровительные мероприятия.

Учебные и методические пособия:

включает в себя:

- раздаточный материал
- дидактический материал
- учебные и методические пособия
- наглядный материал
- учебные видеофильмы
- конспекты занятий
- информационный и справочный материалы
- научную, специальную и методическую литературу
- памятки, инструкции, советы
- список наглядно-информационных материалов
- методические рекомендации
- методические разработки
- тематические папки
- тестовые задания
- диагностические методики

- сборники заданий и упражнений
- творческие отчеты
- фотоальбомы
- видеоматериалы

**Оценочные материалы
«Фехтование»**

№ п/п	Название раздела или темы	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятий)	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
1.	Введение. Вводное занятие	Теория, лекция, беседа	Словесный, беседа	Видео - материал, методические пособия	Опрос	Телевизор, проектор, справочная литература
2.	История развития фехтования, как вида спорта	Теория, лекция	Словесный (рассказ), демонстрационный	Методические пособия, учебные пособия	Опрос, тестирование	Книги, пособия, справочные материалы
3.	Фехтование как олимпийский вид спорта	Теория, лекция	Словесный (рассказ), демонстрационный	Методические пособия, учебные пособия	Опрос, тестирование	Книги, пособия, правила судейства
4.	Теоретическая подготовка	Теория, лекция, беседа	Словесный (рассказ), демонстрационный	Словарь терминов, учебные и методические пособия	Опрос	Пособия, справочные материалы, схемы
5.	Правила и организация соревнований.	Теория, лекция	Словесный (рассказ), демонстрационный	Методические пособия, учебные пособия	Опрос, тестирование	спортивный инвентарь, схема, таблицы, плакаты, литература
6.	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования	Комбинированная, индивидуальная, групповая, поточная, фронтальная	Словесный, демонстрационный, наглядный, практическое выполнение задания, работа на снарядах	Методические пособия, наглядные пособия	Тестирование, зачёт	спортивный инвентарь, схема, таблицы, плакаты, литература
7.	Общая физическая подготовка	Комбинированная, индивидуальная, групповая,	Словесный, демонстрационный, наглядный, практическое выполнение задания, работа на снарядах	Методические пособия, наглядные пособия	Тестирование, зачёт	Скамейки, скакалки, мячи, таблицы, схемы, плакаты

		поточная, фронтальная				
8.	Специальная физическая подготовка	Комбинированная, индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная, в парах	Словесный, демонстрационный, наглядный, практическое выполнение задания, работа на снарядах	Методические пособия, наглядные пособия, словарь терминов	Тестирование, зачёт	спортивный инвентарь, схема, таблицы, плакаты, литература
9.	Контрольно-оценочный испытания	Практика	Практическое выполнения задания	Таблица	Тестирование	Таблица результатов, защитные средства: бандаж, накладки, шлем
10.	Итоговое занятие	Теория	Словесный, беседа, демонстрационный	Награждение победителей, лучших спортсменов, подведение итогов учебного года	Контрольное занятие	Грамоты, дипломы

Перечень учебно-методического комплекса для реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Фехтование»

Педагог дополнительного образования – Павинский Андрей Павлович

Нормативно-правовой блок:

1. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
2. Об образовании в Санкт-Петербурге //Закон Санкт-Петербурга от 17.07.2013 года № 461-83.
3. Стратегия действий в интересах детей в Санкт-Петербурге на 2012-2017 годы // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 16.08.2012 № 864
4. Программа «Развитие образования в Санкт-Петербурге на 2013-2020 годы»// Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 10 сентября 2013 № 66-рп.
5. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р.
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р.
7. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы" //Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. № 1493
8. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №196.
9. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей» // Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41

Информационные источники.

Список литературы, для использования педагогом:

1. Бычков Ю.М. Новое в технике передвижения фехтовальщиков // Теория и практика физической культуры. – 2000. - № 11. – С. 28-29.
2. Бычков Ю.М., Войтов В.Г., Павлов А.И. Характеристика процессов мышления и воображения в системе тактического взаимодействия в спортивном фехтовании / Фехтование. Вестник, Выпуск 1. Составители Павлов А.И., Бычков Ю.М. – Смоленск, СГИФК, 2003. - С. 64-70.
3. Войтов В.Г. Классификационная проблема тактики спортивного фехтования // Теория и практика физической культуры. – 2002. - № 2. – С. 34-35.
4. Войтов В.Г. Обобщающая модель продуцирования тактического действия в спортивном фехтовании // Теория и практика физической культуры. 2004. -№ 9. -С. 32-34.
5. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие / Е.Н.Гогунев, Б.И.Мартьянов. – М.: Академия, 2000. – 288 с.
6. Дементьев В.Л., Михайлина О.С. Психомоторика и свойства высшей нервной деятельности как фактор тактико-технической успешности в соревновательной деятельности единоборцев //Актуальные проблемы спортивных единоборств / Составители: проф. Б.А. Подливаев, проф. И.Д. Свищев. – М.: СпортУниверПресс. _Вып.6. –2003.- С 97-103.
7. Лапшин А.В, Средства ведения поединков и основы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиц на саблях:
Автореф. дис... канд. пед. наук. – М.,2003. – 23 с.
8. Павлов А.И., Бекетов А.В., Феоктистов В.В. Специальные тактические умения, обеспечивающие решение задач подготавливающих действий в спортивном фехтовании / Фехтование. Вестник, Выпуск 1. Составители Павлов А.И., Бычков Ю.М. – Смоленск, СГИФК, 2003. - С. 102-106.
9. Павлов А.И., Войтов В.Г. Определение понятия «спортивная тактика» // теория и практика физической культуры. – 2000. – № 9. – С. 20-21.

10. Павлов А.И., Войтов В.Г., Бекетов А.В., Феоктистов В.В. Принципы формирования состава и структуры соревновательной деятельности в фехтовании / Фехтование. Вестник, Выпуск 1. Составители Павлов А.И., Бычков Ю.М. – Смоленск, СГИФК, 2003. - С. 88-94.

11. Павлов А.И., Войтов В.Г. Проблемы и направления оптимизации состава и структуры соревновательной деятельности в фехтовании: Сб. науч. тр. – Смоленск: СГИФК, 2000. –С. 98-103.

12. Спортивная метрология: Учебн. / под ред. Ю.И.Смирнова, М.М.Полявщикова. – М.: Академия,2000. – 228 с.119

13. Тышлер Д., Мовшович А., Бычков Ю., Тышлер Г., Базаревич В. Фехтование. Что должны знать спортсмены и тренеры о судействе и проведении соревнований. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 124 с.

14. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для детскоюношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2004.-144 с.

15. Эстрина И.А. Техничко-тактические показатели применения средств ведения боя фехтовальщиками высшей квалификации в официальных многоступенчатых соревнованиях // Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов спортивных резервов: Матер. науч.- практ. конф. – Ч.2. _ М.: ВНИИФК, 1990. –С. 331332.

Перечень Интернет-ресурсов

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
2. <http://www.rusfencing.ru//> - Федерация фехтования России
3. <http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России
4. <http://www.olympic.org/> - Международный Олимпийский Комитет

Список литературы в адрес учащихся и родителей:

- 1.Баршай В.М. Активные игры для детей. – М.,2001
2. Баршай В.М. Физкультура в школе и дома. – М.,2001
- 3.Воликова Т.В. Режим дня в жизни школьников. – М.,1979
4. Голощапов Б.Р. История физической культуры. – М.,2009

5. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. - М., 2010
6. Каганов Л.С. Развиваем выносливость. – М., 1990
7. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщика. – М.: ФиС, 1972.
8. Ковалева Е. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых – М., 2007
9. Красикова И. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиоза и плоскостопия. – Сп-б., 2010
11. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика.- Ростов - на - Дону, 2002.
12. Новиков Ю.Н. Физкультура или спорт. – М., 1996
13. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Что должен знать спортсмен о технике и тактике. – М.: ФОН, 1995.
14. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: «Советский спорт», 1986.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 203
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

УТВЕРЖДЕН
Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы
«Фехтование»
на 2023-2024 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

1 учебный час – 40 минут

Режим занятий в каникулярное время – по расписанию.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 203
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Фехтование»**

Особенности программы и организации образовательного процесса в 2023-2024 учебном году:

Акцент данной программы делается на создание ситуации успеха, использования личностно-развивающих воспитательных технологий в процессе работы с детьми, а также на психологическую и восстановительную подготовку фехтовальщиков.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы. Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса. Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

Цель программы: гармоничное развитие обучающихся, всестороннее совершенствование их двигательных способностей, совершенствованием психических познавательных процессов, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия посредством фехтования

Планируемые результаты:

Ожидаемым результатом прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, к фехтованию.

После окончания обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями в общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметные результаты:

Учащийся будет

знать:

- особенности спортивного фехтования на шпагах;
- основные позиции: боевая стойка, передвижение, выпад, основное правило поединка;
- правила игры в мини-волейбол;
- классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе;
- правила проведения боя ;
- правила судейства.

уметь:

- организовывать и проводить со сверстниками учебные бои и элементы

- соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения учебных боев и соревнований;
 - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения разными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
 - самостоятельно подключаться к системе электрофиксации уколов;
 - анализировать действия противника;
 - применить технику оборонительных и атакующих действий на шпагах.

Содержание программы

1. Введение (1ч.)

Теория.

Правила поведения учащихся в Учреждении, на дорогах и на транспорте. Техника безопасности при занятии в спортивном зале, при пожаре, при угрозе осуществления террористического акта, во время массовых мероприятий. Беседа о задачах, стоящих перед обучающимися на предстоящий год. Просмотр видео-материала.

2. История возникновения развития фехтования, как вида спорта (2 ч.)

Теория.

Фехтование в древнем мире и в средние века.

Возникновение фехтования как системы владения холодным оружием.

Формирование национальных систем фехтования в Западной Европе – итальянской, французской, венгерской и распространение их в мире. Развитие фехтования в России. Место фехтования и рукопашного боя в военно-физической подготовке русской армии.

Фехтование в СССР и России.

3. Фехтование как олимпийский вид спорта. (1 ч.)

Теория.

Участие фехтовальщиков СССР и России в Олимпийских играх. Победы советских и российских фехтовальщиков на крупнейших международных

соревнованиях, мировых первенствах и Олимпийских играх. Выдающиеся спортсмены и тренеры России.

Современное состояние и проблемы развития фехтования в России.

4. Теоретическая подготовка (2 ч.)

Теория.

Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.

Режим тренировок и отдыха. Питание и питье во время тренировок и соревнований. Значение различных веществ и витаминов для спортсмена. Калорийность пищи. Гигиена сна. Уход за кожей, ногами, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, обливание, душ, парная, баня, купание).

Гигиена одежды и обуви, гигиена жилища и мест занятия. Использование естественных факторов природы (солнца, воздуха, воды) и правила их применения в целях закаливания организма. Понятия о заразных заболеваниях. Временные ограничения и противопоказания занятиям физической культурой и спортом. Меры личной и общественной профилактики заболеваний. Данные о вреде курения и употреблении спиртных напитков.

Морально-этические нормы поведения фехтовальщиков.

Характеристика моральных норм и правил этики. Значение и развитие волевых качеств для повышения спортивного мастерства фехтовальщика. Психологическая подготовка к соревнованиям.

Строение человеческого организма, его развитие и влияние на него физических упражнений.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека. Систематические занятия физическими упражнениями, как важное средство и условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь, спортивный массаж. Значение врачебного контроля и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями. Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, настроение, работоспособность. Особенности травматизма в фехтовании. Причины травм на занятиях и соревнованиях. Меры предупреждения травм. Раны и их разновидности: ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий.

Кровотечения и их виды. Вывихи, повреждения костей: ушибы, переломы. Первая помощь пострадавшему. Способы остановки кровотечений, наложение первичной шины, приемы искусственного дыхания, переноска и перевозка пострадавшего. Общее понятие о спортивном массаже. Основные приемы массажа – поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание. Массаж перед тренировкой и соревнованием, во время и после тренировки и соревнования. Самомассаж и противопоказания к массажу.

Основные средства спортивной подготовки.

К основным средствам и условиям спортивной тренировки фехтовальщиков относятся:

- 1) общеразвивающие, подготовительные и специальные спортивно-гимнастические упражнения, вспомогательные виды спорта и подготовка к сдаче норм комплекса ГТО;
- 2) основные упражнения без оружия и с оружием, приемы и боевые действия фехтования, выполняемые без противника, с партнером и с тренером; боевые схватки, вольные бои, проводимые с различными противниками, с тренером; учебные, специальные и календарные соревнования, судейство соревнований и учебная практика;
- 3) гигиенические факторы — утренние физические упражнения с включением элементов техники отдельных приемов в домашних условиях, закаливание, соблюдение режима дня, врачебно-педагогический контроль и самоконтроль;
- 4) материально-техническая база — зал, площадка, стадион, оружие, снаряжение, спортивная форма, оборудование, инвентарь;
- 4) общие основы теории и методики спортивной тренировки, техники, тактики и т. д.

Принципы тренировки:

Спортивная тренировка строится на основе следующих педагогических принципов: всесторонности, сознательности, постепенности, повторности, наглядности и индивидуализации. Взаимосвязь принципов тренировки.

5. Правила и организация соревнований. (1 ч)

Теория.

Правила соревнований. Виды, способы и характер проведения соревнований. Подготовка мест соревнований. Обязательные требования к участникам соревнований. Действия арбитра на фехтовальной дорожке.

6. Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования(62ч)

Техника фехтования

Теория.

Особенности спортивного фехтования на саблях: правила техники безопасности при работе с оружием;

Практика.

Основные позиции: боевая стойка, передвижение, выпад, основное правило поединка; технику выполнения оборонительных действий; технику выполнения атакующих действий; характеристика поражаемой поверхности; сохранение расстояния между участниками боя; технику выполнения оборонительных и атакующих действий на саблях.

Тактика фехтования

Теория.

Первоначальные характеристики изучаемого вида фехтования, такие как: поражаемая поверхность; секторы и основные способы нападений; пространство поля боя; продолжительность поединков; установленное количество уколов или ударов для достижения победы. Обоснования требований к сохранению определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений.

Практика.

Осваивание тактических установок на применение того или иного приема. Тактические указания по ведению боя, учет которых облегчает выбор способов нападения и защиты, а также других тактических компонентов противодействия противникам. Анализ действий противника и поиск наиболее правильных решений

для каждой тактической ситуации. Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.

Специализированные положения, приемы передвижений

- Держание оружия.
- Боевая стойка.
- Шаг назад.
- Шаг вперед.
- Серия шагов вперед.
- Серия шагов назад.
- Полувывпад.
- Закрытие из полувывпада назад.
- Позиция 6-я (позиция 3 в сабле)
- Позиция 4-я. Позиция 5-я (в сабле).
- Соединение 6-е (соединение 3-е в сабле).
- Соединение 4-е.
- Салют.

Специализированные движения оружием

-Имитация укола прямо из 6-й (3-й в сабле) позиции, стоя на месте (ударов саблей по маске, по левому боку и по правому боку).

- Имитация укола прямо (ударов саблей) с полувывпадом, фиксируя конечное положение клинка.

-Вертикальные покачивания острием клинка с амплитудой 10-15 см в конечном положении укола (удара по маске саблей).

-Круговые движения острием клинка с различной амплитудой в конечном положении укола (широкие движения саблей в вертикальной плоскости в положении удара по маске).

-Круговые движения клинком в верхних позициях.

-Вертикальные покачивания острием клинка в процессе выпрямления вооруженной руки при имитации укола (удара по маске саблей).

Фехтование на рапирах

Перемены позиций из 6-й в 4-ю, из 4-й в 6-ю. Перемены соединений из 6-го в 4-е, из 4-го в 6-е.

-Укол прямо стоя на месте (с полувыпадом), владея 6-м соединением.

-Укол прямо стоя на месте (с полувыпадом), владея 4-м соединением.

- Батман прямой из 6-го соединения и укол прямо, стоя на месте. Атака - батман прямой из 6-го соединения и укол прямо с полувыпадом.

-Батман прямой из 4-го соединения и укол прямо, стоя на месте.

-Атака - батман прямой из 4-го соединения и укол прямо с полувыпадом.

-Защита 4-я из 6-го соединения без ответа.

-Защита 6-я из 4-го соединения без ответа.

-Защита 4-я с ответом прямо, стоя на месте, реагируя на прямой батман и укол.

-Защита 6-я с ответом прямо, реагируя на прямой батман и укол прямо.

-Защиты 6-я и 4-я с выбором и ответ прямо.

8. Общая физическая подготовка (36ч.)

Теория.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке, органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний.

Практика.

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Скорость	Бег 14 м (не более 4,6 с)	Бег 14 м (не более 4,8 с)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 10 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 7 раз)
Выносливость	Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 7 мин)	

Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	
Координация	Челночный бег 2х7 м (не более 7,6 с)	Челночный бег 2х7 м (не более 9,8 с)

9. Специальная физическая подготовка (34 ч.)

Теория.

Рассказ обучающимся о правильности выполнения заданий. Значения силы, быстроты, выносливости в избранном виде спорта.

Практика.

Развитие физических качеств:

- передвижение шагами вперед 15 м в боевой стойке
- передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке
- атака уколom в мишень с места
- атака уколom в мишень с шагом вперед и выпадом
- атака уколom в мишень с выпадом

10. Контрольно-оценочные и переводные испытания (4ч.)

Практика.

Результативность усвоения и закрепления приобретенных в процессе обучения практических знаний, умений, навыков оценивается по результатам контрольно-переводных нормативам.

9. Итоговое занятие (1 ч.)

Теория.

Подведение итогов. Награждения. Рекомендации.

УТВЕРЖДЕН

Приказом ГБОУ школы № 203

от 29 августа 2023 г. № 513-од

Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Фехтование»
на 2023-2024 учебный год
для группы № 1
Педагога **Павинского Андрея Павловича**

№ п/п	Дата занятия	Раздел/тема занятия	кол-во часов	теория	практика	примечание
1.	01.09.23	Введение. Вводное занятие	2	2		
2.	04.09.23	История развития фехтования, как вида спорта	2	2		
3.	08.09.23	Фехтование как олимпийский вид спорта.	1	1		
		Правила и организация соревнований	1	1		
4.	11.09.23	Теоретическая подготовка	2	2		
Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования						
5	15.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования. Теория	2	2		
6	18.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
7	22.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
8	25.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
9	29.09.23	Держание оружия	2		2	
10	02.10.23	Боевая стойка	2		2	
11	06.10.23	Серия шагов вперед, назад	2		2	
12	09.10.23	Закрытие из выпада назад, вперед	2		2	
13	13.10.23	Выпад – закрытие вперед Серия шагов вперед – выпад	2		2	
14	16.10.23	Закрытие из выпада назад, вперед	2		2	

15	20.10.23	Позиция 6-я закрывает верхний наружный сектор	2		2	
16	23.10.23	Позиция 4-я закрывает верхний внутренний сектор	2		2	
17	27.10.23	Позиция 4-я закрывает верхний внутренний сектор	2		2	
18	30.10.23	Перемена позиций в защите: Из 4-й в 6-ю Перемена позиций в защите: Из 6-й в 4-ю	2		2	
19	03.11.23	Перемена позиций в защите: Из 4-й в 6-ю Перемена позиций в защите: Из 6-й в 4-ю	2		2	
20	10.11.23	Перемена позиций в защите: Укол прямо из 4-ой позиции	2		2	
21	13.11.23	Перемена позиций в защите: Укол прямо из 6-ой позиции	2		2	
22	17.11.23	Атака простая с уколом: В 4-ю позицию Атака простая с уколом: В 6-ю позицию	2		2	
23	20.11.23	Атака с переходом В 6-ю позицию: переходом В 4-ю позицию,	2		2	
24	24.11.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
25	27.11.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
26	01.12.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
27	04.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	

28	08.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
29	11.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
30	15.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
31	18.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
32	22.12.23	Работа с тактическими указаниями по ведению боя, учет которых облегчает выбор способов нападения и защиты, а также других тактических компонентов противодействия противникам.	2		2	
33	25.12.23	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.	2		2	
34	29.12.23	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий	2		2	

		противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.				
35	12.01.24	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.	2		2	
Общая физическая подготовка						
36	15.01.24	Общая физическая подготовка. Теория	2	2		
37	19.01.24	Общая физическая подготовка. Теория	2	2		
38	22.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость	2		2	
39	26.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость	2		2	
40	29.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
41	02.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
42	05.02.24	Упражнения для развития физического качества: Скоростно-силовые	2		2	
43	09.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
44	12.02.24	Упражнения для развития физического качества: Скоростно-силовые	2		2	
45	16.02.24	Упражнения для развития физического качества: Выносливость	2		2	

46	19.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
47	26.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
48	01.03.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
49	04.03.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
50	11.03.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
51	15.03.24	Упражнения для развития физического качества: Координация	2		2	
52	18.03.24	Упражнения для развития физического качества: Координация	2		2	
Специальная физическая подготовка						
53	22.03.24	Специальная физическая подготовка. Теория	2	2		
54	25.03.24	Специальная физическая подготовка. Теория	2	2		
55	29.03.24	Упражнения: передвижение шагами вперёд 15 м в боевой стойке	2		2	
56	01.04.24	Упражнения: передвижение шагами вперёд 15 м в боевой стойке	2		2	
57	05.04.24	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	
58	08.04.23	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	

59	12.04.24	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	
60	15.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
61	19.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
62	22.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
63	26.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
64	29.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
65	03.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с шагом вперёд	2		2	
66	06.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с шагом вперёд	2		2	
67	13.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
68	17.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
69	20.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
Контрольно-оценочные и переводные испытания.						
70	24.05.24	Контрольно-оценочные испытания.	2		2	
71	27.05.24	Контрольно-оценочные испытания.	2		2	
72	31.05.24	Итоговое занятие.	2		2	

Согласован:

Заведующий

ОДОД _____ (_____)

Дата: «_» «_» 202_ года

УТВЕРЖДЕН

Приказом ГБОУ школы № 203

от 29 августа 2023 г. № 513-од

Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Фехтование»

на 2023-2024 учебный год

для группы № 1А

Педагога **Павинского Андрея Павловича**

№ п/п	Дата занятия	Раздел/тема занятия	кол-во часов	теория	практика	примечание
1.	02.09.23	Введение. Вводное занятие	2	2		
2.	06.09.23	История развития фехтования, как вида спорта	2	2		
3.	09.09.23	Фехтование как олимпийский вид спорта.	1	1		
		Правила и организация соревнований	1	1		
4.	13.09.23	Теоретическая подготовка	2	2		
Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования						
5	16.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования. Теория	2	2		
6	20.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
7	23.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
8	27.09.23	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования Теория	2	2		
9	30.09.23	Держание оружия	2		2	
10	04.10.23	Боевая стойка	2		2	
11	07.10.23	Серия шагов вперед, назад	2		2	
12	11.10.23	Закрытие из выпада назад, вперед	2		2	
13	14.10.23	Выпад – закрытие вперед Серия шагов вперед – выпад	2		2	

14	18.10.23	Закрытие из выпада назад, вперед	2		2	
15	21.10.23	Позиция 6-я закрывает верхний наружный сектор	2		2	
16	25.10.23	Позиция 4-я закрывает верхний внутренний сектор	2		2	
17	28.10.23	Позиция 4-я закрывает верхний внутренний сектор	2		2	
18	01.11.23	Перемена позиций в защите: Из 4-й в 6-ю Перемена позиций в защите: Из 6-й в 4-ю	2		2	
19	08.11.23	Перемена позиций в защите: Из 4-й в 6-ю Перемена позиций в защите: Из 6-й в 4-ю	2		2	
20	11.11.23	Перемена позиций в защите: Укол прямо из 4-ой позиции	2		2	
21	15.11.23	Перемена позиций в защите: Укол прямо из 6-ой позиции	2		2	
22	18.11.23	Атака простая с уколом: В 4-ю позицию Атака простая с уколом: В 6-ю позицию	2		2	
23	22.11.23	Атака с переходом В 6-ю позицию: переходом В 4-ю позицию,	2		2	
24	25.11.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
25	29.11.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
26	02.12.23	Упражнения, предназначенные для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.	2		2	
27	06.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а	2		2	

		также и до партнера во время упражнений				
28	09.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
29	13.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
30	16.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
31	20.12.23	Упражнения, предназначенные для сохранения определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений	2		2	
32	23.12.23	Работа с тактическими указаниями по ведению боя, учет которых облегчает выбор способов нападения и защиты, а также других тактических компонентов противодействия противникам.	2		2	

33	27.12.23	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.	2		2	
34	30.12.23	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.	2		2	
35	10.01.24	Работа над развитием качеств, способствующих анализировать действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.	2		2	
Общая физическая подготовка						
36	13.01.24	Общая физическая подготовка. Теория	2	2		
37	17.01.24	Общая физическая подготовка. Теория	2	2		
38	20.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость	2		2	
39	24.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость	2		2	
40	27.01.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
41	31.01.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
42	03.02.24	Упражнения для развития физического качества: Скоростно-силовые	2		2	
43	07.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	

44	10.02.24	Упражнения для развития физического качества: Скоростно-силовые	2		2	
45	14.02.24	Упражнения для развития физического качества: Выносливость	2		2	
46	17.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
47	21.02.24	Упражнения для развития физического качества: Гибкость	2		2	
48	28.02.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
49	02.03.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
50	06.03.24	Упражнения для развития физического качества: Скорость Силовая выносливость	2		2	
51	13.03.24	Упражнения для развития физического качества: Координация	2		2	
52	16.03.24	Упражнения для развития физического качества: Координация	2		2	
Специальная физическая подготовка						
53	20.03.24	Специальная физическая подготовка. Теория	2	2		
54	23.03.24	Специальная физическая подготовка. Теория	2	2		
55	27.03.24	Упражнения: передвижение шагами вперёд 15 м в боевой стойке	2		2	
56	30.03.24	Упражнения: передвижение шагами вперёд 15 м в боевой стойке	2		2	

57	03.04.24	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	
58	06.04.23	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	
59	10.04.24	Упражнения: передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке	2		2	
60	13.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
61	17.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
62	20.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
63	24.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
64	27.04.24	Упражнения: атака уколom в мишень с места	2		2	
65	04.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с шагом вперёд	2		2	
66	08.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с шагом вперёд	2		2	
67	11.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
68	15.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
69	18.05.24	Упражнения: атака уколom в мишень с выпадом	2		2	
Контрольно-оценочные и переводные испытания.						
70	22.05.24	Контрольно-оценочные испытания.	2		2	
71	25.05.24	Контрольно-оценочные испытания.	2		2	
72	29.05.24	Итоговое занятие.	2		2	

Согласован:

Заведующий

ОДОД _____ (_____)

Дата: «_» «_» 202_ года

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 203
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Фехтование»
на 2023 - 2024 учебный год

педагога дополнительного образования – Павинский Андрей Павлович

Главной целью воспитательной работы является содействие формированию качеств личности гражданина, отвечающих национально-государственным интересам Российской Федерации, и создание условий для самореализации личности. Напряженная тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятием фехтованием, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой фехтовальщика.

Воспитательную работу нельзя выделить как отдельный, относительно обособленный от других видов профессиональной деятельности тренера процесс. Вся деятельность тренера - и в ходе тренировочных занятий, и при совместном с учениками проведении досуга, и на соревнованиях - это все есть воспитательная работа.

I. Основные направления воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

1. Единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена – итог комплексного влияния факторов социальной системы воспитания, в том числе: семьи, школы, коллектива педагогов.

2. Воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия.

3. Интеллектуальное воспитание, основными задачами которого является: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

4. Выражение положительной оценки действий спортсмена и поступков. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

5. Воспитание волевых качеств. Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

6. Формирование принципов здорового образа жизни.

II. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Индивидуальные консультации по вопросам обучения в объединении	В течение учебного года	ГБОУ школа №203	
2	Оформление и пополнение информационного стенда для учащихся	Предметная неделя	Стенды отделения «Физическая культура»	
3	Показательные выступления	Январь-февраль	ГБОУ школа №203	
4	Учебно-тренировочные сборы, аттестация	Май	Санкт-Петербург	

III. План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Номер группы	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание: О задачах спортивной секции в новом учебном году, планирование совместной работы. Обсуждение организационных моментов	Все группы	Сентябрь	ГБОУ школа №203	
2	Индивидуальные беседы: Беседы по дисциплине посещений тренировок	Выборочно	В течение года	ГБОУ школа №203	
3	Индивидуальные беседы: Беседы по корректировке режима дня, питания, отдыха	Выборочно	В течение года	ГБОУ школа №203	

4	Индивидуальные беседы: Здоровый образ жизни родителей, как пример ребёнку	Выборочно	В течение года	ГБОУ школа №203	
5	Спортивные праздники и соревнования	По плану	В течение года	ГБОУ школа №203	организации спортивных мероприятий и праздников
6	Спортивные соревнования	По плану	В течение года	По назначению	Помощь родителей в судействе соревнований
7	Родительское собрание: Подведение итогов работы.	Все группы	Май	ГБОУ школа №203	