

Многообразие профессиональных функций тренера по фехтованию

Поиск наиболее эффективных путей совершенствования подготовки в процессе вузовского обучения специалистов области фехтования позволит приблизить позиции данного вида спорта к мировой практике. На данном этапе развития белорусского фехтования практикуется абсолютная субъективность обучения, какому либо виду фехтования, (в перспективе спорта высших достижений), узости специализации на всём протяжении обучения и практики данного вида спорта.

Принимая во внимание необходимость развития оздоровительных форм физической культуры, популяризации фехтования, пропаганды здорового образа жизни, возникает необходимость подготовки специалистов «широкого» профиля данной профессии на базе вузовского образования.

Существующие программы обучения будущих тренеров предусматривают узкую специализацию в виде фехтования, (рапирного, шпажного, сабельного) изначальной, спортивной практики и личных достижений. И лишь общее изучение технико-тактических положений других видов фехтования.

Профессионально-педагогическая деятельность тренера многогранна, при различиях в уровне значимости ее отдельных компонентов. Двигательные действия в различных видах единоборств, имеют характерные особенности, одной из составляющей которых является непосредственное взаимодействие в уроке с партнёром, с обучаемым.

Внедрение в подготовке будущих специалистов универсальных программ, в частности, двигательных действий тренера - его профессионального показателя подготовки. Не зависимо от начальной специализации (рапиры, шпаги, сабли) позволит: более внимательно и детально изучать уже существующие вузовские программы для каждого вида оружия; развивать творческий подход к построению тренировочных занятий; поиску наиболее перспективных направлений оптимизации использования средств и методов обучения и тренировки; повышению эффективности моделирования двигательных действий в уроке фехтования. И пр. Что не исключает возникновение и развитие, в перспективе, более удачной техники, интересного спарринга, решение психологических проблем, переключения внимания, при общем сохранении структуры движений, удачного использования явлений «положительного переноса».

В подготовке будущих специалистов предлагаются, уже существующие типовые программы индивидуальных уроков. По средствам освоения характерных движений тренера в разных видах оружия. Выявленные в работе Ю. М. Бычковым (2005) типовые программы, характерные для каждого вида фехтования являются инструкциями, позволяющими тренерам в относительно короткие сроки овладеть основными профессионально-техническими и педагогическими навыками

смежных профессий фехтования. А так же, прекрасно систематизируют знания специализированной двигательной деятельности тренеров в видах фехтования по этапам многолетней тренировки.

Систематизация по Бычкову, объектов и способов моделирования двигательных действий тренера, типовых профессионально-педагогических навыков и умений, необходимых при проведении урока фехтования отражают чёткое количественное соотношение между моделируемыми действиями и ситуациями в видах фехтования. Включая, чередование альтернативных действий в заданных ситуациях, моделирование ситуационных компонентов подготовки и применения нападений и противодействий нападением.

Систематизация типовых двигательных действий тренера оружием и выполнения приёмов передвижений в различных видах фехтования позволяет убедиться в большом количестве и разнообразии необходимых навыков для проведения урока, а также в общих основах его формирования.

Сопоставление составов двигательных действий тренеров в различных видах фехтования, позволяет установить их специализированные характеристики. Так при моделировании двигательных действий спортсменов, тренеры по фехтованию на рапирах имитируют атаки, в основном применением переводов и переносов, в небольшом соотношении к ним атакам уколом прямо.

В составах приёмов передвижения и нападения доминируют одиночные шаги вперёд, назад, выпад. Характерны двухступенчатые комбинации.

При противодействии атакам обучаемых, тренеры используют прямые верхние защиты (контрзащиты) с ответами (контрответами) прямо, чаще, чем переводом и переносом.

Противодействия клинками между тренером и обучаемым характерны одноступенчатые и двухступенчатые, в схватках с защитным и контрзащитным моделированием ситуаций со стороны тренера, вызывая в противовес реагирования контратакой или попыткой повторного укола. При этом двухступенчатые схватки, регулируются тренером по длине однонаправленных перемещений с обучаемым вперёд или назад, как и крайне редким взаимным сближением.

В уроке фехтования на шпагах, моделируя применение атак, тренер действует преимущественно уколом прямо и значительно меньше переводом, совсем, исключая переносы. Двухтемповых атак во много раз меньше одотемповых, при полном отсутствии трёхтемповых. Среди моделируемых двухтемповых атак, преимущественно используются нападения батманом, и лишь, как исключение – атаки с одним финтом.

В составе приёмов передвижений в основном шаги вперёд, назад, скрестный шаг и вперёд, бег вперёд и комбинация – выпад и повторный выпад.

Имеет место и своеобразие между разновидностями исходных положений оружия перед началом схваток. В уроках фехтования на рапирах

и шпагах, существенно более разнообразных в фехтовании на рапирах, в связи с присущей фехтованию на шпагах необходимостью концентрироваться на нанесение уколов в вооружённую руку и обеспечение безопасности собственной вооружённой руки и бедра впереди стоящей ноги.

Техника двигательных действий тренера в уроке фехтования на саблях имеет радикальные отличия.

Атаки в фехтовании на саблях, как и контратаки и ответы, практически полностью совершаются ударом, и лишь до пяти процентов контратак тренеры моделируют в технике нанесения уколов. При этом техника тренера, моделирующего удары, полностью не совпадает по пространственным характеристикам с действиями спортсменов, так как в нападениях тренера воспроизводят лишь дистанционные и моментарные характеристики соревновательных действий.

Среди моделируемых разновидностей атак трёхкратно превалируют однотемповые, при частом использовании двухтемповых атак с одним финтом и редких имитациях атак с батманом.

В исходных положениях и движениях оружием перед началом схваток у тренера по фехтованию на саблях практически полностью отсутствуют игровые движения клинком, перемены позиций и соединений, подготавливающее единоборство клинками.

В типовом составе моделируемых тренером по фехтованию двигательных действий обязательными являются атаки с различной продолжительностью и длиной, отличающиеся тактической сущностью и количеством применяемых двигательных компонентов (уда или укол, финт, батман или захват, короткая или длинная стартовая фаза, ложные угрозы оружием, нападения и сближения).

Тренерам приходится совершенствовать их профессиональные навыки двигательной деятельности, расширяя ситуационные возможности для применения противодействий обучаемому, что позволяет им повышать диапазон проявлений специализированных свойств в соревновательных ситуациях фехтовального поединка.

Тренеру, владеющему набором типовых программ, на первом этапе становления и практики преподавательской работы гораздо проще устроиться работать по специальности. И обеспечить себе социальную устроенность, количество учеников, востребованность.

Определение понятий: «классификация», «систематика», «терминология»

Классификация - это распределение технических приемов и боевых действий по общим признакам и в определенном порядке для облегчения усвоения фехтования на основе системного подхода к предмету. В тесной зависимости от классификации находится терминология фехтования, знание которой позволяет спортсменам, тренерам и судьям более эффективно взаимодействовать в ходе тренировки и соревнований, а также полноценно пользоваться специальной литературой.

В процессе развития фехтования вначале как системы владения холодным оружием, а затем как спортивно-педагогической дисциплины предпринималось много попыток систематизировать средства, которыми пользуются участники поединка. Из литературных источников можно установить, что еще в XVI и XVII веках были определены положения клинка (позиции) по отношению к фехтовальщику, держащему оружие, наиболее уязвимые секторы поражаемой поверхности бойца и средства для прямого нападения, а также нападения с переводом, финтом и действием на оружие.

Классификация технических приемов и боевых действий и терминология фехтования совершенствовались вместе с развитием теории и методики спорта, ростом мастерства спортсменов и тренеров.

Советские специалисты постоянно уточняли классификацию технических приемов и боевых действий и расширяли терминологический аппарат, что нашло отражение в учебниках и пособиях для институтов физической культуры. Характерно стремление специалистов вместить в классификацию весь арсенал боевых средств, а также определить их технические и тактические компоненты.

Значение работы по уточнению классификации и терминологии выходит за рамки совершенствования теоретических основ фехтовального спорта. Отражение в классификации достигнутого уровня знаний особенностей деятельности фехтовальщиков позволяет определить возможный диапазон педагогических задач по техническому и тактическому совершенствованию спортсменов в тренировочном процессе и боевой практике.

В настоящее время имеет место различное толкование отдельных технических приемов и боевых действий, а главное, использование одинаковых терминов для обозначения существенно отличающихся категорий деятельности фехтовальщиков. Совершенствованию классификации, облегчению ее изучения и преподавания препятствует отсутствие четкого разграничения понятий "прием" и "действие", что затрудняет анализ средств ведения боя, их технической структуры и тактической сущности.

Встречающееся смешение уровней тактической значимости терминов "наступление", "нападение", "атака", "контратака", а также "оборона" и "защита" мешает точному пониманию закономерностей тактической

деятельности фехтовальщиков и в построении поединков, и в применении действий в отдельной схватке. В употреблении терминов "подготовка", "ложное действие", "действие второго намерения" допускаются существенные смысловые совпадения.

В настоящей классификации охвачены технические и тактические компоненты средств фехтования, определен уровень значимости элементов, обозначающих тактическую сущность и состав двигательной деятельности спортсменов, нет смысловых и терминологических повторений.

Воплощение данных тактических намерений в боях имеет специфические особенности, зависящие от боевого назначения, этапов развития схватки, правил ведения боя на различных видах оружия. Так, нападения прямой рукой бывают только преднамеренными, а ремизы - преднамеренными и экспромтными. Обоюдные атаки - это действия первого намерения. Ремизы и контратаки не могут быть с тактической правотой в боях на рапирах и саблях. В фехтовании на шпагах правилами боя совсем не предусмотрена тактическая правота и, следовательно, нет понятия "прямая рука". Уклонения могут являться самостоятельными средствами защиты, использоваться параллельно с защитой оружием, совмещаться с атаками, встречными нападениями и ответами. Защитные задачи решают также и оппозиции.

Тактическая сущность средств фехтования зависит и от характера реагирования спортсменов, выполняющих действия обусловленно, с выбором, с переключением. Тактические характеристики действий, вытекающих из особенностей двигательных реакций (простых или сложных), отражают один из важных функциональных аспектов психической деятельности фехтовальщиков.

В единоборстве фехтовальщиков каждое техническое "как" диктуется тактическим "почему". Подобная связь техники и тактики наиболее ярко выражена в тех ситуациях боя, когда тактические категории приобретают двигательные характеристики действий (глубина, быстрота, ритм атак и защит, амплитуда и мощность действий оружием и др.). Так, излишняя глубина нападения и амплитуда действий оружием могут заменить финты, ибо вызывают идентичное тактическое воздействие на противника - он реагирует защитой. В свою очередь, медленно начатая атака и легкий батман (захват) могут быть использованы, чтобы не вызвать у противника защитной реакции, а максимальная быстрота атак (ответов) и мощность действий на оружие могут разрушить защиту противника, несмотря на адекватный ситуации поединка выбор противодействия.

В процессе единоборства имеет место деятельность спортсменов, выходящая за рамки задач отдельного средства фехтования, а поэтому и не нашедшая места в классификации боевых действий, отражающая особенности ведения боя, связанные с завоеванием или потерей территории поля боя, использованием пространства дорожки, времени поединков и др. Задачами, направленными на построение поединков, являются установки на ведение наступательного или оборонительного боя, единоборство с

противниками в ходе турнира- маневренно или позиционно, скоротечно или выжидательно, с использованием лишь определенных положений оружия, подготовок, дистанций и др.

На тактическую модель всего боя оказывают влияние также задачи овладения пространством поля боя, инициативой ведения боя, удержания завоеванного преимущества в счете при истечении времени поединка, сдерживания активности противника и др.

Терминология

Терминология советского фехтования охватывает важнейшие положения единоборства на всех видах оружия. В основе терминологии - русский язык. Однако имеет место некоторое переплетение с терминами французского происхождения, поскольку официальным языком для судейства международных соревнований является французский.

Общие термины

Фехтование - вид спорта, представляющий собой условное единоборство на холодном спортивном оружии.

Фехтовальное оружие - рапиры, шпаги, сабли, состоящие из клинка, гарды, рукоятки.

Рапира - спортивное колющее оружие весом до 500 г, имеющее клинок длиной до 90 см прямоугольного сечения и круглую гарду диаметром не более 12 см.

Шпага - спортивное колющее оружие весом до 770 г, имеющее клинок длиной до 90 см трехугольного сечения и круглую гарду диаметром не более 13,5 см.

Сабля - спортивное рубящее и колющее оружие весом до 500 г, имеющие клинок длиной не более 88 см трапецевидного сечения и овальную гарду с дужкой.

Гарда - металлический щиток выпуклой формы на рукоятке оружия для защиты кисти от уколов (ударов).

Лезвие - рубящий край сабельного клинка.

Обух - край сабельного клинка, противоположный лезвию.

Острие клинка - конец оружия, предназначенный для нанесения укола, имеющий защитный, утопающий в рапире и шпаге наконечник.

Части клинка - условное деление клинка на слабую (ближнюю к острию оружия), среднюю и сильную (ближнюю к гарде) части.

Электрофиксатор - аппарат для судейства боев, фиксирующий нанесение уколов в фехтовании на рапирах и шпагах и показывающий преимущество во времени нанесения укола в фехтовании на шпагах.

Бой - спортивное единоборство на одноименном оружии, обусловленное правилами соревнований.

Ближний бой - бой на очень короткой дистанции, в котором участники имеют возможность нормально пользоваться своим оружием.

Боевая схватка - отдельный эпизод единоборства, состоящий из непрерывно следующих действий.

Положение "кор-а-кор" - соприкосновение фехтовальщиков какими-либо частями тела в ближнем бою.

Столкновение - резкое соприкосновение фехтовальщиков по вине одного или обоих спортсменов.

Поле боя - площадка, предназначенная для ведения боя.

Границы поля боя - линии, ограничивающие поле боя (боковые и задние).

Дистанция - расстояние между фехтующими.

Дальняя дистанция - расстояние между фехтовальщиками, дающее возможность поразить противника уколом (ударом), только сделав предварительно шаг вперед и выпад или "стрелу".

Средняя дистанция - расстояние между фехтовальщиками, дающее возможность поразить противника уколом (ударом) с выпадом.

Ближняя дистанция - расстояние между фехтовальщиками, дающее возможность поразить противника уколом (ударом), действуя только вооруженной рукой.

Поражаемая поверхность - определяемые правилами соревнований части тела фехтовальщика, нападения в которые засчитываются.

Непоражаемая поверхность - определяемые правилами соревнований части тела фехтовальщика, нападения в которые не засчитываются.

Сектор - часть поражаемой поверхности фехтовальщика, ограниченная вертикальной и горизонтальной линиями, пересекающимися в центре гарды, и определяемая в зависимости от положения его оружия. Сектор может быть верхним или нижним, внутренним или наружным.

Линии фехтовальные - условное понятие о сторонах пространства, лежащих внутри и снаружи, вверх и вниз от клинка фехтовальщика.

Правый (левый) бок - часть туловища фехтовальщика, поражаемая в боях на саблях.

Правая (левая) щека - поражаемая сторона маски саблиста.

Голова - часть маски саблиста, поражаемая ударом сверху.

Нападение - попытка нанести укол (удар) вне зависимости от тактической правоты или разницы во времени между действиями фехтовальщиков.

Действительный укол (удар) - укол (удар), отчетливо и в соответствии с правилами нанесенный в поражаемую поверхность.

Недействительный укол (удар) - укол (удар), нанесенный или в непоражаемую поверхность фехтовальщика или с нарушением правил. Недействительный укол (удар) не подлежит зачету.

Фехтовальный темп - продолжительность выполнения одного простого действия.

Положение с прямой рукой - положение, в котором вооруженная рука спортсмена выпрямлена, а острие клинка угрожает поражаемой поверхности.

Средства фехтования - действия, используемые фехтовальщиками в бою, а также технические приемы и боевые действия, применяемые в процессе тренировки.

Техника - совокупность наиболее целесообразных приемов фехтовального боя, а также структура их выполнения.

Тактика - характер ведения боя и сумма способов обыгрывания, применяемых фехтовальщиком в единоборстве.

Доктрина фехтовальщика - понятие, отражающее подход спортсмена к решению конкретных задач схватки, боя, соревнования.

Технические приемы

Строевая стойка - положение фехтовальщика с оружием и маской в невооруженной руке.

Исходное положение перед боем - положение фехтовальщика с вытянутым вперед оружием и маской в невооруженной руке.

Салют - приветствие оружием.

Положение оружия "подвысь" - фрагмент салюта с направленным вертикально вверх клинком, гардой на уровне подбородка.

Боевая стойка - положение фехтовальщика, отражающее его готовность к двигательной деятельности в процессе поединка.

Позиция - положение оружия по отношению к собственной поражаемой поверхности фехтовальщика. Позиции могут быть нижними или верхними в зависимости от направленности острия клинка вверх или вниз от горизонтали.

Соединение - соприкосновение клинков вне боевой схватки.

Перемена соединения - переход своим оружием из одной линии в другую.

Владеть соединением - быть защищенным от нападений прямо в определенный сектор.

Шаги - перемещения фехтовальщика по полю боя, исключая безопорные фазы и скрещивания ног.

Скачки - перемещения фехтовальщика без скрещивания ног с использованием безопорных фаз.

Скрестные шаги - перемещения фехтовальщика со скрещиванием ног.

Выпад - движение фехтовальщика вперед из боевой стойки толчком сзади стоящей ноги и последующей опорой на выставляемую впереди стоящую ногу.

Шаг и выпад, скачок и выпад - двигательные компоненты нападений, состоящие из непрерывно выполняемых шага и выпада, скачка и выпада.

"Стрела" ("бросок", или "флеш") - двигательный компонент нападения, выполняемый бегом или прыжком из боевой стойки и приземлением на выставляемую вперед сзади стоящую ногу.

Закрытие назад (вперед) - возвращение в боевую стойку после выпада, шага и выпада, скачка и выпада, "стрелы".

Укол - определенной силы прикосновение острия клинка к поражаемой поверхности противника, фиксируемое судьей или аппаратом-электрофиксатором.

Удар - прикосновение лезвия (или первой трети обуха со стороны острия) клинка с определенной силой к поражаемой поверхности противника.

Показ укола (удара) - движение оружием в направлении поражаемой поверхности противника, имитирующее начальную фазу нападения.

Укол, удар, показ укола (удара) прямо выполняются по кратчайшему пути в направлении к поражаемой поверхности противника, без необходимости обходить его оружие или части тела.

Укол, удар, показ укола с переводом выполняются обведением клинка, гарды или вооруженной руки противника.

Укол, удар, показ укола с переносом выполняются обведением острия клинка противника.

Укол с углом - укол, при котором предплечье вооруженной руки фехтовальщика и оружие образуют угол.

Батман - удар оружием по клинку противника.

Захват - силовое воздействие оружием на клинок противника в соединении с ним.

Завязывание - разновидность захвата, выполняется с перемещением клинка противника в различных плоскостях.

Отбив - отражение клинка противника, приближающегося к поражаемой поверхности.

Отбив подстановкой - отбив, выполняемый выдвиганием сильной части клинка и лезвия в определенный сектор.

Отбив отведением - отбив, выполняемый из соединения силовым противопоставлением своего клинка оружию противника.

Отбив уступающий - отбив, выполняемый противопоставлением сильной части своего клинка оружию противника путем его перемещения из верхнего соединения в нижнее или из нижнего в верхнее.

Батманы, захваты, отбивы прямые - батманы, захваты, отбивы, выполняемые перемещением клинка в горизонтальной плоскости.

Батманы, захваты, отбивы полукруговые - батманы, захваты, отбивы, выполняемые перемещением клинка в вертикальной плоскости.

Батманы, захваты, отбивы круговые - батманы, захваты, отбивы, выполняемые вертикальным и горизонтальным перемещениями клинка и возвратом в первоначальную позицию.

Батманы и отбивы ударные - батманы и отбивы, выполняемые встречным движением клинка к оружию противника.

Батманы и отбивы проходящие - батманы и отбивы, выполняемые скользящим движением вдоль клинка противника с последующим обведением острия.

Боевые действия

Подготавливающие действия - действия без задачи нанесения или отражения укола (удара).

Разведка - действия, применяемые с целью получения информации о противнике.

Маскировка - действия, отвлекающие противника от определенных намерений, предстоящих действий, скрывающие состояния.

Вызов - действие, побуждающее противника на применение определенного действия.

Игра оружием - перемещения клинка как при отсутствии, так и при наличии контакта с оружием противника.

Маневрирование - глубокие перемещения по полю боя с целью создать условия для применения действительных средств.

Ложные нападения и защиты с различной угрозой безопасности - нападения и защиты, выполняемые с меньшей глубиной, чем это необходимо, при нанесении укола (удара) противнику и с большей глубиной - при отражении его нападений.

Атака - наступательное действие с целью нанесения укола (удара), выполняемое выпрямлением вооруженной руки, с непрерывной угрозой поражаемой поверхности противника.

Атака основная - атака, начинающая боевую схватку.

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

Атака ответная - атака, выполненная на противника, отступающего после неудавшейся атаки.

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

Встречные нападения - нападения с целью нанесения укола (удара), противодействуя атакующему (наносящему ответ) противнику, при взаимных попытках.

Обоюдные атаки - атаки, начинаемые и завершаемые обоими фехтовальщиками одновременно.

Контратака - нападение на противника с целью опередить начатую им атаку или избежать укола оппозицией, уклонением.

Ремиз - нападение после столкновения с защитой противника с целью опережения ответа.

Нападение с прямой рукой - нападение с уколом на атакующего противника с целью использовать тактическую правоту, избегая столкновения с его оружием.

Защита оружием - отражение оружия противника, совершающего нападение.

Контрзащита - отражение оружием ответа противника.

Защита конкретная - защита, применяемая с целью отражения нападения противника в определенный сектор.

Защита обобщающая - защита, выполняемая для столкновения с оружием нападающего противника при перемещениях клинка.

Ответ - нападение, выполняемое непосредственно после защиты.

Контрответ - нападение, выполняемое после отражения ответа противника.

Простые атаки, ответы, контратаки, ремизы, нападения с прямой рукой - действия, выполняемые с одготемповым движением оружия.

Атаки, ответы, контратаки с финтами - действия, выполняемые с угрожающими движениями оружием и уколом (ударом).

Финт - угрожающее движение оружием, вызывающее у противника реагирование защитой.

Двойной (тройной) перевод - действие, состоящее из одного (двух) финта с переводом и укола с переводом в другой сектор, с целью обойти прямую (полукруговую) защиту противника.

Удвоенный перевод - действие, состоящее из одного финта с переводом и укола с переводом в тот же сектор с целью обойти круговую защиту противника.

Атака с действием на оружие - атака, состоящая из батмана (захвата, завязывания) и укола (удара).

Комбинированная атака - атака, состоящая из действия на оружие, финтов и укола (удара).

Обусловленные действия - действия, основанные на быстроте простых двигательных реакций, с заранее predetermined деталями выполнения, такими, как сектор завершения нападения, направление действий на оружие и финтов, их количество, путь защитного движения оружием и др.

Действия с выбором - действия, основанные на проявлениях дизъюнктивных сложных реакций, состоящие из двух или нескольких определенных вариантов обороны, нападения или их завершающей фазы.

Действия с переключением - действия, основанные на проявлениях дифференцированных реакций, выполняемые непрерывно в ходе схватки после начавшегося другого действия.

Преднамеренные действия - действия, выполнение которых спортсмен заранее предполагал.

Экспромтные действия - действия, выполняемые при неожиданно возникающих поводах.

Преднамеренно-экспромтные действия - действия с преднамеренной начальной фазой и экспромтным завершением.

Действия первого намерения - действия без передачи противнику тактической и временной правоты в ходе схватки.

Действия последующих намерений - действия с передачей противнику тактической или временной правоты и последующим их завоеванием в ходе непрерывной схватки.

Действия с тактической правотой - действия с приоритетом, определяемым правилами соревнований для атак, ответов, нападения с прямой рукой, в схватках с одновременно нанесенными уколами (ударами).

Действия с выигрышем темпа - действия с опережением по времени продолжительностью в одно простое действие оружием, фиксируемым визуально руководителем боя на рапире и сабле, электрофиксатором - на шпаге.

Действия с оппозицией - действия с силовым воздействием оружием на оружие противника с целью закрыть один из секторов поражаемой поверхности в ходе нападения и избежать укола (удара). Действия с уклонением - действия с перемещением поражаемой поверхности с целью затруднить противнику нанесение укола (удара) и избежать его получения.

Контртемп - нападение с целью опередить контратаку противника или его атаку на подготовку.

Бой наступательный - бой с преимущественным применением атак, завоеванием поля боя.

Бой оборонительный - бой с преимущественным применением средств противодействия атакам (защит и ответов, контратак, нападений с прямой рукой), отступления или уклонения.

Бой маневренный - бой с постоянными глубокими перемещениями по фехтовальной дорожке.

Бой позиционный - бой с незначительными перемещениями по фехтовальной дорожке.

Бой выжидательный - бой с продолжительной подготовкой боевых действий.

Бой скоротечный - бой с борьбой за атакующую инициативу и незначительной подготовкой боевых действий.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ ФЕХТОВАНИЯ

В далеком Средневековье фехтование считалось одной из «семи благородных страстей рыцаря». В Испании в начале XV века фехтовальное искусство было важнейшей составляющей боевой подготовки воинов. В середине XVI века центром развития фехтования стала Италия, а затем и Франция, где высоким фехтовальным мастерством славились королевские мушкетеры. С XVII века как отдельное искусство начало развиваться спортивное фехтование. И в программу первых Олимпийских игр современности оно было включено безоговорочно. В России фехтование культивируется с Петровских времен. Первые же официальные состязания за звание чемпиона России были проведены в 1860 году. Олимпийский дебют российских фехтовальщиков состоялся в 1912 года. Правда, оказался неудачным – не было завоевано ни одного первого места. Первый олимпийский успех российских фехтовальщиков датирован 1952 годом. А уже начиная с 1960 года наши спортсмены становились обладателями золотых медалей на всех Олимпийских играх, в которых принимали участие. Надеюсь, данный словарь терминов спортивного фехтования поможет вам стать более квалифицированными болельщиками увлекательных и динамичных состязаний современных рыцарей, гардемарин и мушкетеров.

А

Атака — инициативное наступательное действие с целью нанесения укола (удара), выполняемое выпрямлением вооруженной руки с непрерывной угрозой поражаемой поверхности противника.

Атака основная — начинающая боевую схватку.

Атака на подготовку — выполненная на противника, приближающегося с целью перехода в атаку.

Атака ответная — выполненная на противника, отступающего после неудавшейся атаки.

Атака повторная — выполненная на противника, защитившегося без попытки ответа, отступлением или уклонением.

Атаки обоюдные — начинаемые и завершаемые обоими фехтовальщиками одновременно.

Атака простая (ответ, контратака, ремиз, нападение с прямой рукой) — выполняемая с однотемповым движением оружия.

Атака с действиями на оружие — состоящая из батмана (захвата, завязывания) и укола (удара).

Атака (ответ) с финтами — выполняемая с угрожающими движениями оружием и уколом (ударом).

Атака комбинированная — состоящая из действия на оружие, финтов и укола (удара).

Атака с задержкой — выполняемая с кратковременной остановкой оружия по ходу выполнения финта или укола (удара).

Б

Батман — удар оружием по клинку противника с целью его поколебать или вывести за пределы поражаемой поверхности.

Батман (захват, отбив) прямой — выполняемый перемещением клинка в горизонтальной плоскости.

Батман (захват, отбив) полукруговой — выполняемый перемещением клинка в вертикальной плоскости.

Батман (захват, отбив) круговой — выполняемый вертикальным и горизонтальным перемещениями клинка с возвратом в первоначальную позицию.

Батман (отбив) проходящий — выполняемый скользящим движением вдоль клинка с последующим обведением острия.

Батман (отбив) ударный — выполняемый встречным движением клинка к оружию противника.

Боевая стойка — положение фехтовальщика, отражающее его готовность к ведению поединка.

Боевая схватка — отдельный эпизод поединка, состоящий из непрерывно следующих действий.

Бой — спортивный поединок на холодном оружии, обусловленный правилами соревнований.

Бой ближний — фрагмент поединка, в котором участники имеют возможность поразить противника, действуя только оружием.

Бой наступательный — с преимущественным применением атак, завоеванием поля боя.

Бой оборонительный — с преимущественным применением средств противодействия атакам (защит и ответов, контратак, нападения с прямой рукой), отступления и уклонения.

Бой маневренный — с постоянными глубокими перемещениями по фехтовальной дорожке.

Бой позиционный — с незначительными перемещениями по фехтовальной дорожке.

Бой скоротечный — с борьбой за атакующую инициативу и незначительной подготовкой боевых действий.

Бой выжидательный — с продолжительной подготовкой боевых действий.

В

Владеть соединением — быть защищенным от нападений прямо.

Вызов — действие, побуждающее противника на применение определенного действия.

Выпад — движение фехтовальщика вперед из боевой стойки толчком сзади стоящей ноги и последующей опорой на выставляемую вперед стоящую ногу.

Г

Гарда — металлический щиток выпуклой формы на эфесе оружия для защиты кисти от уколов (ударов).

Границы поля боя — линии, ограничивающие фехтовальную дорожку (боковые и задние).

Д

Двойной перевод — атака (ответ), состоящая из одного финта переводом и укола переводом в другой сектор, с целью обойти прямую (полукруговую) защиту противника.

Действие — движение фехтовальщика, применяемое для решения тактических задач в отдельной схватке.

Действие одготемповое (двухтемповое, трехтемповое, многотемповое) — продолжительностью выполнения одного (двух, трех, серий) движения (действия) оружием.

Действие подготавливающее — без задачи нанесения или отражения укола (удара).

Действие обусловленное — основанное на быстроте простых двигательных реакций, с predetermined сектором завершения нападения, направлением действия на оружие и финтов, их количеством, направлением защитного движения оружием.

Действие с выбором — основанное на проявлениях дизъюнктивных сложных реакций, состоящее из двух или нескольких вариантов защиты (нападений).

Действие с переключением — основанное на проявлениях дифференцировочных реакций, выполняемое непрерывно в ходе схватки после другого начавшегося действия.

Действие преднамеренное — действие, выполнение которого спортсмен заранее предполагал.

Действие экспромтное — выполняемое при неожиданно возникающем поводе.

Действие преднамеренно-экспромтное — с преднамеренной начальной фазой и экспромтным завершением.

Действие первого намерения — без передачи противнику тактической и временной правоты в ходе схватки.

Действие последующих намерений — с передачей противнику тактической правоты или преимущества во времени и последующим их завоеванием в ходе непрерывной схватки.

Действие с выигрышем темпа — с опережением продолжительностью выполнения одного простого действия оружием, фиксируемым визуально руководителем боя на рапире и сабле, электрофиксатором — на шпаге.

Действительный укол (удар) — отчетливо нанесенный в поражаемую поверхность.

Дистанция — расстояние между фехтовальщиками в поединке.

Дистанция ближняя — расстояние между фехтовальщиками, с которого можно поразить противника уколом (ударом), действуя только вооруженной рукой.

Дистанция средняя — расстояние между фехтовальщиками, с которого можно поразить противника уколом (ударом) с выпадом.

Дистанция дальняя — расстояние между фехтовальщиками, с которого

можно поразить противника уколом (ударом), сделав предварительно шаг вперед и выпад («стрелу»). Дистанция сверхдальняя — расстояние между фехтовальщиками, превышающее длину атаки со скачком и выпадом («стрелой»). Доктрина фехтовальщика — понятие, отражающее подход спортсмена к решению конкретных задач схватки, боя, соревнования.

З

Завязывание — разновидность захвата с перемещением клинка противника в различных плоскостях.

Закрытие назад (вперед) — возвращение в боевую стойку после выпада, шага (скачка) и выпада.

Захват — силовое воздействие оружием на клинок противника в соединении с ним.

Защита — отражение оружием оружия противника, совершающего атаку или контратаку.

Защита конкретная — применяемая с целью отражения нападения противника в определенный сектор.

Защита обобщающая — выполняемая для отбива оружия нападающего противника при разнонаправленных перемещениях клинка.

И

Игра оружием — перемещение клинка как при отсутствии, так и при наличии контакта с оружием противника.

Исходное положение перед боем — положение фехтовальщика с вытянутым вперед оружием и маской в невооруженной руке.

К

Комбинация приемов (действий) двухступенчатая (трехступенчатая) — состоящая из двух (трех) непрерывно выполняемых в одной схватке действий или приемов нападения и маневрирования.

Контратака — нападение на противника с целью опередить начатую им атаку или избежать укола оппозицией, уклонением.

Контрзащита — отражение оружием ответа противника.

Контрответ — нападение, выполняемое непосредственно после отражения оружием ответа противника.

Контртемп — нападение с целью опередить атаку противника на подготовку.

Л

Лезвие — рубящий край сабельного клинка.

Линии фехтовальные — условное понятие о сторонах пространства, лежащих внутри и снаружи (вверх и вниз) от клинка фехтовальщика.

Ложные нападения и защиты — выполняемые с меньшей длиной, чем это необходимо при нанесении укола (удара) противнику, с большей глубиной — при отражении его нападений.

М

Маневрирование — глубокое перемещение по полю боя.

Маскировка — действие, отвлекающее противника от определенных намерений или предстоящих действий, скрывающее состояние.

Н

Намерение — тактическая задача боевого действия.

Нападение — попытка нанести укол (удар) вне зависимости от тактической правоты или разницы во времени между действиями фехтовальщиков.

Нападения встречные — выполненные с целью противодействия атакующему (наносящему ответ) противнику, при взаимных попытках нанесения укола (удара).

Нападение с прямой рукой (укол из положения «оружие в линии») — нападение на атакующего с целью использовать тактическую правоту при взаимных уколах, избегая столкновения с оружием противника.

Недействительный укол (удар) — нанесенный в непоражаемую поверхность фехтовальщика.

Непоражаемая поверхность — части тела фехтовальщика, нападения в которые не засчитываются.

О

Обух — утолщенный край сабельного клинка.

Оппозиция — силовое воздействие оружием на оружие противника с целью закрыть один из секторов поражаемой поверхности в ходе нападения и избежать укола (удара).

Оружие фехтовальное — рапиры, шпаги, сабли, состоящие из клинка, гарды, рукоятки.

Острие клинка — конец оружия, предназначенный для нанесения укола, имеющий наконечник.

Отбив — отражение клинка противника, приближающегося к поражаемой поверхности.

Отбив отведением — выполняемый из соединения силовым противопоставлением своего клинка оружию противника.

Отбив подстановкой — выполняемый выдвиганием сильной части клинка в определенный сектор.

Отбив уступающий — выполняемый противопоставлением сильной части своего клинка оружию противника путем его перемещения из верхнего соединения в нижнее или из нижнего в верхнее.

Ответ — нападение, выполняемое непосредственно после защиты.

П

Перевод — нападение, выполняемое с обведением клинка, гарды или вооруженной руки противника.

Перенос — нападение, выполняемое с обведением острия клинка противника.

Перемена соединения — перемещение оружия из одной линии в другую.

Позиция — положение оружия по отношению к собственной поражаемой поверхности фехтовальщика.

Показ укола (удара) — угрожающее движение оружием в направлении поражаемой поверхности противника, имитирующее начальную фазу нападения.

Поле боя — площадка, предназначенная для ведения поединка

фехтовальщиков.

Поражаемая поверхность — части тела фехтовальщика, нападения в которые засчитываются в соревнованиях.

Правый (левый) бок — часть туловища фехтовальщика, поражаемая в боях на саблях.

Прием — специализированное положение и движение фехтовальщика, отличающееся характерной двигательной структурой, взятое вне тактической ситуации.

Приемы маневрирования — шаги, скрестные шаги, скачки, бег, закрытия после выпада.

Приемы нападения — выпад, «стрела», шаг (скачок) и выпад.

Прямая рука — положение, в котором вооруженная рука спортсмена выпрямлена, а острие клинка угрожает поражаемой поверхности.

Р

Разведка — действие, применяемое с целью получения информации о противнике.

Рапира — спортивное колющее оружие весом 500 г с клинком длиной до 90 см прямоугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 12 см.

Ремиз — нападение после столкновения с защитой противника с целью опережения ответа.

С

Сабля — спортивное рубяще-колющее оружие весом до 500 г с клинком не более 88 см трапецевидного сечения и овальной гардой, имеющей дужку.

Салют — приветствие движением оружия.

Сектор — часть поражаемой поверхности фехтовальщика, ограниченная вертикальной и горизонтальной линиями, пересекающимися в центре гарды. сектор может быть верхним или нижним, внутренним или наружным.

Скачок — перемещение фехтовальщика без скрещивания ног с использованием безопорной фазы.

Скрестный шаг — перемещение фехтовальщика со скрещиванием ног.

Соединение — соприкосновение клинков.

Средства фехтования — действия, используемые фехтовальщиками в бою, а также технические приемы и боевые действия, применяемые в процессе тренировки.

Столкновение — резкое соприкосновение фехтовальщиков какими-либо частями тела по вине одного или обоих спортсменов.

Стрела (бросок или «флеш») — прием нападения, выполняемый бегом или прыжком из боевой стойки и приземлением на выставляемую сзади стоящую ногу.

Строевая стойка — положение фехтовальщика с оружием и маской в невооруженной руке.

Схватка одноактная (двух, трехактная, многоактная) — состоящая из одного действия (двух, трех, многих действий) спортсмена, а также противодействия противника.

Т

Тактика — характер ведения боя и сумма способов обыгрывания, применяемых фехтовальщиком в единоборстве. Тактическая правота — преимущество, определяемое правилами соревнований для атак и ответов при взаимных уколах (ударах) в фехтовании на рапирах и саблях. Техника — совокупность наиболее целесообразных приемов фехтовального боя, а также структура и другие параметры их выполнения.

У

Удар — прикосновение лезвия (или первой трети обуха со стороны острия) клинка с определенной силой к поражаемой поверхности противника. Удвоенный перевод — атака (ответ), состоящая из одного финта переводом и укола переводом в тот же сектор с целью обойти круговую защиту противника.

Уклонение — перемещение поражаемой поверхности с целью затруднить противнику нанесение укола (удара) и избежать его получения.

Укол — прикосновение острия клинка к поражаемой поверхности противника с определенной силой, фиксируемое аппаратом-электрофиксатором.

Ф

Фехтование — вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии.

Фехтовальный темп — продолжительность выполнения одного простого действия.

Финт — угрожающее движение оружием, вызывающее у противника реагирование защитой.

Ч

Части клинка — условное деление клинка на слабую (ближнюю к острию оружия), среднюю и сильную (ближнюю к гарде) части.

Чувство боя — специализированное свойство фехтовальщика, основанное на быстроте и точности двигательных восприятий.

Чувство времени — специализированное свойство фехтовальщика в оценке микроинтервалов времени.

Чувство дистанции — специализированное свойство фехтовальщика основанное на точности оценки расстояния до противника.

Чувство оружия — специализированное свойство фехтовальщика, основанное на быстроте и точности тактильных восприятий.

Ш

Шаг — перемещение фехтовальщика по полю боя, исключаясь безопорную фазу и скрещивание ног.

Шаг (скачок) и выпад — прием нападения, состоящий из непрерывно выполняемых шага (скачка) и выпада.

Шпага — спортивное колющее оружие весом до 770 г с клинком длиной до 90 см трехугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 13,5 см.

Э

Электрофиксатор — аппарат для судейства боев, фиксирующий уколы и удары в фехтовании на рапирах, шпагах, саблях, преимущественно во времени нанесения укола в фехтовании на шпагах.

Классификация спортсменов по возрастным группам, видам оружия и спортивным разрядам

В фехтование приходят дети разного возраста. Большинство из них приводят родители. Возрастной диапазон огромный, и работать со всеми одинаково просто невозможно [26]. Те упражнения, которые для одних – детская забава, другие просто еще не в состоянии выполнить. Приходят способные, не очень способные и просто неспособные. Но все хотят заниматься и со всеми надо работать, потому что они (или за них) платят деньги. Но все-таки это не самое главное, важнее то огромное удовольствие, которое испытывает тренер, постепенно создавая из неотесанной глыбы суррогатных движений технику фехтования, из хаоса мыслей и чувств – стройную логику боевой тактики. Фехтование такой вид спорт где наряду с высоким техническим мастерством спортсмена требуется зрелый интеллект, способность понимать противника и разгадывать его намерения. Подготовка квалифицированного фехтовальщика требует нескольких лет и связана с необходимостью овладения огромным объемом технических навыков и специальных умений, которые обеспечивают быстроту специализированных реакций, адекватность психических процессов, тактические умения. Высокие проявления только психомоторных способностей, за счет которых фехтуют многие молодые спортсмены, недостаточны для достижения высоких результатов. Приобретение турнирного опыта, умение фехтовать с различными противниками, быстро принимать и адекватно изменять решения, управлять своим вниманием, сосредотачивая и переключая его, – все это компоненты полной зрелости фехтовальщика и свидетельство побед «старших» спортсменов над «молодыми».

Во Франции, например, считается, что в 7 – 10 лет необходимо заниматься 2 – 3 раза в неделю по 1,5 – 2 час. На начальном этапе основное внимание уделяете всестороннему развитию, а элементы фехтования вводятся постепенно в игровой форме [26].

Существует система обучения (программа), по которой рекомендуется проводить работу с детьми. Он состоит из нескольких ступеней. Для каждой ступени определен материал по технике, тактике, правилам соревнований, судейству. Продолжительность начального обучения на каждой ступени следующая: на первой, второй и третьей – по 6 месяцев. На четвертой, пятой и шестой – по 9 месяцев. В целом: на первом этапе обучение продолжается полтора года, на втором – два года и три месяца. Многое зависит оттого, насколько успешно фехтовальщики усваивают программный материал: одни могут обучаться быстрее, другие, наоборот, медленнее. Это закономерно при обучении детей.

Теоретически каждая ступень – это определенная возрастная группа; последняя, шестая, соответствует группе юниоров. Как и везде, до 12 лет дети занимаются на миниоружии, что положительно сказывается на обучаемости, способствует формированию правильных специализированных навыков управления оружием. Система оценки уровня мастерства позволяет

определить возможности занимающихся, контролировать их квалификацию и динамику роста.

Рано дети начинают заниматься фехтованием в Венгрии, Польше, Италии, Румынии. В Германии наряду с чисто любительскими и полупрофессионально ориентированными клубами работают фехтовальные интернаты: в Бонне, Хайденхайме, Таубербишофехайма. Процесс подготовки начинающих фехтовальщиков и доведение их до уровня высшей квалификации продолжается порядка 12 лет. Это при условии, что ребенок начинал заниматься фехтованием при интернате. В большинстве случаев «выстреливают» те, кто одарен и получил хорошую базовую подготовку в «домашнем» клубе. По мнению бывшего главного тренера Таубербишофехайма Эмиля Бека, следует стремиться к раннему вовлечению детей в спортивные клубы. Он предлагал это делать уже с 3 –6-летними. Цели, которые преследуются на начальном этапе, – это получение радости от занятий, развитие интереса к ним и повышение мотивации. Ознакомление с элементами фехтовальной техники, по мнению Э. Бека, можно было бы начинать с 6

Средний возраст начала занятий фехтованием в нашей стране находится в пределах 11 – 12 лет. Например, для фехтования на саблях [34] это возраст 11,5 года. Для достижения I юношеского разряда спортсмены затрачивали в среднем 1,4 года; I взрослого – 2,2 года; норматив кандидата в мастера они выполнили в среднем через 3-4 года, а мастера спорта – через 5 лет. Достижение уровня мастера спорта международного класса – это фундаментально другой уровень фехтования; чтобы его достичь спортсменам потребовался в среднем еще пять лет [26].

Таким образом, каждая высокоразвитая в спортивном отношении страна, опираясь на национальные традиции, формирует свою систему многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов. Так как эта система имеет дело с развитием около предельных возможностей человека, она не может быть неизменна и стабильна на все времена. Происходит постоянный поиск технических и тактических новинок. Одни остаются в индивидуальном «ведении» того или иного спортсмена, другие (как, например, «вертушка Свешникова») становятся тем приемом, который используется всеми.

Система многолетней подготовки спортсменов рассчитана на то, что дети начинают заниматься спортом с 6-8 лет. Если следовать этой системе, то переход к этапу спортивного совершенствования требует не менее 8- 9 лет систематической тренировки. Процесс становления хорошего спортсмена диктуется педагогическим мастерством, законами природы, условиями конкуренции и терпением тренера.

В детско-юношеских спортивных подразделениях по фехтованию создаются следующие учебные группы: начальной подготовки 1-го и 2-го годов обучения; учебно-тренировочные 1-4-го годов обучения и группы спортивного совершенствования 1-3-го годов обучения. При наличии соответствующих условий в отдельных ДЮСШ с разрешения вышестоящих

спортивных организаций могут создаваться также группы высшего спортивного мастерства.

В группы начальной подготовки принимаются мальчики и девочки 10-12 лет, имеющие хорошее физическое развитие и выполнившие установленные требования приемных испытаний.

Учебная работа в этих группах строится из расчета 3 занятий в неделю продолжительностью по 2 академических часа. Основные задачи учебно-тренировочного процесса: укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся; всестороннее физическое развитие, овладение разнообразными двигательными навыками, сдача норм I ступени комплекса ГТО; изучение основных положений, передвижений и приемов фехтования.[21]

В учебно-тренировочные группы 1-го года обучения зачисляются подростки 12-13 лет, прошедшие обучение в группах начальной подготовки и успешно выполнившие соответствующие вступительные нормативные требования. По окончании 1-го года обучения занимающиеся, проявившие успехи в овладении фехтованием и выполнившие установленные требования, переводятся на 2-й год обучения. Далее, при соблюдении аналогичных требований юные фехтовальщики 2-го года обучения переводятся на 3-й год, а затем и на 4-й год обучения.

Виды оружия.

Фехтовальное оружие – рапиры, сабли, шпаги, состоящие из клинка, гарды, рукоятки.

Рапира – спортивное колющее оружие весом 500 г с клинком длиной до 90 см прямоугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 12 см.

Сабля – спортивное рубящее – колющее оружие весом до 500 г с клинком не более 88 см трапецевидного сечения с овальной гардой, имеющей дужку.

Шпага – спортивное колющее оружие весом до 770 г с клинком длиной до 90 см треугольного сечения и круглой гардой диаметром не более 13,5 см.

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НОРМЫ И ТРЕБОВАНИЯ К МЕСТАМ ЗАНЯТИЙ.

ОБОРУДОВАНИЕ ЗАЛА ПО ФЕХТОВАНИЮ

Предметами оборудования зала являются: 1) снаряды неподвижные или крепящиеся к стенам, полу и потолку, 2) снаряды съемные и подвижные, 3) оружие, 4) мелкий спортивный инвентарь.

Количество снарядов и спортивного инвентаря в зале зависит от его единовременной пропускной способности.

Необходимое количество снарядов и спортивного инвентаря для занятий, но или указано.

ЛЕТНИЕ СПОРТПЛОЩАДКИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФЕХТОВАНИЮ

В целях лучшей организации и проведения занятий, соревнований и демонстраций по фехтованию и рукопашному бою в весенне-летний период рекомендуется устройство летних площадок на открытом воздухе.

Площадки (деревянный помост, трибуны и пр.) специально приспособляются для проведения открытых соревнований и показа приемов фехтования и рукопашного боя. Такого рода площадки используются и для учебно-тренировочных занятий.

Размеры площадки 32 x 18 м (см. рис. 38).

Соревнования по рукопашному бою, связанные с преодолением большого пространства, не требуют специальных площадок. Они обычно проводятся на боковых сторонах стадиона или же непосредственно на отведенных для этой цели участках (в районе расположения спортивных городков).

При устройстве площадок необходимо обеспечить соответствующей плотности грунт.

Зал 18 X 9 м является наименьшим, в котором возможно проводить занятия по фехтованию и частично по рукопашному бою. Максимальная его единовременная вместимость — 20 чел., соревнование по рапире возможно лишь на одной дорожке и на уменьшенных — по другим видам оружия. Частично может быть использован для занятий по рукопашному бою. Такого рода залы следует допускать только в школе.

При строительстве же специальных физкультурных сооружений надо предусматривать для фехтования и рукопашного боя залы с большей площадью (см. табл. 3).

Расчет вместимости и расположения дорожек производится следующим образом: вначале определяется площадь зала ($28 \times 13 = 364 \text{ м}^2$), затем из этой площади вычитается площадь зоны безопасности (по 1,5 м с каждой стороны зала, всего $28 \times 15 + 28 \times 1,5 + 10 \times 1,5 + 10 \times 1,5 = 114 \text{ м}^2$), т. е. $364 \text{ м}^2 - 114 \text{ м}^2 = 250 \text{ м}^2$ полезной площади. Необходим учет безопасного действия

рапирой и эспадроном, которое будет на расстоянии 1,5 м от средней продольной линии одной дорожки (шир. в 1 м) до средней продольной линии другой.

На полезной площади 250 м^2 по ее длине 25 м располагаются 17 дорожек (шир. в 1 м) с 16 промежутками по 0,5 м ($17 \times 1 + 16 \times 0,5 = 25 \text{ м}$). Ширина полезной площади всегда определяет длину дорожки, в данном случае она равна 10 м, которые располагаются поперек зала. На дорожке помещаются одновременно 2 чел., что и определяет общее количество занимающихся $2 \times 17 = 34$ чел. Для определения нормы площади на 1 чел. полезную площадь делят на количество одновременно занимающихся — $250 \text{ м}^2 : 34 = 7,3 \text{ м}^2$.

При занятиях на штыках расчеты производятся таким же способом, с учетом лишь того, что безопасное действие штыком равно 2 м. В этом случае мы получаем на той же полезной площади в 250 м^2 13 дорожек, на которых находятся 26 чел. Норма площади на 1 чел. здесь равна $9,6 \text{ м}^2$ ($250 : 26 = 9,6$).

Для получения максимальной единовременной вместимости удваивают общее количество занимающихся (полученное вначале при распределении их по 2 на каждой дорожке). Удваивание возможно лишь в том случае, если длина дорожки, приходящаяся на двух занимающихся, не будет меньше 4 м.

Эти расчеты производят в зависимости от методических форм проведения занятий (2-шеренг., 4-шеренг.), необходимых в том или ином уроке, и от величины площади.

Расчет полезной площади для пары одновременно соревнующихся определяется с учетом размера нормальных боевых дорожек (для каждого вида оружия) и пространства, необходимого для судейской коллегии.

Особенности соревновательной деятельности в фехтовании

Соревновательная деятельность фехтовальщиков отличается рядом признаков, отражающих общие условия единоборства в турнире, поединке, отдельных ситуациях, например:

- многоэтапностью борьбы с меняющимися её количественными параметрами и уровнем напряжённости, неожиданными перерывами;
- постоянным возникновением ситуаций с околопредельными напряжениями, успешность действий в которых непосредственно определяет победу или поражение в поединке;
- острым личностным противоборством участников в ходе поединка, обусловленным непосредственным воздействием на противника с целью достижения спортивного результата.

Вместе с тем для анализа технико-тактических составляющих мастерства фехтовальщиков необходим учёт конкретных положений, определяющих выбор, подготовку и применение боевых действий, важнейшими среди которых являются:

- разноуровневая значимость факторов, определяющая тактическую сущность действий, ситуаций ведения поединка;
- произвольный выбор нападений и защит, способов подготовки при разнообразии ситуаций и широких возможностях взаимозамен между их разновидностями;
- альтернативность тактического поиска при выборе разновидности нападения и противодействия нападению противника в условиях преднамеренного принятия тактических решений;
- неожиданность значительного числа ситуаций, успешность действий в которых основана на проявлениях специализированных свойств спортсменов;
- количественная и ситуационная неопределённость использования тактических решений, принимаемых в поединке на уровне намерений или двигательного реагирования;
- неопределённость параметров исходных дистанций и их изменений в ходе схваток;
- вариативность параметров нападений и защит при типовых исходных, фазовых и конечных положениях.

Данные характеристики соревновательной деятельности определяют формирование типового состава приёмов, сравнительную значимость разновидностей действий и тактических компонентов их подготовки и применения, проявлений двигательных и психических качеств в соревнованиях.

Сопоставление объективных характеристик соревновательной деятельности и достигнутой подготовленности спортсменов позволяет контролировать уровень адекватности педагогических воздействий, открывает перспективы оптимизации состава и соотношения используемых

средств, методов и условий тренировки, повышения уровня её специализованности.

Под соревновательной деятельностью в боксе предлагается понимать процесс противоборства, направленный на достижение запланированного результата или победы над соперником. Такой подход вполне правомерен, так как доказано, что спортивное состязание «старше» тренировки и что в развитии физической культуры оно первично. Элементы, методы и формы подготовки к участию в соревнованиях стали появляться и закрепляться в практике позднее. Отсюда следует, что основные требования и условия тренировочного процесса можно установить только путём познания их через раскрытие закономерностей самого соревновательного противоборства.

Во время соревнований как в зеркале отражаются достоинства и недостатки мастерства фехтовальщиков, а значит, и особенности современного фехтования. Однако выявить их не так просто из-за сложности поединка, состоящего из большого числа самых разнообразных действий, выполняемых в очень высоком темпе.

Существуют различные способы изучения соревновательной деятельности боксеров. Ограничимся описанием наиболее эффективных из них.

В поединке выделяют обычно отдельные действия или сочетания их, в которых проявляются специфические двигательные качества и навыки, отражающие физическую и технико-тактическую подготовленность боксеров. К таким действиям относят прежде всего удары и защиты.

О. П. Фроловым, например, предложено определять количество наносимых и дошедших до цели ударов. На основе этих данных можно оценивать эффективность боевых действий. Делается это с помощью вычисления коэффициентов эффективности атакующих действий и защитных действий. Для удобства первый из них будем называть коэффициентом атаки, а второй — коэффициентом защиты.

Коэффициент атаки есть отношение числа ударов, дошедших до цели, к числу всех ударов, нанесенных боксером. Коэффициент защиты — это отношение числа парированных ударов к общему числу ударов, нанесенных атакующим. Сумма этих двух коэффициентов и представляет собой обобщенный коэффициент эффективности боевых действий. Допустим, боксер А нанес боксеру Б 100 ударов, из которых лишь 20 достигли цели. В свою очередь, боксер Б нанес боксеру А 120 ударов, 30 из которых дошли до цели. Вычислим соответствующие коэффициенты обоих боксеров. Коэффициент атаки боксера А равняется $0,2 \left(\frac{20}{100} \right)$, а коэффициент защиты — $0,75 \left(\frac{80}{100} \right)$. Коэффициент эффективности боевых действий боксера А составит $0,95(0,20 + 0,75)$. Соответственно коэффициенты атаки, защиты и боевых действий боксера Б равны $0,25$, $0,80$ и $1,05$. Таким образом, на основе полученных показателей можно утверждать, что боксер Б атакует и защищается эффективнее, чем его соперник.

Итак, зная величины указанных коэффициентов спортсмена и сравнивая их с показателями основных конкурентов или со средними показателями

группы боксеров такого же класса, можно выявлять его сильные и слабые стороны (эффективность атакующих и защитных действий) и вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс.

Само число наносимых ударов также дает ценную информацию о соревновательной деятельности боксеров. Оно отражает так называемую плотность ведения боя, которая во многом определяет мастерство и спортивный результат боксеров. Например, известно, что спортсмены высокой квалификации и победители соревнований наносят ударов больше, чем боксеры более низкой квалификации и аутсайдеры (О. П. Фролов, 1966; В. А. Петухов, 1970, и др.).

Подсчитывая число ударов и защит разных видов, а также определяя эффективность их, можно выявлять некоторые особенности индивидуальной манеры ведения боя, а также находить погрешности в отдельных боевых действиях. При этом можно фиксировать самые различные боевые действия (например, атакующие, встречные и ответные удары или защиты с помощью рук, ног и туловища).

По числу таких действий можно, например, определить, какая форма боя характерна для ведущих боксеров мира, страны или отдельного спортсмена. Если преобладают атакующие удары, значит, спортсмены предпочитают атакующую форму боя, а боксеры, ведущие бой в ответной контратаке, больше наносят ответных ударов.

Вычисляя коэффициенты эффективности атакующих, встречных или ответных ударов, можно установить результативность и наметить пути совершенствования их.

Упомянутыми способами оценивают многие действия и ситуации, встречающиеся на ринге, однако в большинстве случаев выбор показателей соревновательной деятельности произволен. С целью устранения этого недостатка нами разработан подход, основанный на теории деятельности академика А. Н. Леонтьева.

В соответствии с этой теорией в структуре любой деятельности можно выделить действия и операции. В боксе действием является определенная тактическая задача, осуществляемая в бою, а операциями считаются приемы и комбинации, составляющие действие (различные удары, защиты, передвижения, комбинации и пр.).

На первом уровне исследования относительно самостоятельными единицами анализа являются отдельные действия, направленные на решение основных тактических задач. В зависимости от характера тактических задач выделяются следующие основные действия: разведывательные; действия, способствующие осуществлению избранной тактики ведения боя; действия, обеспечивающие перестройку тактики ведения боя; ситуативные и подготовительные действия.

Разведывательные действия осуществляются с помощью тех же операций, что и другие действия: ударов, защит и подготовительных приемов. Поэтому разведку не всегда просто отличить от других действий. Все же ее особенностями можно считать обилие легких одиночных и

повторных ударов, вызовов на атаку и всевозможных финтов, а также несколько сниженный темп боя (хотя и не всегда).

Действия, способствующие осуществлению избранной тактики ведения боя, представляют собой тот или иной тактический вариант ведения поединка, предполагающий преимущественное применение определенных боевых средств. В зависимости от специфики последних выделяют тактику высокого темпа, сильного удара, искусного обыгрывания. Использование всех тактических вариантов представляет собой универсальную тактику. В большинстве случаев встречаются смешанные тактические варианты (например, сочетание тактики высокого темпа и сильного удара, искусного обыгрывания и сильного удара).

Тактический вариант ведения боя определяется тем, какие (преимущественно) операции выполняет боксер, каковы форма и другие особенности выполнения операций, на какой дистанции они проводятся. Если спортсмен выбрал какой-либо тактический вариант в чистом виде, то определить его несложно. Так, для боксеров-темповиков характерно большее число ударов и серий, чем для нокаутеров. Зато последние чаще посылают соперников в нокдаун и нокаут. Труднее выделить смешанный тактический вариант. При этом следует учитывать наиболее характерные формы, дистанции и темп ведения боя (например, боксер ведет бой преимущественно на средней дистанции, в ответной форме и в среднем темпе).

При любом тактическом варианте ведения боя могут использоваться и отдельные тактические приемы (например, сковывание, опережение, тактика быстрого старта, бурного финиша, третьего раунда).

В конечном счете действия, способствующие осуществлению избранной тактики, характеризуют индивидуальную манеру ведения боя.

При выявлении индивидуальной манеры ведения боя признаки, характеризующие ее, необходимо оценивать количественно и качественно.

Действия, обеспечивающие перестройку тактики ведения боя, означают изменения манеры ведения боя или отдельных ее компонентов (тактического варианта, формы и дистанции). Эти действия выполняются как с целью выбора более выгодного тактического варианта, так и с целью дезориентации противника. В последнем случае это может выражаться в частой смене манеры ведения боя.

Ситуативные действия — это отдельные операции или совокупность их, направленные на выгодное использование определенных ситуаций, складывающихся в ходе поединка. Выделим наиболее важные ситуации, разделив их на благоприятные и неблагоприятные. К первым отнесем те из них, в которых ставится в затруднительное положение соперник, а ко вторым — те, в которых в аналогичное положение попадает сам боксер. К благоприятным для боксера ситуациям отнесем следующие: потерю равновесия соперником; получение им травмы, затрудняющей ведение боя; замешательство его после сильного удара или внезапной атаки; получение им предупреждения. Эти же ситуации будут неблагоприятными для того же боксера, если он попадет в них сам.

Подготовительные действия включают обманные движения, легкие удары, вызовы противника на атаку путем ложных раскрытий, «выдергивания» его и другие операции, проводимые с целью подготовки атаки, контратаки или защиты.

Таким образом, соревновательная деятельность представляет собой совокупность целенаправленных действий, состоящих из различных операций. Структура соревновательной деятельности весьма подвижна, а границы действий довольно условны и размыты, что значительно усложняет изучение ее.

Соревновательная деятельность может состоять из одного основного действия, направленного на осуществление избранной тактики ведения боя и включающего подготовительные и ситуативные действия. Любое действие может быть самостоятельным и служить средством решения основной задачи поединка. Допустим, в ходе боя выясняется, что соперник очень часто промахивается и теряет равновесие. Это нужно использовать, предприняв ситуативное действие, которое и будет ведущим.

На данном уровне анализа соревновательной деятельности самым простым методом изучения ее является педагогическое наблюдение, которое доступно любому тренеру. Этот метод дает хорошие результаты, если при оценке действий учитывается эффективность и своевременность выполнения, а также соответствие их складывающимся на ринге ситуациям.

Описанный подход в фехтовании видоизменен и имеет несколько другой вид и говорит о том, что многофакторность соревновательной деятельности создает трудности при выявлении спортивных способностей. Однако в наибольшей мере это относится к определению уровня овладения компонентами подготовленности, а также к оценкам состояния спортсменов по этапам и периодам тренировочного процесса.

Педагогический контроль включает в основном тестовые упражнения и наблюдения за боевой практикой. Полученные результаты наблюдений следует оценивать с учетом их узко избирательной направленности, охватывающих лишь часть технико-тактических средств и психических свойств спортсменов, тем более применительно к фехтованию на избранном виде оружия. Однако отдельные двигательные упражнения и аппаратные тесты достаточно информативны для педагогического контроля, позволяют определять направленность освоения базовых средств ведения боя и возможности их соревновательного применения.

Регистрация операционных показателей тренировочной и соревновательной деятельности фехтовальщиков позволяет конкретизировать установки на совершенствование важных сторон подготовленности, особенно относящихся к управлению деятельностью спортсменов в соревнованиях. Проведение подобной работы требует от специалиста определенных знаний и навыков, так как владение средствами и методами педагогического контроля концентрированно выражает уровень профессионально-педагогической квалификации тренера и его опыт.

Реальность и сроки достижения фехтовальщиком определенных рубежей в технико-тактическом совершенствовании и спортивных результатах зависят от объема и точности информации, которыми располагает тренер об учениках. Причем, наибольший объем сведений об эффективности учебно-тренировочного процесса тренер должен черпать из собственных наблюдений. Поэтому первостепенное значение приобретает способность выполнить адекватную ситуации педагогическую оценку, а затем сделать из нее выводы, позволяющие дать ученику нужный совет, улучшить подбор средств и методов тренировки.

Несмотря на субъективный характер подобной работы, ее эффективность в деле совершенствования технико-тактической подготовленности, индивидуализации оснащения спортсменов может быть достаточно высокой.

При оценке проведенных боев первоначально достаточно знать, применяет ли спортсмен изучаемые средства, использует ли полученные знания и насколько точно ориентируется в типовых ситуациях.

Наблюдение за соревновательной деятельностью

В процессе изучения боевой практики фехтовальщиков педагогическому анализу могут быть подвергнуты многие стороны их соревновательной деятельности и, в частности:

1) объемы применения типовых действий - простых атак, контратак, защит и ответов, ремизов, атак с финтами и атак с действием на оружие;

2) объемы применения определенных комбинаций действий;

3) качественные характеристики выполнения приемов, такие как амплитуда финтов и отбивов, координация движений в уколах (ударах) и отбивах, точность уколов (ударов), сила батманов и захватов, применение оппозиций, параметры передвижений;

4) особенности применения отдельных боевых действий нападения, защиты, подготовки;

5) соотношение между объемами применяемых разновидностей атак (простых, с действием на оружие, с финтами) и средств противодействия атакам (контратак и защит) и ответам (ремизов и контрзащит);

6) объемы использования подготавливающих действий, а также соотношение объемов применения их разновидностей;

7) общая продолжительность боев;

8) проявления определенных специализированных умений, основанных на быстроте двигательных реакций, свойствах внимания, памяти, мышления;

9) проявления отдельных физических качеств, выраженных в стартовых характеристиках выполнения передвижений, выпада, "стрелы" и их комбинаций;

10) проявления специализированных тактических умений, выраженных адекватным выбором и применением боевых средств в определенных ситуациях;

11) характеристики использования в боях различных исходных положений оружия, дистанций, моделей взаимодействия с противником (позиционно или маневренно, скоротечно или выжидательно, наступательно или оборонительно);

12) особенности подготовки отдельных действий (использование средств разведки, маскировки, вызовов);

13) объемы и результативность нападений в определенные секторы поражаемой поверхности;

14) особенности боевого поведения спортсменов с учетом психологических аспектов единоборства;

15) особенности воздействия средств и методов саморегуляции, специализированной разминки.

Для составления индивидуальной характеристики стиля боя фехтовальщика важно знать следующее:

1) что является ведущим - наступление или оборона?;

2) какова наиболее приемлемая дистанция?;

3) каково типичное исходное положение оружия: верхняя или нижняя позиция, движущийся клинок;

4) какая тактика предпочтительней для конкретного спортсмена (любимые действия или ведение боя в зависимости от особенностей противника), предпочитает борьбу оружием или ее избегает; имеет ли специфические показатели ведения боя (сближения, повороты, приседания, подскоки); какой характер носят подготовки (циклический или одиночный) и каким образом выполняются (без угрозы, с угрозой нанесения укола или удара)?;

5) каков характер реагирования на неожиданные действия и степень быстроты переключений?;

6) проявляются ли индивидуальные особенности спортсмена в различных ситуациях боя (в начале боя, в борьбе за последний укол или удар, на линии границы, в течение последней минуты боя, при нечетком судействе и т.д.)?;

7) какие секторы поражаемой поверхности наиболее часто подвергаются нападению (внутренний или наружный, стопу, руку, маску)?;

8) какие особенности защитного репертуара (использование конкретных или обобщающих, верхних или нижних защит)?;

9) каковы особенности ведения ближнего боя?

Для составления индивидуальных характеристик оснащенности спортсменов средствами ведения поединков эффективно используются видеозапись и нотационная регистрация деятельности в тренировочных боях и соревнованиях.

Анализ нотационных материалов и видеозаписи дает объективные показатели оснащенности фехтовальщиков определенными навыками, достигнутого соотношения в составе действий, а также сравнительные данные объемов атак и результативности их применения. Могут быть также получены важные характеристики тактической деятельности, отражающие особенности построения боев, поведения в конкретных ситуациях и др.

Особенности правил соревнований

Оглавление

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ: ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ И ОБЩИЕ ПРАВИЛА ДЛЯ ТРЕХ ВИДОВ ОРУЖИЯ	4
Глава 1. ПРИМЕНЕНИЕ ПРАВИЛ.....	4
Глава 2. ТЕРМИНОЛОГИЯ.....	5
СОРЕВНОВАНИЯ	5
Спаринг и бой	5
Встреча	5
Соревнование	5
Чемпионат	5
ОБЪЯСНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ТЕРМИНОВ, НАИБОЛЕЕ ЧАСТО УПОТРЕБЛЯЕМЫХ ВО ВРЕМЯ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФЕХТОВАНИЮ	6
Темп	6
Действия нападения и обороны	6
Действия нападения:	6
Действия обороны	7
Положение «в линии» (пуан ан линь)	7
Глава 3. ПОЛЕ БОЯ.....	8
Глава 4. Оборудование фехтовальщиков (Оружие – Снаряжение – Одежда).....	10
Ответственность фехтовальщиков.....	10
Глава 5. Фехтование (БОЙ)	11
Способ держания оружия	11
Положение «К бою»	11
Начало, остановка и возобновление боя	12
Ближний бой	12
Положение «кор-а-кор»	12
Уклонения – Перемещения и переходы	13
Закрывание поражаемой поверхности и использование невооруженной руки	13
Выигранная и потерянная части поля боя.....	14
Переход границ.....	14
Остановка боя	14
Задние границы.....	15
Боковые границы	15
Случайный выход с дорожки	15
Продолжительность боя.....	15
Травмы ил судороги. Снятие участника	16
Глава 6. СУДЕЙСТВО И ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ (УДАРОВ)	17
Судьи	17
Судьи-ассистенты.....	17
Назначения судей и консультантов видео.	18
Олимпийские игры и чемпионаты мира.....	18
Личные соревнования	18
Командные соревнования	19
Соревнования Кубка мира	19
Метод присуждения уколов	19
Способ нанесения укола (удара).....	19

Действительность или приоритет укола (удара)	20
Видео-судейство	20
Снаряжение, соответствующее Правилам. Контроль снаряжения судьей	27
Снаряжение, не соответствующее правилам	29
Часть 2. РАПИРА	32
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ.....	32
ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ	32
Границы поражаемой поверхности	32
Непоражаемая поверхность.....	33
Расширение поражаемой поверхности.....	33
ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ	33
ФАКТ НАНЕСЕНИЯ УКОЛА	33
АННУЛИРОВАНИЕ УКОЛА	33
ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ ИЛИ ПРИОРИТЕТ УКОЛА.....	35
Предварительное замечание	35
Соблюдение фехтовальной фразы	35
Судейство	37
Часть 3. ШПАГА	39
УСЛОВИЯ БОЯ	39
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ.....	39
ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ	39
ПОЛОЖЕНИЕ «КОР-А-КОР» И ФЛЭШЬ АТАКА	39
ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ	40
Основное правило.....	40
Аннулирование уколов	40
Часть 4. САБЛЯ	43
УСЛОВИЯ БОЯ	43
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ (УДАРОВ).....	43
ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ	43
ПРИСУЖДЕНИЕ УДАРОВ (УКОЛОВ)	44
Факт нанесения уколов (ударов) и их аннулирование.....	44
ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ ИЛИ ПРИОРИТЕТ УДАРА (УКОЛА)	45
Предисловие.....	45
Соблюдение фехтовальной фразы	45
Судейство	47
Часть 5. ДИСЦИПЛИНАРНЫЙ КОДЕКС СОРЕВНОВАНИЙ.....	50
Глава 1. СФЕРА ПРИМЕНЕНИЯ	50
Лица, к которым применяется данный кодекс	50
Порядок и дисциплина.....	50
Участники.....	51
Обязательство чести.....	51
Отказ от встречи с противником.....	51
Профессиональна фехтовальная этика	52
Личные достижения	54
Руководитель делегации	54
Капитан команды.....	54
Судьи и ассистенты	54
Тренеры, инструкторы и технический персонал.....	54
Зрители	55
Глава 2. ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ОРГАНЫ И ИХ КОМПЕТЕНЦИЯ.....	56
Юрисдикция	56
Принцип юрисдикции	56

Судья.....	56
Технический директорат на официальных соревнованиях ФИЕ (см. О.56-О.62)	57
Исполком МОК на Олимпийских играх	57
Центральный офис ФИЕ, дисциплинарная комиссия, исполнительный комитет, спортивный арбитражный суд.	58
Глава 3. САНКЦИИ.....	59
Категории санкций	59
Санкции во время боя	59
Потеря части поля боя (см. Т.28.1)	59
Отказ засчитать фактически нанесенный укол.....	60
Присуждение укола, фактически не полученного	60
Отстранение	60
Дисциплинарные санкции	61
Отстранение от участия в данном виде соревнований	61
Отстранение от участия в турнире	61
Удаление с места соревнований или турнира.....	61
Дисквалификация	61
Порицание	62
Временное запрещение участвовать в соревнованиях	62
Окончательное запрещение участвовать в соревнованиях	62
Провозглашение санкций	62
Глава 4. САНКЦИИ И КОМПЕТЕНТНЫЕ ОРГАНЫ ЮРИСДИКЦИИ.....	63
Виды (группы) санкций.	63
Компетенция	64
Нарушения 1-й группы	64
Нарушения 2-й группы	64
Нарушения 3-й группы	64
Нарушения 4-й группы	65
Нарушения и наказания за них.....	66
Т.120. Таблица нарушений и санкций.	66
Глава 5. ПРОЦЕДУРА	69
Основной принцип	69
Протесты и апелляции	69
Против решения судьи.....	69
Другие протесты и апелляции.....	69
Расследование. Право защиты.....	69
Принятие решений	70
Рецидив (повторение нарушения).....	70
Глава 6. АНТИ-ДОПИНГОВЫЙ КОНТРОЛЬ	71

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ: ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ И ОБЩИЕ ПРАВИЛА ДЛЯ ТРЕХ ВИДОВ ОРУЖИЯ

Глава 1. ПРИМЕНЕНИЕ ПРАВИЛ

- Т.1.** Положения настоящих Правил являются обязательными без изменений для «официальных соревнований ФИЕ», то есть:
- чемпионатов мира всех категорий
 - соревнований по фехтованию на Олимпийских играх
 - **всех** соревнований Кубка мира
 - зональных **чемпионатов**

Глава 2. ТЕРМИНОЛОГИЯ

СОРЕВНОВАНИЯ

Спаринг и бой

- Т.2.** Спарингом называется вежливый поединок между двумя фехтовальщиками (или участниками); если учитывается результат этого поединка (соревнований) он называется «боем».

Встреча

- Т.3.** Совокупность боев между участниками двух различных команд называется «встречей».

Соревнование

- Т.4.** 1) Соревнование это совокупность боев (в личных соревнованиях) или встреч (в командных соревнованиях), необходимых для выявления победителя события.
- 2) Соревнования различаются по видам оружия, полу участников, их возрасту; соревнования могут быть личными или командными.

Чемпионат

- Т.5.** Это определение дается соревнованиям, которые проводятся с целью выявления лучшего фехтовальщика или лучшую команду в каждом виде оружия федерации, региона, мира и на определенный срок.

ОБЪЯСНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ТЕРМИНОВ, НАИБОЛЕЕ ЧАСТО УПОТРЕБЛЯЕМЫХ ВО ВРЕМЯ СУДЕЙСТВА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФЕХТОВАНИЮ

(Данный раздел не является трактатом по фехтованию и помещен здесь лишь с целью облегчить понимание Правил)

Темп

Т.6. Фехтовальный темп – продолжительность выполнения одного простого действия.

Действия нападения и обороны

- Т.7.**
- 1) Различными действиями **нападения** являются: атака, ответ и контр-ответ.
 - Атака это инициативное действие нападения, выполняемое выпрямлением руки и непрерывно угрожающее поражаемой поверхности противника действие **предшествующее выпаду или флешу** (см. Т.56, Т.75).
 - Ответ это действие нападения фехтовальщика, отразившего атаку.
 - Контр-ответ это действие нападения фехтовальщика, отразившего ответ.
 - 2) Различными действиями **защиты** являются парады.
 - Парад это действие защиты, выполняемое оружием с целью помешать действию нападения нанести укол (удар).

Объяснение

Действия нападения:

Т.8. 1) **Атака.**

Действие является простым, если оно выполнено одним движением; оно может быть:

- либо прямым (в той же линии),
- либо непрямым (в другой линии).

Действие является сложным, если оно выполнено несколькими движениями.

2) **Ответ.**

Ответ может быть **немедленным** или с **потерей времени**, в зависимости от быстроты выполнения.

а) Прямые ответы:

- прямой ответ это ответ, в котором противнику наносится укол (удар) в той же линии, в которой была взята защита;
- ответ по оружию это ответ, в котором противнику наносится укол, скользя по оружию после взятия защиты.. Простые не прямые ответы:

б) Непрямые ответы:

- ответ с переводом это ответ, поражающий противника в линии, противоположной той, в которой была взята защита (проходя под его клинком, если защита была в верхней линии, или над клинком, если защита была в нижней линии);
- ответ с переносом это ответ, поражающий противника в линии, противоположной той, в которой была взята защита (проходя во всех случаях клинком перед острием клинка противника).

в) Сложные ответы:

- ответ с удвоенным переводом это ответ, поражающий противника в линии, противоположной той, где была взята защита, но после описания полного круга вокруг клинка противника;
- ответ с двумя переводами это ответ, поражающий противника в той же линии, где была взята защита, но после того, как клинок был сначала в противоположной линии, пройдя под клинком противника.

3) Контратака

Контратаками являются действия нападения или защиты-нападения, выполняемые во время нападения противника.

- а) Простая прямая контратака: контратака, выполненная на атаку.
- б) Простая прямая контратака с оппозицией: контратака, выполняемая с закрыванием линии, в которой должна закончиться атака (см. Т.56 сс, Т.64 сс и Т.76 сс).
- в) Простая прямая контратака с выигрышем фехтовального темпа (см. Т.59, Т.79).

4) Другие виды действий нападения:

а) Повторный укол («ремиз»)

Действие нападения, простое немедленное, следующее за первым действием без взятия руки на себя после парада или отступления противника, который либо оставил оружие без ответа, либо выполнил ответ с опозданием или не прямой или сложный ответ.

б) Повторная атака («редублеман»)

Новое действие, простое или сложное, выполняемое на противника, который парировал без ответа, или просто избежал первого действия нападения отходом или отклонением.

в) Возобновление атаки («реприз д'атак»)

Новая атака, выполняемая немедленно после возвращения в положение «к бою».

г) Контр-темп

Любое действие, выполняемое атакующим на простую прямую контратаку противника.

Действия обороны

Т.9. Защиты (парады) являются простыми прямыми, если они выполнены в той же линии, что и атака.

Они являются круговыми, если выполнены в линии, противоположной линии атаки.

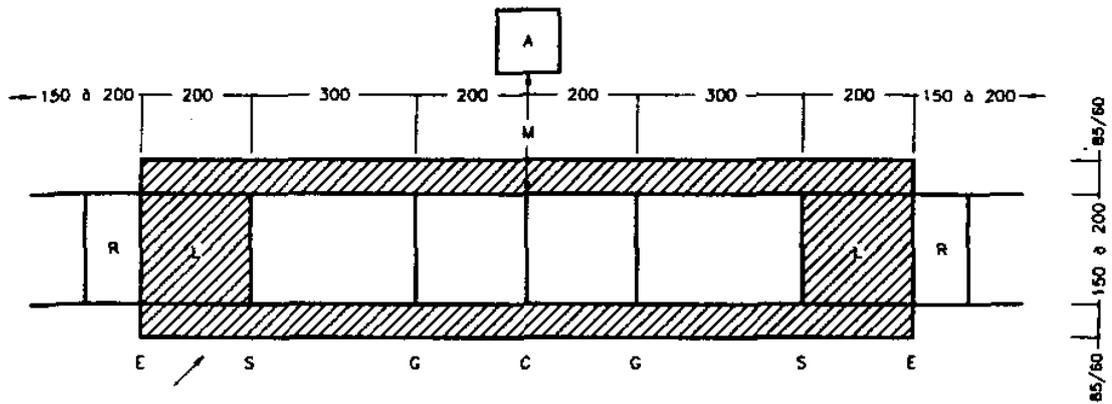
Положение «в линии» (нуан ан линь)

Т.10. Положение «в линии» – это особое положение, в котором рука фехтовальщика выпрямлена и постоянно угрожает концом оружия поражаемой поверхности его противника (см. Т.56, Т.60, Т.76, Т.80.3 е, Т 80.4. а/б).

Глава 3. ПОЛЕ БОЯ

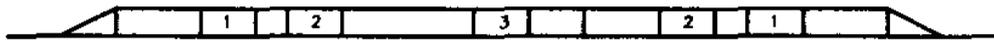
- Т.11.** Поле боя должно иметь ровную и горизонтальную поверхность. Оно не должно ставить ни в преимущественное, ни в невыгодное положение ни одного из противников, особенно в отношении наклона и освещения.
- Т.12.**
1. Часть площадки, предназначенная для боя, называется полем боя (дорожкой).
 2. Соревнования на трех видах оружия проводятся на одних и тех же полях боя.
- Т.13.**
1. Ширина поля боя составляет 1,5-2 м.
 2. Длина поля боя – 14 метров, так чтобы каждый участник, находясь в 2 метрах от средней линии, имел в своем распоряжении для отступления общую длину в 5 метров до пересечения задней границы двумя ногами.
- Т.14.** На поле боя наносятся 5 хорошо заметных линий, перпендикулярных к его длине:
- а) одна центральная линия**, которая должна быть нанесена в виде прерывистой линии через всю ширину поля боя;
 - б) две линии начала боя** в двух метрах по каждую сторону от центральной линии (они должны быть нанесены через всю ширину поля боя);
 - в) две линии задних границ**, которые должны быть нанесены через всю ширину поля боя на расстоянии в 7 м от центральной линии.
 - г) Кроме того, последние два метра поля боя перед линиями задних границ должны быть четко обозначены – если возможно отличным от дорожки цветом – таким образом, чтобы участники могли легко определить свое положение на поле боя (см. рис. 1)**

Поле боя для полуфиналов и финалов (высотой до 50 см)



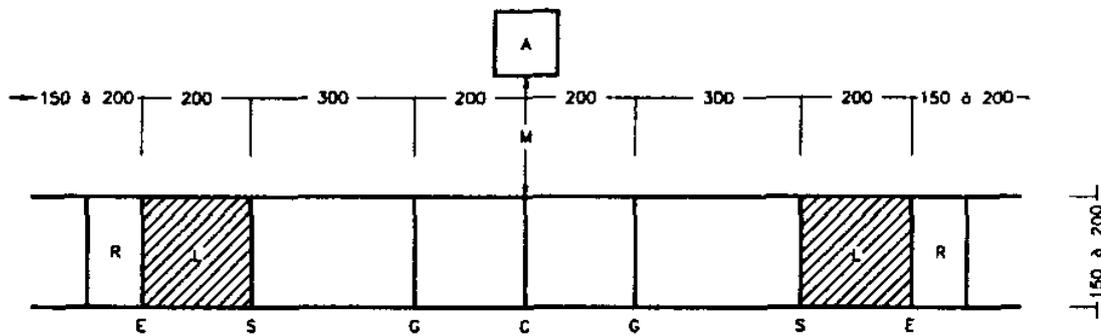
- | | |
|---------------------------|---|
| A – стол для аппарата | M – минимум 1м |
| C – центр (средняя линия) | L – последние 2м поля боя |
| G – линии начала боя | E – линии задней границы |
| R – продолжение поля боя | S – указатель для участника для отступления |

В соревнования на рапире и шпаге металлическая дорожка должна покрывать всю ширину поля боя и всю длину, включая продолжения и зону безопасности



- 1 световой указатель счета
- 2 фамилия участника и его страна
- 3 х ронометр, счет и т.д.

Разметка обычного поля боя для трех видов оружия.



- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| A – стол для аппарата | M – минимум 1м |
| C – центр (средняя линия) | L – последние 2м поля боя |
| G – линия и начала боя | E – линия и задней границы |
| R – продолжение поля боя | S – указатель для участника |

В соревнования на рапире и шпаге металлическая дорожка должна покрывать всю ширину поля боя и всю длину, включая продолжения и зону безопасности

Размеры в см

Рис. 1

Глава 4. Оборудование фехтовальщиков (Оружие – Снаряжение – Одежда).

Ответственность фехтовальщиков.

Т.15. 1) Фехтовальщики вооружаются, снаряжаются, одеваются и ведут бои под свою ответственность, на свой страх и риск.

2) Любой фехтовальщик, который разминается или тренируется с другим фехтовальщиком в месте проведения официальных соревнований ФИЕ (в том числе в тренировочных залах связанных с соревнованиями) обязан надевать фехтовальную одежду и экипировку, которая соответствует правилам ФИЕ.

Любой человек, дающий урок, должен одевать, по меньшей мере, тренерский нагрудник, так же как и фехтовальную перчатку, и маску соответствующие правилам.

Фехтовальщик, получающий урок должен одевать, по меньшей мере, маску и перчатку.

Наблюдатель соревнований или член Технического директората должен наказать любое лицо, не соблюдающее это правило желтой карточкой, а в случае повторного нарушения черной карточкой.

3) Меры безопасности, установленные Правилами и нормами, указанными в приложении, также как и меры контроля, предусмотренные данными Правилами (см. Правила снаряжения), имеют целью лишь усилить безопасность фехтовальщиков, но не могут ее гарантировать, и, следовательно, как бы они ни применялись, не могут повлечь за собой ответственности ни ФИЕ, ни организаторов соревнований, ни официальных лиц, ни персонала, которому поручено их проведение, ни тех, по чей вине может произойти несчастный случай.

Глава 5. Фехтование (БОЙ)

Способ держания оружия

- Т. 16.**
- 1) В трех видах оружия защитное действие выполняется исключительно с помощью клинка или гарды, применяемых порознь или вместе
 - 2) При отсутствии специального приспособления, застежки или специальной (ортопедической) формы фехтовальщик может держать рукоятку, как он хочет; он может также в течение боя изменять положение своей руки. Однако нельзя временно или постоянно, явно или скрыто превращать оружие в оружие для метания. Оружием следует действовать так, чтобы кисть все время была на рукоятке, и во время действия нападения не соскальзывала по рукоятке назад.
 - 3) Если имеется специальное приспособление, застежка или специальная (ортопедическая) форма, рукоятка должна держаться таким образом, чтобы верхняя поверхность большого пальца была направлена в ту же сторону, что и желобок клинка (рапира и шпага) или перпендикулярно к плоскости гибкости клинка сабли.
 - 4) Оружие держат только одной рукой; участник не может сменить руку до конца боя, если на то нет специального разрешения судьи, в случае ранения кисти или руки.

Положение «К бою»

- Т. 17.**
- 1) Участник, вызванный первым, должен встать справа от судьи, за исключением случаев, когда бой проводится между правой и левой, и если первым был вызван левша.
 - 2) Судья ставит каждого участника таким образом, чтобы стоящая впереди ступня находилась на расстоянии двух метров от центральной линии поля боя (то есть позади линии «К бою»).
 - 3) Положение «К бою» в начале и возвращение в положение «К бою» всегда занимает по центру ширины поля боя.
 - 4) Когда в ходе боя участники занимают положение «К бою», дистанция между ними должна быть такой, чтобы, находясь в боевой стойке в положении «в линии» наконечники двух клинков не могли касаться друг друга.
 - 5) После каждого засчитанного как действительный укола (удара) участники возвращаются в положение «К бою» на центр длины поля боя.
 - 6) Если укол (удар) не был засчитан, участники занимают места там, где они находились во время остановки боя.
 - 7) В начале каждого периода и возможно дополнительной минуты, фехтовальщики занимают положение «К бою» в центре длины поля боя.
 - 8) Возвращение в положение «К бою» на дистанции не может повлечь размещение участника, который находился перед этой линией в момент остановки боя за пределы задней границы. Если он уже находился одной ногой за задней линией, он остается на своем месте.

9) В случае, если фехтовальщик пересек боковую границу поля боя, он занимает положение «к бою» на соответствующую дистанцию, даже если при этом фехтовальщик выходит за пределы границы, и это может повлечь присуждения ему штрафного укола.

10) Фехтовальщики занимают положение «К бою» по команде «К бою» («Ан гард»), подаваемой судьей. Затем судья спрашивает: «Готовы?» («Эт ву прэ?»). На утвердительный ответ или на отсутствие отрицательного ответа, он дает сигнал начала боя: «Начинайте!» («Алле!»).

11) Участники должны находиться в правильной позиции «К бою» и сохранять полную неподвижность до команды судьи «Начинайте».

12) В соревнованиях на рапирах и саблях, когда участник должен занять положение «к бою», он не может становиться в положение «в линии».

Начало, остановка и возобновление боя

- Т.18.**
- 1) Бой начинается по команде «Начинайте!». Никакой укол (удар), нанесенный до этой команды, не засчитывается.
 - 2) Бой останавливается командой «Стой!», за исключением случаев, которые изменяют обычные и нормальные условия боя (см. также Т.32).
 - 3) С момента подачи команды «Стой!» участник не может начать нового действия; только уже нанесенный укол (удар) считается действительным. Все, что происходит после этой команды, считается абсолютно недействительным (см. Т.32.1/2).
 - 4) Если один из фехтовальщиков останавливается до команды «Стой!», и ему нанесен укол (удар), то этот укол (удар) считается действительным.
 - 5) Команда «Стой!» подается также в тех случаях, когда бой принимает опасный, беспорядочный или противоречащий Правилам характер, когда один из фехтовальщиков обезоружен, когда один из фехтовальщиков выходит за пределы поля боя или, отступая, приближается к зрителям или судьбе (см. Т.26, Т.54.5, Т.73.4j).
 - 6) Судья может разрешить участнику покинуть поле боя только в исключительном случае. Если же фехтовальщик покинет поле боя без разрешения, к нему могут быть применены наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120.

Ближний бой

- Т.19.** Ближний бой разрешается до тех пор, пока фехтовальщики могут свободно пользоваться своим оружием, а судья в боях на рапирах и саблях имеет возможность продолжать следить за их действиями.

Положение «кор-а-кор»

- Т.20.** 1) Положение «кор-а-кор» имеет место тогда, когда оба противника находятся в соприкосновении; в этом случае судья останавливает бой (см. Т.25, Т.63.1/2/3).

2) В соревнованиях на 3-х видах оружия запрещено умышленно вызывать положение «кор-а-кор», чтобы избежать укола или толкнуть своего противника. В случае такого нарушения судья применяет к виновному участнику наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120 и аннулирует укол, возможно нанесенный виновным фехтовальщиком.

Уклонения – Перемещения и переходы

Т.21. 1) Перемещения и уклонения разрешены, включая и такие, когда невооруженная рука или колено расположенной сзади ноги касается пола.

2) Во время боя запрещено поворачиваться спиной к противнику. В случае такого нарушения судья применяет к виновному участнику наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120 и аннулирует укол, возможно нанесенный виновным фехтовальщиком.

3) В ходе боя, когда участник **полностью** переходит за своего противника, судья должен немедленно подать команду «Стой!» и вернуть участников на места, которые они занимали до перехода.

4) При обмене уколами во время такого перехода немедленно нанесенный укол засчитывается; укол, нанесенный после перехода фехтовальщиком, совершившим этот переход, аннулируется, но немедленно нанесенный укол участнику, даже во время поворота, на которого была произведена атака засчитывается.

5) Если во время боя фехтовальщику, выполнившему атаку броском, зарегистрирован укол, а он вышел за пределы поля боя на расстояние, достаточное для того, чтобы вырвать шнур из катушки-сматывателя или соединительный с ней шнур, то нанесенный ему укол не аннулируется (см. Т.103).

Закрывание поражаемой поверхности и использование невооруженной руки

Т.22. 1) Использование невооруженной руки, как в действиях нападения, так и в действиях обороны запрещено (статьи т.114, т.117, т.120). В случае такого нарушения укол, нанесенный виновным участником, аннулируется, а к виновному фехтовальщику будут применены санкции 2 группы (красная карточка).

2) При фехтовании на рапирах или саблях спортсмен не должен ни при каких обстоятельствах закрывать или защищать поражаемую поверхность другими частями тела (статьи т.114, т.116, т.120); любой укол/удар, нанесенный виновным фехтовальщиком аннулируется.

а) Если во время фехтовальной фразы фехтовальщик защищает поражаемую поверхность, то к нему применяются санкции 1 группы (см. также т. 49.1., т. 72.2)

б) Если во время фехтовальной фразы, в следствие защиты поражаемой поверхности, укол был нанесен корректно, но был зарегистрирован как недействительный, к

виновному фехтовальщику применяются санкции 1 группы (см. также т. 49.1, т. 72.2.), а судья присудит укол/удар.

3) Ни при каких обстоятельствах во время боя фехтовальщик не должен касаться никакой части электрического оборудования невооруженной рукой (см. Т.114, Т.116, Т.120); любой укол/удар, нанесенный виновным фехтовальщиком аннулируется.

Т.23 1) Если во время боя судья заметит, что один из фехтовальщиков использует невооруженную руку или защищает невооруженной рукой поражаемую поверхность, он может попросить помощи двух нейтральных ассистентов, которые назначаются техническим директором.

2) Эти ассистенты занимают места с одной и другой стороны поля боя и наблюдают за всеми аспектами боя (каждый за одним участником), сигнализируя поднятием руки или отвечая на вопрос судьи об использовании невооруженной руки, или о защите или прикрывании поражаемой поверхности (см. Т.49, Т.72, Т.114, Т.116, Т.120).

3) Судья может также заставить участников поменяться местами для того, чтобы участник, который совершает нарушения, не находился к нему спиной.

Выигранная и потерянная части поля боя

Т.24. По команде «Стой!» выигранная часть поля боя остается занятой до тех пор, пока не будет присужден укол (удар). При возвращении в положение «К бою» оба участника должны отступить на равное расстояние, чтобы восстановить между собой дистанцию (Т.17.3/4).

Т.25. Однако, если бой был остановлен вследствие положения «кор-а-кор», то фехтовальщики занимают положение «К бою» таким образом, чтобы тот, кто не виноват в «кор-а-коре», остался на месте, на котором он находился; так же поступают в случае, когда его противник выполнил атаку броском, даже не войдя в положение «кор-а-кор».

Переход границ

Остановка боя

Т.26. 1) Если участник полностью пересекает одной или обеими ногами одну из боковых границ поля боя, судья должен немедленно дать команду «Стой!»

2) Если фехтовальщик выходит двумя ногами с дорожки, судья должен аннулировать все, что произошло после пересечения этой границы, за исключением укола, полученного фехтовальщиком, перешедшим границу, даже после пересечения, но при условии, что имело место простое немедленное действие.

3) Тем не менее, укол/удар, нанесенный фехтовальщиком, который одной ногой вышел с поля боя, считается действительным, если действие началось до команды «Стой!»

4) Если один из фехтовальщиков двумя ногами выходит за пределы поля боя, то только укол/удар, нанесенный фехтовальщиком, который стоит на дорожке по крайней мере одной ногой, может быть засчитан, причем даже в случае обоюдного укола/удара

Задние границы

Т.27. Если участник полностью пересечет двумя ногами линию задней границы, ему присуждается штрафной укол.

Боковые границы

Т.28. 1) Фехтовальщик, переступивший одну из боковых границ, должен отойти на метр назад от той точки где он покинул дорожку; если он покинул дорожку во время атаки, он должен вернуться на позицию, где он начинал атаку, а затем отступить на метр назад (но см. Т.29.)

2) Если вследствие применения этого наказания фехтовальщик оказывается двумя ногами за задней границей, ему засчитывается укол (удар).

3) Фехтовальщик, который с целью избежать укола (удара), переступает **одной или** двумя ногами одну из границ, **например, проведя атаку броском**, получает наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120.

Случайный выход с дорожки

Т.29. Участник, переступивший одну из границ случайно (например, вследствие толчка), не подлежит наказанию.

Продолжительность боя

Т.30. 1) Под продолжительностью боя следует понимать его фактическую продолжительность, то есть сумму промежутков времени между командами «Начинайте» и «Стой», не принимая во внимание остановки.

2) Продолжительность боя контролируется судьей или хронометристом. Для финалов официальных соревнований ФИЕ, также как и для других боев, при судействе которых применяется хронометр, видимый для зрителей, этот хронометр должен быть расположен таким образом, чтобы его могли видеть участники, находящиеся на поле боя, и судья.

3) Фактическая продолжительность боя:

- в пульках: 5 уколов, максимум 3 минуты;
- в прямом выбывании: 15 уколов, максимум 9 минут, разделенные на 3 периода по 3 минуты, с минутной паузой между двумя периодами;
- в командных соревнованиях: 3 минуты на каждый бой «эстафеты».

Т.31. 1) Участники могут узнавать время, остающееся до конца боя, при остановках боя.

2) Если участник умышленно пытается вызвать или продлить остановки в бою, судья применяет наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120.

- Т.32.**
- 1) По истечении положенного времени, если хронометр соединен с аппаратом (мера обязательная для всех финалов официальных соревнований ФИЕ), он должен дать громкий звуковой сигнал и автоматически блокировать электрофиксатор уколов. Однако сигналы, зарегистрированные до блокировки, должны оставаться на аппарате. Бой считается остановленным по звуковому сигналу.
 - 2) Если хронометр не соединен с аппаратом, хронометрист должен крикнуть «Стой» или включить звуковой сигнал, что останавливает бой, и даже начавшийся укол не засчитывается.
 - 3) В случае неисправности хронометра или ошибки хронометриста, судья сам должен определить время, остающееся до конца боя.
 - 4) В случае использования беспроводной аппаратуры, укол не должен быть засчитан после окончания времени боя, даже если лампа на беспроводной аппаратуре сигнализирует его.

Травмы ил судороги. Снятие участника

- Т.33.**
- 1) В случае травмы **или судороги**, происшедшей в ходе боя и должным образом установленной делегатом **Медицинской комиссии или врачом соревнований**, **предоставляется перерыв максимум в 10 минут**. Время перерыва исчисляется от момента вынесения решения врачом. Перерыв предоставляется строго для медицинской помощи, для которой бой был остановлен и **должен быть строго использован для лечения травмы или судороги, которой он был вызван**. До или после истечения времени этого десятиминутного перерыва, если врач констатирует неспособность участника возобновить бой, он решает отстранить участника от личных соревнований или заменить его, если это возможно, в командных соревнованиях (см. О.44.11.а/б).
 - 2) В течение того же дня новый перерыв может быть предоставлен только в случае новой травмы, отличной от предыдущей.
 - 3) В случае неоправданной остановки боя (что должным образом устанавливается делегатом Медицинской комиссии или врачом соревнований) судья применяет к виновному участнику наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.117, Т.120.
 - 4) В командных соревнованиях участник, которого врач соревнований посчитал неспособным возобновить бой, может, тем не менее, после решения того же врача участвовать в последующих встречах этого же дня.
 - 5) Технический директорат может изменить очередность боев в **пульке** для того, чтобы обеспечить нормальное проведение соревнований (см. О.16.1).

Глава 6. СУДЕЙСТВО И ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ (УДАРОВ)

Т.34. 1) Согласие выступать в качестве судьи или ассистента влечет за собой обязательство чести, соблюдать и требовать соблюдения правил, а также выполнять свои функции с предельной беспристрастностью и пристальным вниманием.

2) Арбитры не могут совмещать свои функции ни с какой другой деятельностью во время соревнований, а именно: быть членом технического директората, капитаном команды, официальным представителем федерации, тренером и так далее.

Судьи

Т.35. 1) Все фехтовальные бои официальных соревнований ФИЕ проводит судья, имеющий лицензию ФИЕ, действительную на текущий сезон. В практических целях, судьи, имеющие национальную категорию и являющиеся кандидатами на сдачу экзамена на получение категории международного судьи ФИЕ и оплатили это, могут судить турниры спутники.

2) В обязанности судьи входит:

а) вызов участников (см. Т.86.1; т. 86.5/6);

б) руководство боем;

в) проверка оружия, одежды участников и снаряжения перед началом каждого боя, в соответствии с предписаниями, указанными ниже;

г) наблюдение за правильной работой аппарата. По своей инициативе или по просьбе капитана команды или участника судья проводит испытания для проверки или установления места возможной неисправности; не разрешает участникам мешать проверке, отключая или включая оружие;

д) наблюдение за ассистентами, хронометристами, секретарями и др.;

е) перемещаться таким образом, чтобы иметь возможность следить за боем и за зажиганием ламп аппарата;

ж) выносить наказания за нарушения (см. Т.96.2);

з) присуждать уколы (удары) (см. Т.40);

и) поддерживать порядок (см. Т.96.1/2/3/4);

к) консультироваться с экспертами по электросигнализации каждый раз, когда он считает это нужным (см. О.7).

Судьи-ассистенты

Т.36. 1) Судья выполняет свои обязанности при помощи автоматического электрофиксатора уколов и, возможно, с помощью двух ассистентов, следящих за использованием

невооруженной руки, закрыванием поражаемой поверхности, уколами, нанесенными в пол при фехтовании на шпагах, выходами за боковые и заднюю границы поля боя и за всеми другими нарушениями, предусмотренными Правилами (см. Т. 120).

2) Судьи-ассистенты обязательны для всех личных финалов (4) и для финала командных соревнований (2) команды.

3) Ассистенты располагаются с каждой стороны от судьи на противоположных концах поля боя, они следят за общим ходом боя.

4) Ассистенты должны меняться сторонами после каждого периода в боях тура прямого выбывания и после каждого боя в командной встрече, для того чтобы не наблюдать все время за одним и тем же участником.

Назначения судей и консультантов видео.

Олимпийские игры и чемпионаты мира

Т.37. Всякий раз, при использовании видео-судейства, должны быть назначены консультанты видео, которые должны наблюдать за матчем в живую, а в последствии, случае возникновения необходимости на экране видео, и взаимодействовать с судьей, как определено в Т.42.3

Консультант видео должен:

а) быть судьей с лицензией ФИЕ на текущий год

б) быть обученным для помощи по видео

в) иметь различную национальность с фехтовальщиками на дорожке

г) иметь различную национальность с главным судьей

Личные соревнования.

1) Для тура пулек и тура прямого выбывания судьи назначаются судьейскими делегатами посредством жеребьевки.

2) Для тура пулек, судья не должен быть одной национальности с участниками

3) Для тура прямого выбывания по каждому виду оружия судьейские делегаты составляют список лучших из присутствующих судей на каждом виде оружия (в соответствии с их квалификацией, полученной во время сезона)

Для каждой четверти таблицы 4 судей назначаются путем жеребьевки среди, по крайней мере, 4-5 судей для каждой четверти таблицы. Судьи должны быть другой национальности, чем фехтовальщики, участвующие в четверти таблицы. Затем из списка, по крайней мере, 4-5 судей путем жеребьевки назначаются видео-консультанты.

Эти судьи назначаются для каждой четверти таблицы, чтобы судить бои в порядке, предусмотренном этой таблицей.

4) По окончании каждого тура судейские делегаты могут предложить отстранить судью, судейство которого может оказаться неудовлетворительным. Решение принимается большинством присутствующих судейских делегатов. Однако судья не может быть заменен в ходе боя, кроме исключительного случая. В этом случае мотивированное решение принимается **большинством присутствующих** судейских делегатов (это правило применяется и для командных соревнований).

5) Для финала 4, судейские делегаты сразу же после окончания тура прямого выбывания выбирает с помощью жеребьевки 4 судей из, **по крайней мере, 4-5**, которые должны быть другой национальности, чем участвующие в финале фехтовальщики.

За **15 минут** до начала финала, судейский делегат с помощью жеребьевки назначает судей на **все бои сразу** следующем порядке: **1-ый полуфинал, 2-ой полуфинал**.

Сразу по окончании полуфиналов судейские делегаты устанавливают список из **4-5 судей**, и путем жеребьевки назначают судью и видео-консультанта для финала, так же как и судью и видео-консультанта для боя за **3-е место (ОИ)**.

6) Жеребьевка всех соревнований, вплоть до финала осуществляется компьютером. Компьютерная программа должна записывать каждый этап жеребьевки, что бы было возможно узнать какие судьи были представлены в каждой жеребьевке. Компьютерная программа так же должна быть в состоянии указать была ли жеребьевка для какого-либо раунда впоследствии переделана.

7) В соответствии с пунктами Т.37.2 и Т.37.3 определение видео-консультанта должно быть сделано путем жеребьевки с помощью компьютерной программы. Имя и национальность видео-консультанта так же должно быть написано в протоколе пульки или боя, рядом с данными судьи.

Командные соревнования

Т.38. Те же правила, которые указаны в пункте т.37 3), 4), 5) и 6) применяются и командным соревнованиям, двое судей на встречу

Соревнования Кубка мира

Т.39. Правила предыдущих статей Т.37 и Т.38 применяются техническим директором. Для финалов это делается при содействии судейского делегата ФИЕ.

Метод присуждения уколов

Способ нанесения укола (удара)

Т.40. 1) Факт нанесения укола определяется в соответствии с показаниями аппарата, и при необходимости, после консультации с судьями-ассистентами (см. т 36).

2) Только показания ламп электрофиксатора, или ламп дублирования сигналов, действительны для оценки укола. Ни в коем случае судья не может засчитать укол фехтовальщику, если аппарат не зарегистрировал укол (исключение составляют случаи, предусмотренные Правилами, см. Т.49.1 или штрафные уколы).

Т.41. Однако судья обязан аннулировать укол, зафиксированный аппаратом, в случаях, предусмотренных для каждого вида оружия (см. Т.53 , Т.66 , Т.73).

Действительность или приоритет укола (удара)

Т.42. 1) После остановки боя, судья кратко анализирует действия, из которых состояла последняя фехтовальная фраза.

2) После констатации факта нанесения укола судья в соответствии с Правилами решает, какому из участников присуждается укол (удар), присуждаются ли уколы (удары) обоим участникам (в соревнованиях на шпагах) или ни один укол (удар) не засчитывается (см. Т.55сс, Т.64сс, Т.74сс).

Видео-судейство

Т.42 3 а) Видео-судейство является обязательным для 3 видов оружия на соревнованиях серии Гран-при, индивидуальных и командных соревнований Кубка мира, Чемпионатов мира, Олимпийских игр, Зональных соревнований и соревнований для отбора на Олимпийские игры. **Не является обязательным для Чемпионатов мира среди ветеранов.**

I) Для личных соревнований Кубка мира, серии Гран-при, зональных Чемпионатов и соревнований для отбора на Олимпийские игры видео-судейство является обязательным, и должно использоваться когда расписание позволяет проведение соревнований только на 4 полях боя; в любом случае система видеосудейства используется начиная с табло 64.

II) Для командных соревнований кубка мира использование системы видео-судейства является обязательным и должно использоваться когда расписание позволяет проведение соревнований только на 4 полях боя, включая встречу за 3 место, за исключением прочих встреч по определению мест.

III) Для личных и командных соревнований Чемпионатов мира среди взрослых, использование системы видео-судейства является обязательным и должно использоваться когда расписание позволяет проведение соревнований максимум на 8 полях боя, оборудованных для системы видео-судейства.

IV) Для индивидуальных соревнований Чемпионатов мира среди юниоров и кадетов использование системы видео-судейства является обязательным и должно использоваться когда расписание позволяет проведение соревнований максимум на 4 полях боя, оборудованных для системы видео-судейства.

Для командных соревнований на традиционных видах оружия видео-судейство обязательно с табло 16. На шпаге видео-судейство обязательно с табло 8.

V) Для личных и командных соревнований Олимпийских игр система видео-судейства является обязательной для всех видов оружия на всех стадиях соревнований.

б) Апелляция

I) Как в личных так и в командных соревнованиях только фехтовальщик на дорожке имеет право попросить видео повтор:

- в пультке, один раз в каждом бою;
- два раза в туре прямого выбывания;

Если арбитр согласился с фехтовальщиком, который обращался за видео повтором, то за фехтовальщиком остается право на апелляцию.

II) в командных соревнованиях, фехтовальщики имеют возможность один раз за бой обратиться к видео повтору и если судья согласился с апелляцией, то это право сохраняется.

III) Когда фехтовальщик обратился к судье с просьбой о видео повторе, судья вместе с видео-консультантом смотрят видео и после консультации судья выносит окончательное решение.

в) Должно иметь место максимум 4 повторения действий. Судья может выбрать просматривать ли действие в реальном времени или в замедленном повторе (в любой скорости, которой он пожелает).

г) Каждый раз, на всех видах оружия перед принятием решения судья может консультироваться со своим монитором.

д) В конце боя и в случае равного счета, для определения решающего укола/удара судья обязан использовать систему видео-судейства прежде чем объявить свое решение, кроме случая, определенного в статье Т.42.3

е) В любой момент у видео-консультанта есть возможность попросить арбитра посмотреть видео повтор.

ж) Судья вместе с видео-консультантом может проанализировать действие если это:

- инициатива судьи
- просьба спортсмена
- в случае равного счета, при решающем уколе
- просьба видео-консультанта

Вынесенное судьей решение является окончательным, а видео повтор за это же действие не может быть потребованным.

T.42 4 Судья использует следующие жесты:

К бою!
(Ан гард!)



Чтобы фехтовальщики заняли положение «К бою»!

Готовы?
(Пре(т) ?)



Чтобы узнать о готовности фехтовальщиков к бою

Начинайте!
(Алле) !

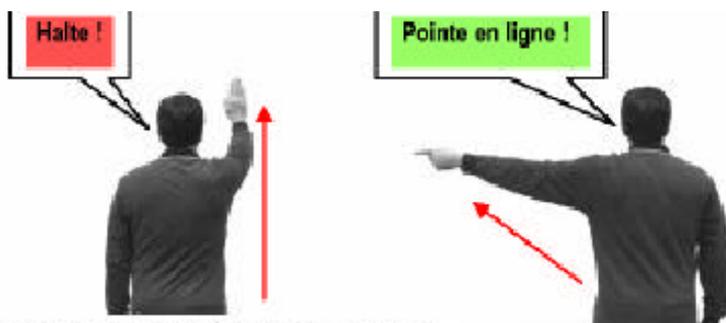


Чтобы начать или возобновить бой

6

Стой!
(Альт!)

Положение в линию!
(Пуант ан линь!)



Pour arrêter le combat avant une touche, en raison de l'escrimeur à droite de l'arbitre. Sans enlever la main s'il y a une touche valable ou non valable.

Position de pointe en ligne de la droite vers l'escrimeur à gauche.

Чтобы остановить бой до присуждения укола.
(Если укол присуждается бойцу справа, поднимается правая рука.
Если укол присуждается бойцу слева, поднимается левая рука)

«Положение в линию» спортсмена, находящегося справа от судьи

Атака!
Аре!
Контратака!/
Ремиз!
(Атак!/Аре
Контр-атак!/
Ремиз!/)

Укол (удар)
(Туше!)

Очко присуждено
(Пуан!)



Attaque ou Arrêt (contre-attaque) de l'escrimeur à droite de l'arbitre.

L'escrimeur à gauche de l'arbitre est déclaré touché

1 point pour l'escrimeur à droite de l'arbitre.

Атака
Контратака,

Укол (удар)
присуждается

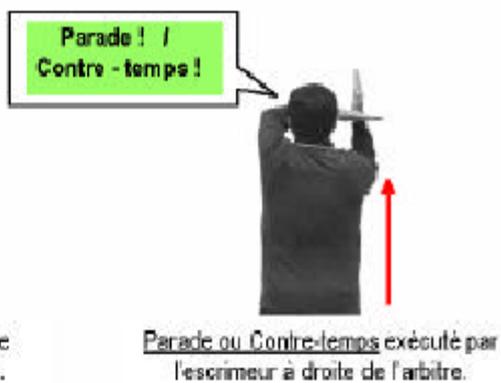
Одно очко фехтовальщику
справа

Повторная атака справа

фехтовальщику
слева

Недействительный!
(Нон валябль!)

Парад! / Контр-темп!
(Парад! / Контр-темп!)

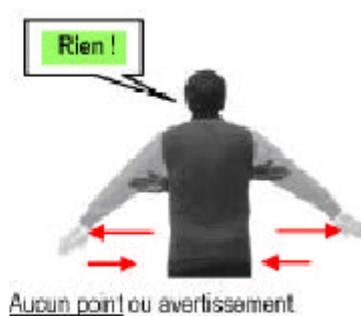
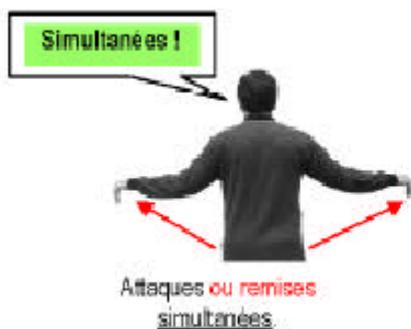


Недействительный укол
фехтовальщику,
находящимся слева
от судьи

Парад или контр-темп,
выполненный фехтовальщиком,
находящимся справа от судьи.

Одновременные атаки!
(Симюльтане)!

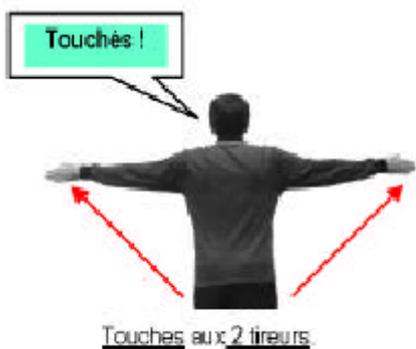
Никому!
(Рьен)!



Одновременные атаки,
повторные атаки или
продолжение

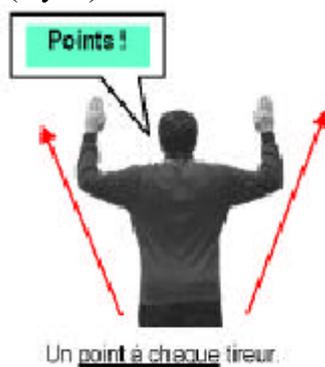
Очко не присуждается,
предупреждение
не выносятся

Обоюдные уколы !
(Туше)!



Уколы нанесли
оба фехтовальщика

Очко обоим фехтовальщикам!
(Пуан)!



Очко присуждается
обоим фехтовальщикам

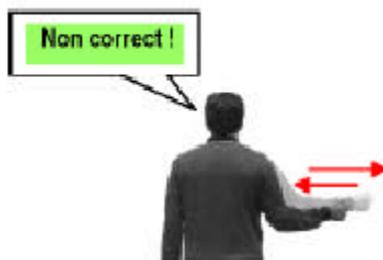
Нет!
(Нон)!



Offensive de l'escrimeur à droite de l'arbitre :
trop courte et qui ne touche pas.

Действия
фехтовальщика,
находящегося справа от
судьи не достигли цели.

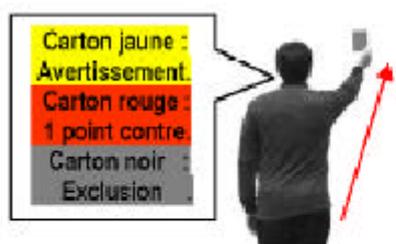
Неправильно!
(Нон коре)!



Attaque ou riposte incorrecte de l'escrimeur à droite de
l'arbitre : raccourcie le bras armé ou enlève la pointe.

Подготовка или сближение
фехтовальщика, находящегося справа от судьи.

Желтая карточка:
предупреждение.
Красная карточка:
штрафной укол.
Черная карточка:
исключение из соревнований
(Картон жон:
авертиссемен.
Картон руж:
Ан пуант контр.
Картон нуар:
эксклюзьен



Par mimétisme, l'arbitre indique la Faute de l'escrimeur à droite et il présente le Carton correspondant à la Sanction concernée



Vainqueur : à la fin du match ou de la rencontre l'arbitre doit annoncer le vainqueur et score. Les tireurs seront au milieu de la piste

Победитель: (имя) затем (счет)
(Ванкер: (ном) пар (скор)

Арбитр наказывает фехтовальщика,
Находящегося справа.

В конце каждого боя или каждой встречи арбитр объявляет победителя и счет. Победил фехтовальщик, находящийся справа от арбитра
Фехтовальщики должны находиться на линии начала поля боя

Снаряжение, соответствующее Правилам. Контроль снаряжения судьей

Т.43. 1) Перед началом каждой пульки, каждой командной встречи или каждого боя прямого выбывания судья должен собрать участников для того, чтобы проверить: (см. т. 35.2)

а) в соревнованиях во всех видах оружия, что снаряжение участника имеет предусмотренные правилами марки ФИЕ (одежда, маски);

б) в соревнованиях на рапирах токопроводящая куртка должна полностью соответствовать ст. М.28, когда фехтовальщик находится в различных положениях: стоя, «к бою», на выпаде;

в) в соревнованиях на шпагах куртка должна соответствовать правилам; материал, из которой сделана одежда, не должна иметь слишком скользкой поверхности;

г) в соревнованиях на саблях, токопроводящая куртка должна полностью соответствовать статье М.34, когда фехтовальщик находится в различных положениях: стоя, к бою, на выпаде;

д) в соревнованиях во всех видах оружия, каждый участник обязан надевать под куртку защитный набочник соответствующий Правилам с сопротивлением в 800 ньютонов.

е) во всех трех видах оружия спортсмен не должен иметь никакого электронного оборудования, которое бы позволило любому человеку вне дорожки общаться со спортсменом во время боя.

В турах пулек проверка должна быть сделана в момент переключки участников

В турах прямого выбывания и финале данная проверка должна быть осуществлена в комнате вызова.

Организаторы всех официальных соревнований ФИЕ (среди юниоров и взрослых) обязаны предусмотреть комнату вызова.

2) Для боев прямого выбывания и финалов Чемпионата мира и Олимпийских игр и для финалов Кубка мира оба участника каждого боя должны явиться за 30 минут до выхода на поле боя в комнату вызова (к месту проверки экипировки), расположенную рядом с полем боя. Их снаряжение проверяется под наблюдением представителя Комиссии СЕМИ (или эксперта, назначенного для финалов соревнований на Кубок мира). Если констатируется неисправность, дефектное снаряжение сразу же заменяется. Наказаний при этом не выносятся. Делегат Комиссии СЕМИ вручает прошедшие контроль личные шнуры, маски и оружие судье, назначенному на этот бой. За 10 минут до выхода на поле боя участники подходят к судье. Судья вручает в зоне входа личный шнур каждому участнику. Он проверяет наличие у участников соответствующего Правилам защитного набочника.

3) До момента выхода на поле боя судья и участники находятся вместе в зоне входа. За минуту до выхода на поле боя судья вручает оружие каждому участнику, чтобы подключить к нему личный шнур. Никакого предварительного контроля на поле боя не осуществляется

4) Организаторы соревнований должны предусмотреть место ожидания, где возможна разминка спортсменов во время процедуры контроля.

Т.44. 1) Кроме мер по контролю, указанных выше, судья боя в любой момент по собственному желанию, по просьбе участника или капитана команды может лично провести контроль, или проверить уже осуществленные меры контроля, а также осуществить или предложить осуществить новые меры по контролю (см. т. 35).

2) Во всех случаях перед началом боя он должен установить наличие марок гарантии безопасности на одежде, клинке и маске участника, изолирование проводков внутри гарды и сопротивление пружины наконечников у рапир и шпаг в соответствие с правилами. Контроль изолирования проводков и сопротивление пружины наконечника повторяется при каждой замене оружия. **Во всех трех видах оружия, он будет проверять, не оснащен ли спортсмен электронным коммуникационным оборудованием, которое бы позволило человеку вне дорожки общаться со спортсменом.**

3) У шпаги он должен проверить общий и остаточный ход головки наконечника:

– **Общий ход** – посредством введения между стаканом наконечника и головкой наконечника щупом толщиной в 1,5 мм. Щуп, предоставляемый организационным комитетом, может иметь допуск $\pm 0,05$ мм (например: 1,45 мм – 1,55 мм);

– **Остаточный ход** – посредством введения между стаканом и головкой наконечника щупа в 0,50 мм; нажатие на головку наконечника не должно вызывать включения аппарата. Щуп, предоставляемый организационным Комитетом, может иметь допуск $+ 0,05$ мм например: 0,45 мм – 0,55 мм).

4) Информацию об эталоне см М.11.3, М.19.3, М.42.2. г

5) В начале каждого боя судья кладет запасное проверенное оборудование рядом с концом дорожки, где будет фехтовать спортсмен.

Снаряжение, не соответствующее правилам

Т.45. Каковы бы ни были обстоятельства, в которых оказался фехтовальщик на поле боя, с оружием и снаряжением, несоответствующими правилам (см. М.8, М.9, М.12, М.13, М.16, М.17, М.23) или имеющими какие-либо неисправности, это оружие или снаряжение немедленно отбираются и передаются для контроля экспертам, работающим на данном соревновании. Это снаряжение или оружие возвращаются владельцу только после принятия мер, которые вызваны этой проверкой и, в случае необходимости, оплаты расходов по ремонту. Перед вторичным использованием этого снаряжения оно должно быть проверено вновь.

1) Если фехтовальщик выходит на поле боя:

- либо только с одним оружием, соответствующим правилам (см. Т.86.1/2);
- либо только с одним соответствующим правилам личным шнуром;
- либо только с одним соответствующим правилам шнуром для маски;
- либо с неработающим или не соответствующим правилам оружием или личным шнуром,
- либо без защитного набочника (см. Т.43.1.),
- либо в токопроводящей куртке, которая не покрывает полностью поражаемую поверхность,
- либо в одежде, не соответствующей правилам,

судья выносит ему наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120 (1-я группа).

2) Если во время боя установлена неисправность оружия или снаряжения, которая могла произойти во время боя, например:

- токопроводящая куртка имеет отверстия, уколы в которые не регистрируются как действительные;
- личный шнур или оружие не работают;
- сопротивление пружины становится недостаточным;
- ход головки наконечника больше не соответствует правилам;

судья не делает предупреждения и не выносит наказаний фехтовальщику. Однако действительно нанесенный укол (удар) с помощью экипировки, ставшей неисправным, засчитывается.

Тем не менее, даже во время боя, у любого фехтовальщика, который находится в положение «к бою» и готов начать бой, если его оружие превышает допустимый изгиб (см. М.8.6, М.16.2, М.23.4.), к нему будут применяться санкции первой группы и он будет наказан в соответствии с Пунктами Т.114, Т.116 и Т.120

3) а) Если во время выхода на поле боя или во время боя устанавливается, что используемое фехтовальщиком снаряжение:

I) не имеет отметки предварительного контроля, судья:

– аннулирует последний укол, возможно, нанесенный виновным фехтовальщиком;

– выносит ему наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.117, Т.120.

II) не соответствует правилам в части, невозможной для проверки при предварительном контроле:

- судья выносит виновному фехтовальщику наказания, предусмотренные ст. Т.114., Т.116, Т.120.

III) было принято предварительным контролем, но имеет несоответствия, которые могли произойти из-за преднамеренно внесенных изменений;

IV) имеет отметки предварительного контроля, которые были подделаны или переставлены;

V) было преднамеренно изменено (не по случайной причине и не в связи с условиями боя) так, что не прошло бы предварительный контроль;

VI) сделано таким образом, чтобы позволять произвольно вызывать регистрацию уколов или бездействие аппарата;

VII) оснащено электронным коммуникационным оборудованием, позволяющим лицу вне дорожки общаться со спортсменом во время боя.

То:

- В случаях (III), (V), (VI) и (VII) судья должен немедленно изъять снаряжение (оружие, личный шнур, токопроводящую куртку и маску) и обязать эксперта, обслуживающего данное соревнование, проверить его.

б) После получения мнения эксперта (члена Комиссии СЕМИ на чемпионатах мира и олимпийских играх), констатировавшего факт нарушения (см. М.33), судья применяет следующие наказания, не исключаящие применения статьи Т.96.2/4:

- В случаях (III), (V), (VI) и (VII) судья должен наказать спортсмена как предписано за нарушения 4-ой группы (см Т.114, Т.119, Т.120).

в) В ожидании решения судья останавливает этот бой, но другие бои пульки могут продолжаться.

4) Каждый фехтовальщик обязан выйти на дорожку в одежде, соответствующей нижеследующим правилам:

а) **имя и национальность**, в соответствии с правилами, на спине нагруднике нагрудника (курточки) (применяется – во всех официальных соревнованиях ФИЕ, все стадии)

б) носить национальную форму (см. М.25.3). Применяется на:

I) Чемпионатах мира среди взрослых, юниоров и кадетов во время всех схваток (в пулке, в туре прямого выбывания, в командных встречах);

II) Личные Кубки мира среди взрослых, все бои тура прямого выбывания начиная с табло 64 и далее;

III) Соревнования командного Кубка мира, все схватки во всех встречах

В случае нарушения правил:

- Для соревнований, указанных в вышеуказанных пунктах I) и III), судья отстранит виновного фехтовальщика и он не сможет больше участвовать в данных соревнованиях

- Для соревнований, указанных в вышеуказанном пункте II), судья оштрафует фехтовальщика (красная карточка) (пункт Т.114, Т.117, Т.120, вторая группа). Виновный фехтовальщик остается на дорожке и фехтует текущей бой

Такое же наказание применяется за отсутствие фамилии и национальности, в соответствии с правилами, на спине фехтовальной куртки на соревнованиях Кубка мира среди юниоров, личных соревнованиях Кубков мира среди взрослых до табло 64 и Зональных чемпионатах.

5) В случае, если электрокуртка не соответствует правилам, фехтовальщик обязан заменить ее не запасную, которая соответствует правилам. В случае, если на этой электрокуртке нет ни фамилии, ни национальности, до начала следующей стадии соревнований (с тура пулек до табло 64, табло 32 и т.д.) фехтовальщик обязан нанести на нее свою фамилию и национальность.

В случае, если это не будет исполнено и за исключением форс мажорных обстоятельств, судья отстраняет фехтовальщика от участия в соревнованиях.

Часть 2. РАПИРА

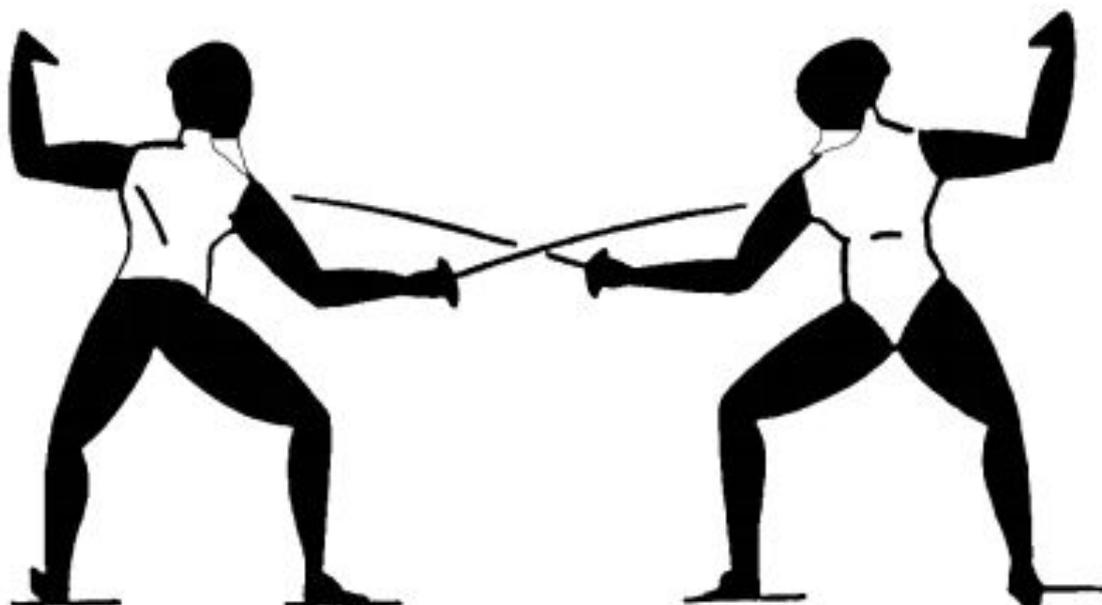
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ

- Т.46.** 1) Рапира является только колющим оружием. Действия нападения в этом виде оружия выполняются только острием.
- 2) В течение боя между командами «Начинайте» и «Стой» строго запрещено утыкать или волочить конец оружия по токопроводящей дорожке. Запрещено также в любое время выпрямлять оружие на дорожке. Любое нарушение наказывается в соответствии со статьями Т.114, Т.116, Т.120.

ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ

Границы поражаемой поверхности

- Т.47.** 1) В фехтовании на рапирах засчитываются только уколы, нанесенные в поверхность, называемую поражаемой
- 2) Поражаемая поверхность исключает конечности и голову. Она ограничена сверху краем воротника, который отстоит не менее чем на 6 см вверх от верхушек ключиц; с боков швами рукавов, которые должны проходить через головки плечевого сустава, внизу, следуя линии, проходящей горизонтально по спине через верхушки тазобедренных костей, и которая соединяет их прямыми линиями с точкой сгиба ног в паху (см. рис.). поражаемая поверхность также включает часть язычка маски, расположенной ниже горизонтальной линии на 1,5 – 2 см ниже подбородка, и которая ни в коем случае не может быть ниже линии плеч



Поражаемая поверхность в фехтовании на рапирах.

Непоражаемая поверхность

- Т.48.** Укол, нанесенный не в поражаемую поверхность (будь то прямо или вследствие защиты), не считается действительным уколом(см. Т.49).

Расширение поражаемой поверхности

- Т.49.** 1) Уколы, нанесенные не в поражаемую поверхность, могут быть, однако, зачтены как действительные, если фехтовальщик вследствие неправильного положения заменяет поражаемую поверхность на эту не поражаемую поверхность.
- 2) Судья может спрашивать об этом судей-ассистентов, но он сам решает, считать ли укол действительным или нет.

ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ

- Т.50.** Соревнования на рапирах судятся с помощью электрофиксатора, регистрирующего уколы.

ФАКТ НАНЕСЕНИЯ УКОЛА

- Т.51.** Для того чтобы судить о факте нанесения укола, во внимание принимаются только показания электрофиксатора. Ни в коем случае судья не может присудить участнику укол, если электрофиксатор не зарегистрировал его должным образом (исключения составляют случаи, предусмотренные Правилами, см. Т.49.1 или штрафные уколы).

- Т.52.** При использовании аппарата следует иметь в виду:

- а)** Если нанесен недействительный укол, аппарат не должен регистрировать действительный укол, возможно нанесенный с той же стороны.
- б)** Аппарат не указывает на временной приоритет между двумя или несколькими уколами, которые он фиксирует одновременно.

АННУЛИРОВАНИЕ УКОЛА

- Т.53.** 1) Судья не должен принимать во внимание сигналы, зафиксированные вследствие уколов:

- нанесенных до команды «Начинайте» или после команды «Стой» (см. Т.18.1/3);
- нанесенных в какие-либо предметы, но не в противника или в его снаряжение (см. Т.41).

2) Фехтовальщик, который умышленно вызывает сигнал, нанося укол в пол или в какую-либо поверхность вне своего противника, подвергается наказаниям, предусмотренным статьями Т.114., Т.117, Т.120.

3) Фехтовальщикам запрещено прижимать неизолированную часть своего оружия к токопроводящей куртке для того, чтобы вызвать блокирование цепи аппарата и избежать таким образом получения укола.

Если такое нарушение совершено, судья применяет к виновному участнику наказания, предусмотренные статьями Т.114., Т.116 Т.120. Укол, возможно нанесенный виновным участником, аннулируется.

Т.54. 1) Однако судья должен учитывать возможные неисправности электроснаряжения, а именно:

а) он должен аннулировать укол, который был им присужден в связи с тем, что аппарат зафиксировал укол в поражаемую поверхность (цветная лампа), если он констатирует на основе проб, проделанных под его внимательным наблюдением, до какого бы то ни было действительного возобновления боя (команда «Начинайте») и также без внесения изменений в используемое снаряжение (см. Т.35.2), что:

– сигнал «действительный», участнику, которому присужден укол, вызывается без фактического нанесения действительного укола;

– недействительный укол, нанесенный участником, которому присужден укол, не регистрируется электрофиксатором;

– действительный укол, нанесенный участником, которому присужден укол, не вызывает никаких сигналов аппарата, ни «действительных», ни «недействительных»;

– сигналы, вызванные участником, которому присужден укол, не остаются зафиксированными на аппарате.

б) Когда судья считает, что укол, нанесенный противником имеет приоритет, никакого аннулирования не следует, если будет установлено, что действительный укол, нанесенный другим фехтовальщиком, регистрируется, как «недействительный», или если оружие участника, которому присужден укол, дает постоянно недействительные сигналы.

2) Судья должен также применять следующие правила:

а) лишь последний укол, предшествующий констатации неисправности, может быть аннулирован;

б) участник, который без разрешения судьи внес изменения или сменил свое снаряжение до того, как судья вынес решение, теряет всякое право на аннулирование (см. Т.35.2);

в) если имелось действительное возобновление боя, фехтовальщик не может больше требовать аннулирования укола, присужденного ему перед этим возобновлением боя;

г) месторасположение неисправности, установленной в аппаратуре (включая и снаряжение самих участников), не имеет значения для этого возможного аннулирования;

д) нет необходимости в том, чтобы установленная неисправность повторялась при каждой пробе; однако нужно, чтобы эта неисправность была констатирована судьей без всякого сомнения по крайней мере один раз в ходе проб, сделанных им самим или под его руководством;

е) факт поломки клинка фехтовальщика, которому зарегистрирован укол, является основанием для аннулирования нанесенного ему противником укола, за исключением случая, когда поломка произошла явно после регистрации укола;

ж) судья должен быть исключительно внимателен к уколам, которые не были зарегистрированы или были зарегистрированы аппаратом неправильно. В случае повторения этих неисправностей он должен обратиться к присутствующему члену Комиссии СЕМИ или к техническому эксперту соревнований для того, чтобы проверить, соответствует ли оборудование Правилам.

з) Судья должен следить за тем, чтобы ничто не было изменено ни в снаряжении участника, ни во всем электрооборудовании до контроля, который будет проведен экспертом.

3) Во всех случаях, когда проверка окажется невозможной из-за непредвиденных обстоятельств, укол рассматривается как «сомнительный» и должен быть аннулирован.

4) Если на аппарате сигналы поданы одновременно с двух сторон, и судья не может с уверенностью установить приоритет, он должен вновь поставить участников в положение «К бою».

5) Применяя основное правило (см. Т.18.5), даже в случае, когда нет зарегистрированных сигналов, судья должен остановить бой, как только он становится беспорядочным, и он больше не может анализировать фехтовальную фразу.

6) Судья должен также следить за состоянием токопроводящей дорожки. Он не должен допускать ведения или продолжения боя, если токопроводящая дорожка имеет отверстия, которые могут вызвать неправильную регистрацию (организаторы должны принять необходимые меры, чтобы быстро отремонтировать или заменить токопроводящую дорожку).

ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ ИЛИ ПРИОРИТЕТ УКОЛА

Предварительное замечание

Т.55. Только судья должен решать вопрос о действительности или приоритете укола, применяя принципы, указанные ниже, и которые относятся только к соревнованиям на рапирах.

Соблюдение фехтовальной фразы

Т.56. 1) Любая атака, то есть любое инициативное действие нападения, выполненная правильно, должна быть парирована или полностью избегнута, и тогда фехтовальная фраза должна быть продолжена, то есть соблюдена (см. Т.7.1).

2) Чтобы судить о правильности атаки, следует учитывать, что:

а) Простая атака (прямая или непрямая) (см. Т.8.1) выполнена правильно, когда выпрямление руки с острием, угрожающим поражаемой поверхности, предшествует началу выпада или броска.

б) Сложная атака (см. Т.8.1.) выполнена правильно, когда рука, выпрямляясь в первом финте с острием, угрожающим поражаемой поверхности, не берется на себя во время выполнения последующих движений атаки и начала выпада или броска.

в) Атака с шагом вперед-выпадом или с шагом вперед-броском выполнена правильно, когда выпрямление руки предшествует окончанию шага и началу выпада или броска.

г) Простое или сложное действие, шаг или финт, выполненные с взятием руки на себя, считаются не атакой, а подготовкой и позволяют противнику начать атакующие или защитные/контратакующие (см. Т.8.1/3) действия.

3) Чтобы судить о приоритете атаки в фехтовальной фразе, следует учитывать, что:

а) Если атака начата в момент, когда противник не находится в положении «острие в линии» (см. Т.10), она может быть выполнена или уколом прямо, или переводом, или переносом, или же с предварительными батманом или эффективными финтами, которые заставляют противника взять защиту.

б) Если атака начата в момент, когда противник находится в положении «острие в линии» (см. Т.10), атакующий должен сначала отвести оружие противника. Судьи должны быть внимательны к тому, чтобы простое прикосновение к клинку не считалось достаточным, чтобы отвести оружие противника (см. Т.60.5.а).

в) Если атакующий, пытаясь отвести оружие противника, не находит его клинок (из-за «деробемана» – убирания клинка от действия на оружие), приоритет переходит к его противнику.

г) Непрерывные шаги вперед, с пересечением ног, считается подготовкой и на эту подготовку любая простая атака имеет приоритет.

4) Атаки с действие на оружие:

а) При исполнении атаки с действием на оружие, атака считается правильной и сохраняет приоритет если действие сделано на слабую часть клинка соперника, то есть на две последние трети клинка от гарды.

б) При исполнении атаки с действие на оружие, если действие сделано в сильную часть клинка соперника, то есть в первую треть клинка от гарды, атака считается выполненной не правильно, а действие дает право противнику на немедленный ответ.

- Т.57.** Защита дает право на ответ: простой ответ может быть прямым или непрямым, но для того, чтобы аннулировать все последующие действия атакующего, он должен быть выполнен немедленно, без колебаний или остановки во времени.
- Т.58.** В сложной атаке, если противник находит оружие атакующего в одном из его финтов, он получает право на ответ.
- Т.59.** При сложных атаках противник имеет право на контратаку; но для того, чтобы быть действительным, контратака должна предшествовать финалу атаки на фехтовальный темп, то есть должна достигнуть цели раньше, чем атакующий начнет последнее движение финала атаки.

Судейство

- Т.60.** Применяя эти основные условия для фехтования на рапирах, судья должен действовать следующим образом:

- 1) Если в фехтовальной фразе оба участника получили уколы одновременно, то имеют место или одновременное действие или обоюдный укол.
- 2) Одновременные действия является следствием одновременных намерений и выполнений атак обоими фехтовальщиками; в этом случае нанесенные обоими фехтовальщиками уколы аннулируются, даже если один из них нанес укол в не поражаемую поверхность.
- 3) Обоюдный укол является следствием ошибочного действия одного из участников.

Следовательно, если нет фехтовального темпа между двумя уколами, то:

4) Лишь атакуемому засчитывается укол:

- а) если он выполнял простую прямую контратаку на простую атаку;
- б) если вместо того, чтобы взять защиту, он пытался уклониться, но это ему не удается;
- в) если после взятой защиты был момент остановки, который дает право противнику возобновить свою атаку (повторная атака, ремиз или возобновление (реприз) атаки);
- г) если на сложную атаку он выполняет контратаку, не получив преимущества на «фехтовальный темп»;
- д) если, находясь в положении «острие в линии» (см. Т.10) после батмана или действия на оружие, которые отводят его клинок, он колет или возвращает свой клинок в положение «острие в линии» вместо того, чтобы парировать укол, прямо наносимый атакующим.

5) Лишь атакующему засчитывается укол:

а) если он начинает действие в момент, когда противник находится в положение «острие в линии», не отведя клинок противника. Судьи должны быть внимательными, чтобы не засчитать простое прикосновение к клинку как достаточное для отведения оружия противника;

б) если он ищет клинок противника, не находит его (потому, что противник убирает клинок от действия на оружие) и продолжает атаку;

в) если в сложной атаке противник находит его клинок, а он продолжает атаку в то время, когда противник немедленно дает ответ;

г) если в сложной атаке есть момент колебания (мгновенной паузы), во время которого противник наносит ему контратаку, а он продолжает свою атаку;

д) если в сложной атаке ему наносится контратака за фехтовальный темп до финала атаки;

е) если он наносит укол ремизом, повторной атакой или возобновлением атаки (репризом), попав в защиту противника, после которой следует немедленный простой ответ, выполненный в один темп и без взятия руки на себя.

б) **Участников возвращают в положение «К бою»** каждый раз, когда судья при обоюдном уколе не может четко определить, с какой стороны совершена ошибка.

Одним из самых трудных случаев для судейства является ситуация, в которой имеется сомнение в том, достаточно ли простая контратака опередила финал сложной атаки. Обычно в этом случае обоюдный укол является следствием одновременной ошибки двух фехтовальщиков, что оправдывает возвращение их в положение «К бою» (ошибка атакующего вследствие нерешительности, медлительности, или недостаточно эффективных финтов; ошибка атакуемого вследствие опоздания или медлительности в контратаке).

Часть 3. ШПАГА

УСЛОВИЯ БОЯ

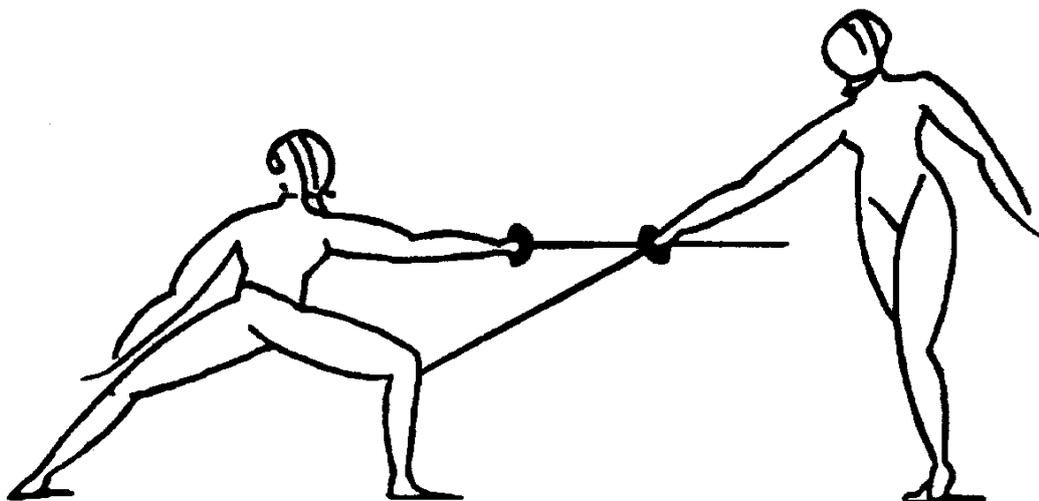
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ

- Т.61.** 1) Шпага является только колющим оружием. Действия нападения этим оружием, следовательно, осуществляются ее острием и только острием.
- 2) Строго запрещено во время боя (между командами «Начинайте» и «Стой») утыкать или волочить наконечник оружия по токопроводящей дорожке. Запрещено также в любое время выпрямлять оружие на дорожке. Каждое нарушение наказывается в соответствии со статьями Т.114, Т.116, Т.120.

ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ

- Т.62.** В фехтовании на шпагах все тело фехтовальщика, включая его одежду и его снаряжение считается поражаемой поверхностью.

Таким образом, засчитывается любой укол независимо от того, какую часть тела (туловище, конечности или голову), костюма или снаряжения, он поразил (см. рис.).



Поражаемая поверхность в фехтовании на шпагах

ПОЛОЖЕНИЕ «КОР-А-КОР» И ФЛЭШЬ АТАКА

- Т.63.** 1) Участник, который делая флэш атаку или решительное продвижение вперед оказывается, даже несколько раз подряд, в положении «кор-а-кор» (без грубости и резкости), не нарушает основных правил фехтования и не совершает никакой ошибки (см. Т.20.1/3,, Т.25).
- 2) Участник, который умышленно вызывает положение «кор-а-кор» с целью избежать укола или который толкает своего противника, подвергается наказаниям, предусмотренным статьями Т. 114, Т. 116, Т. 120.

3) Не следует путать флэш атаку, систематически оканчивающуюся положением «кор-а-кор», о чем идет речь в этой статье, с флэш атакой, оканчивающейся грубым толчком противника, что во всех видах оружия рассматривается как акт умышленной грубости и соответственно наказывается (см. Т.87.2, Т. 120).

4) Напротив, флэш атака, осуществляемая бегом даже за противника и без положения «кор-а-кор», не запрещается: судья не должен подавать команду «Стой» слишком рано, чтобы не аннулировать возможный ответ; если, выполняя эту атаку броском и не нанеся укол противнику, атакующий переходит боковую границу поля боя, он должен быть наказан, как это указано в статье Т.28.3

ПРИСУЖДЕНИЕ УКОЛОВ

Т.64. 1) Судейство соревнований на шпагах ведется с помощью электрофиксатора.

2) Если оба участника получили уколы и аппарат действительно их регистрирует, уколы засчитываются обоим фехтовальщикам.

Основное правило

Т.65. Чтобы судить о факте нанесения укола, во внимание принимаются только показания электрофиксатора. Ни в коем случае судья не может засчитать укол участнику, если электрофиксатор не зарегистрировал его должным образом (исключение составляют случаи штрафные уколы).

Аннулирование уколов

Т.66. 1) Во время боя судья не принимает во внимание уколы, которые, по его мнению, зафиксированные вследствие действий (уколов/сигналов):

– стартовавших до команды «Начинайте» или после команды «Стой» (см. Т.18.1/3).

– вызванных столкновением головок наконечников шпаг или вызванных уколом в часть пола без изоляции;

– нанесенных в какие-либо предметы вне противника и вне его снаряжения (см. Т.36.1, Т.67/е).

2) Фехтовальщик, умышленно нанесший укол в какую-нибудь поверхность вне своего противника, подвергается наказаниям, предусмотренным статьями Т.114, Т.117, Т.120.

Т.67. Судья должен принимать во внимание возможные неисправности электрооборудования и аннулировать последний укол, зарегистрированный при следующих обстоятельствах:

а) если нанесение укола в гарду участника, которому аппарат зафиксировал получение укола, или в токопроводящую дорожку, вызывает сигнал электрофиксатора;

б) если правильный укол, нанесенный участником, которому аппарат зафиксировал получение укола, не вызывает сигнал электрофиксатора;

в) если аппарат дает несвоевременные сигналы со стороны участника, которому зафиксировано получение укола, например, вследствие батмана по оружию, какого-либо движения противника, или вследствие любых других причин, а не действительного укола;

г) если сигнал об уколе, нанесенном участником, которому зафиксировано получение укола, аннулируется уколом, позднее нанесенным противником.

д) Особые случаи:

- Если зарегистрированы обоюдные уколы при наличии одного действительного и одного недействительного (укол, нанесенный вне противника см. Т.66.1, укол, нанесенный после выхода с поля боя см. Т.26 сс), засчитывается только действительный укол.

- Если зарегистрированы обоюдные уколы при наличии одного достоверного укола и одного сомнительного (неполадки в работе электрической аппаратуры), фехтовальщик, нанесший достоверный укол, имеет право согласиться на присуждение обоюдных уколов или на их аннулирование.

Т.68. Судья должен также применять следующие правила для аннулирования уколов:

а) Только последний укол, предшествующий установлению неисправности, может быть аннулирован и только в том случае, если участник, которому зафиксировано получение укола, оказался из-за этого в невыгодном положении;

б) неисправность должна быть установлена пробами, проделанными немедленно после остановки боя, под наблюдением судьи и без каких бы то ни было изменений в используемом снаряжении;

в) этими пробами следует только установить практическую возможность ошибки в судействе вследствие неисправности. Место этой неисправности в электрической аппаратуре в целом, включая личное снаряжение того или другого фехтовальщика, не имеет значения для судейства;

г) участник, который, не дожидаясь указания судьи, вносит какие-либо изменения или меняет свое снаряжение до того, как вынесено решение, теряет право на аннулирование (см, Т.35.2). Точно также после того, как вновь было принято положение «К бою» и бой был фактически возобновлен, участник не может требовать аннулирования укола, зарегистрированного ему до того, как был возобновлен данный бой;

д) для аннулирования укола нет необходимости в том, чтобы констатация неисправности повторялась при каждой пробе. Нужно, чтобы она была установлена судьей без всякого сомнения хотя бы один раз;

е) если случаи, указанные в статье Т.67, происходят вследствие отключения контактной вилки личного шнура участника (будь то у руки или на спине

фехтовальщика), это не может быть причиной для аннулирования укола, зафиксированного аппаратом.

Однако, если предохранительное приспособление, упомянутое в статье М.55.4 не работает или если его нет, укол должен быть аннулирован в том случае, когда разъединение произошло на спине участника;

ж) тот факт, что гарда участника, клинок или какая-либо другая часть шпаги имеют большие или меньшие зоны изоляции, образованные ржавчиной, клеем, краской или каким-либо другим веществом, и уколы в которые могут вызвать сигнал аппарата, а также, если наконечник плохо укреплен на конце клинка, что позволяет навинчивать или отвинчивать его рукой, не может служить основанием для аннулирования укола, зафиксированного этому фехтовальщику;

з) поломка клинка участника, которому зарегистрировано получение укола, является основанием для аннулирования укола, нанесенного ему противником, за исключением случая, когда эта поломка произошла явно после регистрации укола;

и) когда уколом в пол участник прорывает токопроводящую дорожку, и в это время загорается сигнал об уколе его противнику, то такой укол должен быть аннулирован;

к) во всех случаях, когда проверка окажется невозможной по непредвиденным причинам, укол считается сомнительным и должен быть аннулирован (но см. Т.67);

л) судья должен быть чрезвычайно внимателен к уколам, которые не были зарегистрированы или зарегистрированы аппаратом неправильно. В случае повторения этих неисправностей судья должен обратиться к присутствующим членам Комиссии СЕМИ или техническому эксперту соревнований для того, чтобы проверить, соответствует ли оборудование правилам.

Судья должен следить за тем, чтобы ничто не было изменено ни в снаряжении участника, ни в электрооборудовании до контроля, который будет проведен экспертом.

Т.69. Судья обязан также следить за состоянием токопроводящей дорожки; он не должен допускать ведения или продолжения боя, если дорожка имеет отверстия, которые могут вызвать неправильную регистрацию уколов или несчастный случай (организаторы должны принять необходимые меры, чтобы быстро отремонтировать или заменить токопроводящую дорожку).

Часть 4. САБЛЯ

УСЛОВИЯ БОЯ

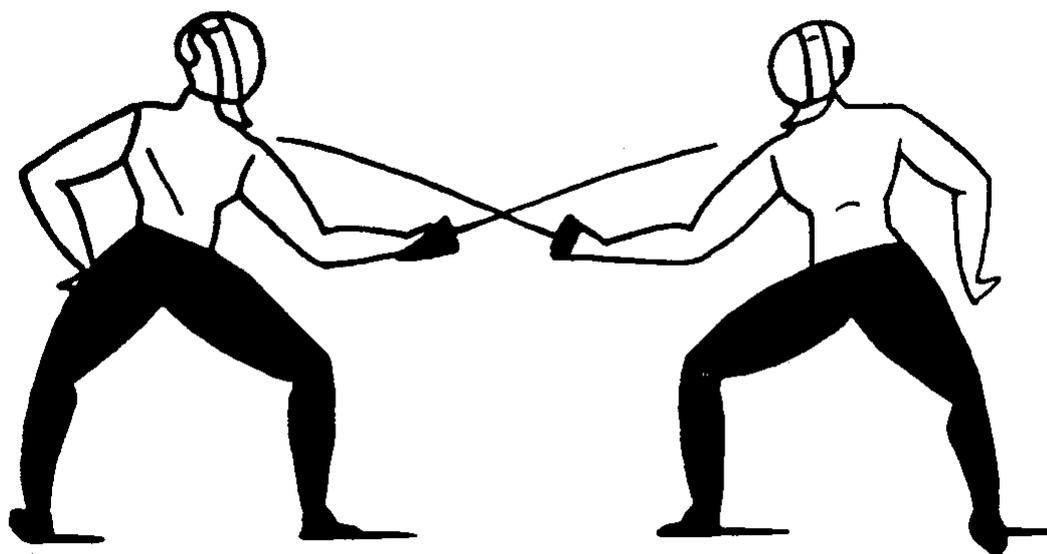
СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ УКОЛОВ (УДАРОВ)

- Т.70.** 1) Сабля является колющим и рубящим оружием (рубить можно как передней, так и задней стороной клинка).
- 2) Засчитываются удары, нанесенные лезвием, плашмя или обухом клинка (удары лезвием и противолезвием).
- 3) Запрещено наносить удары гардой. **Зарегистрированный** удар, нанесенный гардой, должен быть аннулирован, а участник, его нанесший, подвергается наказаниям, предусмотренным статьями Т.114, Т.116, Т.120.
- 4) Удары через оружие, то есть те, которые касаются одновременно и сабли, и поражаемой поверхности противника, действительны каждый раз, когда они отчетливо достигают поражаемой поверхности.
- 5) запрещено в любое время выпрямлять оружие на дорожке. Каждое нарушение наказывается в соответствии со статьями Т.114, Т.116, Т.120.

ПОРАЖАЕМАЯ ПОВЕРХНОСТЬ

- Т.71.** Засчитываются лишь удары и уколы, нанесенные в поражаемую поверхность.

Поражаемая поверхность включает всю часть тела, находящуюся выше горизонтальной линии, **проходящей через верхнюю часть тазовых костей вокруг туловища фехтовальщика (см. рис.).**



Поражаемая поверхность в фехтовании на саблях

- Т.72.** 1) Удар (укол), нанесенный не в поражаемую поверхность, не считается действительным, он не останавливает фехтовальную фразу и не отменяет любые последующие удары (уколы).
- 2) Если фехтовальщик заменяет поражаемую поверхность на не поражаемую, либо прикрывает ее, либо делает отклоняющееся от нормы движения, арбитр должен наказать его применяя санкции, указанные в статьях т.114, т.116, т. 120 и любой удар (укол), нанесенный виновным спортсменом аннулируется.

ПРИСУЖДЕНИЕ УДАРОВ (УКОЛОВ)

Факт нанесения уколов (ударов) и их аннулирование

- Т.73.** Соревнования по фехтованию на саблях должны проводиться с использованием электроаппаратов, регистрирующие уколы (удары).

1) Только показания аппарата являются аргументом для присуждения удара. Ни в коем случае судья не может присудить участнику удар (укол), если аппарат должным образом не зафиксировал его, за исключением штрафных уколов (ударов). Он не засчитывает уколы (удары) нанесенные или начатые до команды «Начинайте» или после команды «Стой» (см. Т.18.1-3).

2) Судья должен учитывать возможные неисправности в электрическом снаряжении, в частности, он должен аннулировать удар, который он только что присудил, вследствие сигнала аппарата, если он установит пробами, проделанными под его наблюдением до действительного возобновления боя и без внесения каких-либо изменений в используемое снаряжение (см. Т.35.2), что:

- удар (укол), нанесенный участником, которому присужден удар, не вызывает сигнала аппарата;
- сигнал, вызванный участником, которому присужден удар, не остается зафиксированным на аппарате;
- сигнал аппарата об ударе участнику, которому присужден удар, происходит без действительного нанесения удара или из-за удара по оружию или по не поражаемой поверхности.

3) Если сабля участника, которому присужден удар, не соответствует статье М.24.6/7/8 (изоляция внутри и на внешней стороне гарды, рукоятки или гайки), аннулирования не производится даже в том случае, когда удар по оружию вызывает сигнал аппарата.

4) Судья должен применять также следующие правила:

- а)** лишь последний удар (укол), предшествующий констатации неисправности, может быть аннулирован;

б) участник, который без разрешения судьи внес изменения или сменил свое снаряжение до того, как судья вынес решение, теряет всякое право на аннулирование (см. Т.35.2);

в) если имелось действительное возобновление боя, фехтовальщик не может больше требовать аннулирования укола, присужденного ему перед этим возобновлением боя;

г) месторасположение неисправности, установленной в аппаратуре (включая и снаряжение самих участников), не имеет значения для этого возможного аннулирования;

д) нет необходимости в том, чтобы установленная неисправность повторялась при каждой пробе; однако нужно, чтобы эта неисправность была констатирована судьей без всякого сомнения по крайней мере один раз в ходе проб, сделанных им самим или под его руководством;

е) факт поломки клинка фехтовальщика, которому зафиксирован укол (удар), является основанием для аннулирования укола, нанесенного ему противником, за исключением случая, когда эта поломка произошла явно после регистрации удара;

ж) судья должен быть исключительно внимателен к ударам (уколам), которые не были зарегистрированы или были зарегистрированы аппаратом ненормально. В случае повторения этих неисправностей, он должен обратиться к присутствующему члену Комиссии СЕМИ или к техническому эксперту соревнований для того, чтобы проверить соответствует ли оборудование Правилам;

з) во всех случаях, когда проверка окажется невозможной из-за непредвиденных обстоятельств, удар (укол) рассматривается как «сомнительный» и должен быть аннулирован;

и) если есть сигналы с двух сторон аппарата, судья применяет правила статьи Т.80;

к) применяя основное правило (см. Т.18.5), даже в случае, когда нет зарегистрированных сигналов, судья должен остановить бой, как только он становится беспорядочным, и он не может больше анализировать фехтовальную фразу.

ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ ИЛИ ПРИОРИТЕТ УДАРА (УКОЛА)

Предисловие

Т.74. Только судья должен решать вопрос о действительности или приоритете удара (укола), руководствуясь при этом принципами, которые следуют ниже и которые относятся только к условиям соревнований на саблях.

Соблюдение фехтовальной фразы

Т.75. 1) Любая правильно выполненная атака (см. Т.7) должна быть парирована или полностью избегнута, и фехтовальная фраза должна быть продолжена.

2) Атака выполнена правильно, когда выпрямление руки, постоянно угрожающее концом или лезвием поражаемой поверхности, предшествует началу выпада.

3) Атака с выпадом выполнена правильно:

а) в простой атаке (см. Т.8) – когда **начало выпрямления руки предшествует выпад**у, и удар достигает цели не позднее, чем передняя ступня коснется поля боя;

б) в сложной атаке (см. Т.8.1) – **когда начало выпрямление руки во время первого финта предшествует началу выпада (см. Т.77.1), а удар наносится не позднее, чем передняя ступня коснется пола.**

4 Атака с шагом вперед – выпадом выполнена правильно:

а) в простой атаке (см. Т.8.1) – **когда рука начинает выпрямляться раньше шага, и когда удар достигает цели не позднее чем передняя ступня коснется поля боя при выпад**е.

б) в сложной атаке (см. Т.8.1) – **когда рука, начинает выпрямляться в правильно выполняемом первом финте (см. Т.77.1) раньше шага вперед, наносит удар не позднее чем передняя ступня коснется поля боя при выпад**е.

5 Шаг вперед, флэш атака и любое продвижение вперед, при котором задняя нога полностью переходит переднюю ногу, запрещены. Всякое нарушение влечет за собой наказания 1-ой группы, предусмотренные ст. Т.114, Т.116, Т.120. Удар (укол), возможно нанесенный виновным участником, аннулируется. Однако, удар (укол), нанесенный правильно противником, засчитывается.

Т.76. Чтобы судить о правильности атаки следует учитывать, что:

а) Если атака начата, когда противник находится в положение «острие в линии», атакующий должен сначала отвести оружие противника. Судьи должны быть внимательными, чтобы не засчитать простое прикосновение к клинку как достаточное для отведения оружия противника.

б) Если в поисках оружия, чтобы его отвести, это не удастся (вследствие «деробмана» – убирания клинка от действия на оружие), приоритет переходит к противнику.

в) Если атака начинается, когда противник не находится в положении «острие в линии», атака может выполняться ударом (уколом) прямо, переводом, переносом, или с предварительными эффективными финтами (см. Т.77.1), заставляющими противника взять защиту.

Т.77. 1) В сложных атаках финты должны быть выполнены правильно, то есть:

а) финт концом – при выпрямлении руки, острие постоянно угрожает поражаемой поверхности.

б) финт лезвием – при выпрямлении руки, клинок и рука составляют угол около 135°, лезвие угрожает поражаемой поверхности.

2) При сложной атаке, если противник находит оружие в одном из финтов, он имеет право на ответ.

3) При сложной атаке противник имеет право на контратаку (аррет); но чтобы она была действительной, она должна предшествовать финалу атаки на фехтовальный темп, т.е. контратака должна достигнуть цели раньше, чем атакующий начнет последнее движение финала атаки.

Т.78. Атака с действием на оружие:

а) Атака с действием на оружие батманом выполнена правильно и сохраняет свой приоритет в том случае, когда батман сделан по слабой части клинка противника, т.е. **на две последние трети клинка от гарды.**

б) Если действие на оружие сделано в сильную часть клинка противника, т.е. по его нижней трети, то такая атака с действием на оружие считается выполненной неправильно, и батман предоставляет право противнику дать немедленный ответ.

Т.79. 1) Защита дает право на ответ; простой ответ может быть прямым и непрямым, но чтобы аннулировать все последующие действия атакующего, он должен быть выполнен немедленно, без нерешительности или остановок во времени.

2) Против удара лезвием, контрлезвием или плашмя защита имеет целью предотвратить получение удара по поражаемой поверхности, куда направлен удар противника, то есть:

а) Защита правильно выполнена в том случае, если до конца действия нападения она противопоставляется удару противника, закрывая линию, в которую это действие нападения должно закончиться.

б) Когда защита выполнена правильно, действие нападения противника должно считаться парированным и судиться как таковое даже, если вследствие своей хлесткости конец клинка атакующего достигает намеченной цели.

Судейство

Т.80. Применяя эти основные условия фехтования на саблях, судья должен действовать следующим образом:

1) Если во время фехтовальной фразы оба участника получили удары (уколы) одновременно, то имеет место или обоюдное действие или обоюдный удар (укол):

Обоюдное действие является следствием одновременных намерений и выполнений атак обоими фехтовальщиками; в этом случае нанесенные обоими фехтовальщиками удары аннулируются.

2) Обоюдный удар (укол), напротив, является следствием явного ошибочного действия одного из участников.

Следовательно, если нет фехтовального темпа между двумя ударами (уколами):

3) Лишь атакуемому засчитывается удар (укол):

а) если он выполняет контратаку на простую атаку;

б) если вместо того, чтобы взять защиту, он пытается уклониться, но это ему не удается;

в) если после взятой защиты есть момент остановки, которая дает противнику право возобновить атаку (редублеман, ремиз или возобновление (реприз) атаки);

г) если на сложную атаку он делает контратаку, не имея преимущества на фехтовальный темп;

д) если, находясь в положение «острие в линии» после батмана или захвата оружия, которые отводят его клинок, он наносит укол или же возвращает свой клинок в положение «острие в линии» вместо того, чтобы парировать удар (укол), прямо наносимый атакующим.

4) Лишь атакуемому засчитывается удар (укол):

а) если он атакует в момент, когда противник находится в положение «острие в линии» (см. т.10), не отведя клинок противника. Судьи должны быть внимательными, чтобы не засчитать простое прикосновение к клинку как достаточное для отведения оружия противника.

б) если он ищет клинок, не находит его (вследствие убирания клинка от действия на оружие) и продолжает атаку;

в) если при сложной атаке противник нашел его оружие, а он продолжает атаку в то время, как противник немедленно дает ответ;

г) если в сложной атаке он берет руку на себя, или есть момент колебания (мгновенную паузу), во время которого противник выполняет контратаку или атаку, а он сам продолжает свое действие;

д) если при сложной атаке ему наносится контратаку с опережением на фехтовальный темп до ее финала;

е) если он наносит удар (укол) ремизом, повторной атакой или возобновлением (реприз) атаки, попав в защиту противника, после которой следует простой немедленный ответ, выполненный в один темп или без взятия на себя руки.

5) Участников возвращают в положение «К бою» каждый раз, когда судья при обоюдном ударе (уколе) не может точно решить, с чьей стороны имела место ошибка.

Одним из самых трудных случаев для судейства является ситуация, в которой имеется сомнение в том, достаточно ли простая контратака опередила окончание сложной

атаки. Обычно в этом случае обоюдный удар (укол) является следствием одновременной ошибки двух фехтовальщиков, что оправдывает возвращение их в положение «К бою» (ошибка атакующего вследствие нерешительности, медлительности или недостаточно эффективных финтов; ошибка атакуемого вследствие опоздания или медлительности в контратаке).

Часть 5. ДИСЦИПЛИНАРНЫЙ КОДЕКС СОРЕВНОВАНИЙ

Глава 1. СФЕРА ПРИМЕНЕНИЯ

Лица, к которым применяется данный кодекс

- Т.81.** 1) Положения настоящей части относятся ко всем лицам, которые участвуют или присутствуют на соревнованиях по фехтованию, включая зрителей.
- 2) Во всех последующих статьях эти лица называются «фехтовальщиками».

Порядок и дисциплина

- Т.82.** 1) Фехтовальщики обязаны строго соблюдать Правила и положения Устава ФИЕ, специальные правила проводимых соревнований, традиционные правила вежливости и лояльности и указания официальных лиц.
- 2) Особенно они должны дисциплинированно и в соответствии со спортивной этикой подчиняться нижеследующим положениям, так как любое нарушение этих правил может повлечь за собой наказания, налагаемые компетентными дисциплинарными органами после или даже без предупреждения, в зависимости от случаев и обстоятельств (см. Т.113-Т.120).
- 3) а) Все лица, которые участвуют или присутствуют на соревнованиях по фехтованию, должны соблюдать порядок и не нарушать их нормальное проведение. В ходе боя никому не разрешается ходить возле полей боя, давать советы участникам, делать критические замечания в адрес судьи и ассистентов, оскорблять их, оспаривать их решения или **влиять на них каким бы то ни было образом**. Даже капитан команды должен оставаться на месте, которое ему отведено, и он может вмешаться только в случае и только таким образом, как это предусмотрено статьей Т.90 Правил. Судья обязан немедленно остановить всякое действие, нарушающее нормальное проведение боя, который он судит (см. Т.96. 1-3)
- б) Любой человек, который по любой причине, угрожает или оскорбляет официальное лицо, совершает нарушение 4-ой группы и наказывается в соответствии со статьей Т.119.
- 4) Запрещается курить в зале соревнований. Это рассматривается как нарушение нормального проведения соревнований (см. Т.83).

Любое нарушение наказывается в соответствии со статьями Т.114, Т.118, Т.120.

- Т.83.** Судья и/или Технический директорат в соответствии со своими обязанностями или по просьбе технического делегата ФИЕ или Организационного комитета решают вопрос об удалении с места проведения соревнований после или без предупреждения любого лица, которое жестами, **действиями** или словами нарушает порядок или нормальное проведение соревнований.

Участники

Обязательство чести

Т.84. Самим фактом заявки на участие в соревнованиях по фехтованию спортсмены обязываются уважать Правила и решения судей, быть почтительными к судьям и ассистентам и в точности повиноваться указаниям и командам судьи (см. Т.114, Т.116, Т.120).

Отказ от встречи с противником

Т.85. 1) Никакой участник (или команда) национальной федерации, являющейся членом ФИЕ, не может участвовать в официальных соревнованиях, если он отказывается встречаться с каким бы то ни было участником (или командой), должным образом, заявленным для участия в этих соревнованиях. В случае нарушения данного правила применяются санкции 4 группы (см. Т.114, Т.119, Т.120).

2) Исполком ФИЕ решает, нужно ли, и в какой степени принять санкции против национальной федерации, к которой принадлежит дисквалифицированный участник, в соответствии с положениями пункта 1.2.4 Устава ФИЕ (см. Т.120).

Своевременная явка

Т.86. 1) Фехтовальщики обязаны являться полностью экипированными в соответствии с правилами (см. Т.43 - Т.45) и готовыми к соревнованиям во время и в то место, где назначено начало каждой пульки, встречи или боя прямого выбывания или во время, назначенное для контроля снаряжения перед боем (см. Т.43. 1/2/3), а также в любое время соревнований по указанию судьи.

2) В момент выхода для проведения матча фехтовальщик должен явиться на дорожку полностью готовым к поединку: форменная одежда, куртка застегнута, перчатка и оружие в руке, шнур соединенный с двойником внутри гарды. Маска должна быть в невооруженной руке.

Перед началом боя волосы фехтовальщика(щицы) должны быть **закреплены** и убраны под маску или под куртку таким образом они не должны:

- закрывать поражаемую поверхность (и тем самым избежать укола)
- закрывать фамилию и национальность фехтовальщика
- во время боя нельзя поправлять волосы, таким образом, прерывая его

В случае нарушения правил, судья применит санкции 1 группы (т.114, т.116 и т.120)

3) Ни в коем случае одевание или раздевание не должно происходить на публике, исключая несчастный случай, который должен быть установлен обслуживающим врачом или представителем Медицинской комиссии (см. Т.87.8, Т.114, Т.116, Т.120).

4) Фехтовальщики должны являться на поле боя для проведения боев с двумя экземплярами оружия (один запасной), двумя личными шнурами (один запасной), соответствующими правилам и отлично работающими (см. Т.45.1, Т.114, Т.116, Т.120).

5) Перед началом пульки, встречи (командные) или перед матчами с прямым выбыванием (личные или командные):

I) За 10 минут до назначенного времени начала пульки или матча тура прямого выбывания или командных соревнований (см. ст. Т.43.2), если фехтовальщик или команда в полном составе не является по первому вызову судьи, фехтовальщик или команда отстраняется от участия.

II) Команда считается полной, если ее представляет не менее 3 фехтовальщика

III) Во встрече смогут участвовать только члены команды (фехтовальщики, капитан команды и **один тренер**) (см. ст. Т.92.4), которые являются по первому вызову судьи за 10 минут до указанного времени начала этой встречи.

6) Во время соревнования (личное или командное), когда фехтовальщик или команда не являются на дорожку по первому вызову судьи готовыми к поединку:

- фехтовальщик или **член команды, которого нет**, наказываются желтой карточкой;

- второй вызов осуществляется с интервалом в одну минуту после первого вызова - следует красная карточка для фехтовальщика или **члена команды**, не явившихся на дорожку;

- третий вызов и последний осуществляется с интервалом в одну минуту после второго, затем следует исключение из соревнования для не явившегося фехтовальщика на соревнование за личное первенство или для всей команды, на командных соревнованиях.

7) Если фехтовальщик выходит из матча, покидая дорожку (см. т.18.6) он будет наказан в соответствии с санкциями, предусмотренными статьями т.114, т.116, т.120.

Профессиональна фехтовальная этика

Т.87. 1) Фехтовальщики должны вести бой лояльно, в точности следуя правилам, изложенным в главах настоящих Правил соревнований. Любое нарушение этих правил влечет за собой наказания, предусмотренные ниже (см. Т.114-Т.120).

2) Всякий бой должен сохранять вежливый и лояльный характер. Любое неправильное действие (флэш атака, которая кончается толчком противника, беспорядочное ведение боя, падения, ненормальные передвижения, грубо нанесенные удары, **удары гардой**, уколы (удары), нанесенные в падении **или после падения**), **так же как неспортивное поведение**, категорически запрещены (см. Т.114-Т.120). В случаях таких нарушений укол, возможно нанесенный виновным участником, аннулируется.

3) **а)** Перед началом каждого боя два фехтовальщика должны отсалютовать противнику, арбитру и зрителям. Равнозначно, после нанесения последнего укола бой не считается законченным, пока спортсмены не отсалютуют друг другу, арбитру и зрителям. До того, как арбитр не примет решение, спортсмены должны оставаться на дорожке, после принятия решения они должны **вернуться к линиям начала**, отсалютовать и пожать друг

другу руки. Если один или оба спортсмена отказывается салютовать или пожать руки в соответствии с этим правилом, арбитр применит санкции 4 группы (см. Т.114, Т.119, Т.120)

б) Если во время или после боя, даже если фехтовальщик уже покинул поле боя, он совершил любое действие, противоречащее спортивному духу, такие как сильный или опасный бросок маски (или любого другого предмета экипировки), он будет наказан в соответствии со статьей Т.119 (см. Т.82.1-3)

4) В случае, когда оба спортсмена явно выражают свое нежелание фехтовать или выказывают очевидную пассивность, арбитр немедленно дает команду «Стоп!»

Нежелание вести бой

При наличии одного из двух нижеперечисленных условий, нежеланием вести бой считается:

1) критерий времени: одна минута боя без укола (удара)

2) чрезмерная дистанция (превышение дистанции - шаг вперед выпад) по крайней мере в течении 15 секунд.

5) Личные соревнования

а) если во время двух первых периодов тура прямого выбывания оба спортсмена явным образом показывают свое нежелание вести бой, то судья переходит к следующему периоду без минутного перерыва.

в) когда оба фехтовальщика показывают нежелание вести бой во время третьего периода тура прямого выбывания, то судья переходит к последней минуте боя. Эту минуту спортсмены фехтуют полностью, она будет решающей и ей предшествует определение приоритета, который определит победителя в случае равного счета по окончании этой минуты.

6) Командные соревнования

а) если обе команды во время командной встречи явным образом показывают свое нежелание вести бой, судья переходит к следующему бою

б) когда обе команды показывают нежелание вести бой во время последнего боя, то судья переходит к последней минуте боя. Эту минуту спортсмены фехтуют полностью, она будет решающей и ей предшествует определение приоритета, который определит победителя в случае равного счета по окончании этой минуты

7) Фехтовальщик, находящийся на дорожке или вне ее не должен снимать маску до команды судьи «Стой». Ни при каких обстоятельствах фехтовальщик не имеет права обращаться к судье до вынесения им решения (см. Т.114, Т.116, Т.120)

8) Ни при каких обстоятельствах фехтовальщики не должны снимать одежду на дорожке, даже для замены личного шнура (см. Т.114, Т.116, Т.120)

9) В конце каждого боя судья обязан объявить фехтовальщикам счет, который будет передан в Технический директорат. Судья обязан громко объявить: «Господин X выиграл у господина Y со счетом...»

Личные достижения

Т.88. Фехтовальщики должны защищать свои личные спортивные достижения до конца соревнования для того, чтобы занять, возможно, лучшее место, не отдавая и не принимая уколы у кого бы то ни было (см. Т.114, Т.119, Т.120).

Руководитель делегации

Т.89. В каждом соревновании участники одной страны возглавляются руководителем делегации (участником или нет), ответственным перед техническим директоратом и организационным комитетом за дисциплину, поведение и соблюдение спортивной этики спортсменами своей делегации.

Капитан команды

Т.90. 1) В командных соревнованиях только капитан команды имеет право обращаться к судье и/или Техническому директорату для решения каких-либо технических вопросов или подачи протеста. Процедура подачи требований изложена в статьях Т.122 и Т.123.

2) Члены команды, строго выполняющие указания капитана команды, не могут считаться ответственными перед компетентными органами руководства. Однако они лично несут ответственность за все действия, совершенные ими помимо указаний своего капитана, и за все допущенные ими нарушения положений настоящих Правил.

Судьи и ассистенты

Т.91. Они должны выполнять свои обязанности не только с абсолютной беспристрастностью, но также с постоянным и пристальным вниманием (см. Т.34.1).

Тренеры, инструкторы и технический персонал

Т.92. 1) Во время боев прямого выбывания личных соревнований, тренерам, медицинскому и техническому персоналу не разрешается находиться рядом со спортсменом. Тренеру разрешается находиться в соревновательной зоне, в месте указанном организаторами.

2) Судья может разрешить, когда он сочтет это необходимым, оказать кратковременную помощь участнику.

3) Каждая страна, спортсмен которой участвует в проходящем раунде соревнований, может назначить максимум двух человек, которые имеют право находиться рядом с зоной проведения соревнований, за ее пределами, но близко к точке доступа. Организаторы должны предусмотреть места для этих лиц.

4) В командных соревнованиях для членов команд должно быть предусмотрена специальная зона. Только капитан команды и один тренер могут находиться внутри этой зоны вместе с командой. Данную зону должно быть хорошо видно, она должна быть очерчена желтыми линиями или любым другим способом. Она должна быть по меньшей мере 9 м² и на расстоянии между 2 и 6 метрами от каждого конца зоны размещения дорожки, длина которой 18x8 м.

5) Во время командных соревнований, члены команды, **которые не фехтуют в этот в этот момент, должны оставаться в этой зоне**

6) Во время командных соревнований никто не имеет право заходить в зону поля боя без разрешения судьи. В случае нарушения судья вынесет наказание, предусмотренным ст. т114, т.116, т.120. Предупреждение, вынесенное команде действует в течение всей командной встречи. В случае, если фехтовальщик во время этого же боя нарушит правила 1 группы, судья при каждом нарушении показывает красную карточку

Зрители

Т.93. Зрители не должны нарушать порядок во время соревнований, не должны делать ничего такого, что могло бы повлиять на участников или судью, и обязаны уважать его решение даже в том случае, если они с ним не согласны. Зрители должны подчиняться указаниям судьи, которые тот сочтет необходимым сделать (см. Т.82.3./4, Т.118, Т.120).

Глава 2. ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ОРГАНЫ И ИХ КОМПЕТЕНЦИЯ

Данный раздел регулирует дисциплину в месте проведения соревнований. В зависимости от степени наказания не исключается применение Дисциплинарного кодекса ФИЕ (Глава VII Устава), который **дополняет** или в случае необходимости, имеет приоритет над нижеследующими пунктами.

Юрисдикция

Т.94. Ниже приведены компетентные дисциплинарные органы:

- Судьи (см. Т.96)
- Технический директорат (см. Т.97, О.56-О.62)
- делегат(ы) Судейской комиссии или наблюдатель в случае отсутствия делегата
- Исполком МОКа на Олимпийских играх (см. Т.98)
- Бюро ФИЕ(см. т.99.1/4, Т.127, О.63)
- Исполком ФИЕ (см. Т.99.5)
- Дисциплинарная комиссия ФИЕ и ее трибунал
- Арбитражный суд по спорту и Спортивный арбитражный суд

Смотри также Дисциплинарные правила ФИЕ (Часть VII устава ФИЕ)

Принцип юрисдикции

- Т.95.**
- 1) Независимо от того, какой орган юрисдикции принял решение, на это решение может быть подана апелляция в высшую инстанцию, но только один раз.
 - 2) Никакое решение не может быть изменено, если оно было принято «по факту» (см. Т.122.1/2).
 - 3) Апелляция против любого решения приостанавливает действие этого решения только при условии, что она может быть рассмотрена немедленно.

Судья

- Т.96.**
- 1) В компетенцию судьи входит не только руководство боем, вынесение решений об уколах и контроль за снаряжением; он должен также следить за соблюдением порядка **на дорожках, на которых** он судит (см. Т.35.2).
 - 2) В качестве руководителя боя, присуждающего уколы, он может также в соответствии с Правилами штрафовать участников либо путем отказа присудить в их пользу действительно нанесенный укол противнику, либо путем присуждения им укола, который на самом деле не был получен фехтовальщиком, либо путем отстранения участника от соревнований, которые он судит, после или без предупреждения в зависимости от обстоятельств. Принятые им решения такого рода по факту являются окончательными (см. Т.122.1/2).

3) По праву юрисдикции, которым он обладает по отношению к фехтовальщикам, участвующим или присутствующим на соревновании, которое он судит, судья может предложить Техническому директорату удаление с места соревнований зрителей, секундантов, тренеров и других лиц, сопровождающих участников (см. Т.114, Т.118, Т.120).

4) Он может предложить Техническому директорату любые другие наказания, которые он считает нужными (отстранение от участия во всем соревновании, временное запрещение участвовать в соревнованиях или дисквалификация) (см. Т.97.3).

5) Делегат судейской комиссии или наблюдатель (в случае отсутствия делегата) имеет право рассматривать апелляции по решениям судьи.

Технический директорат на официальных соревнованиях ФИЕ (см. О.56-О.62)

Т.97. 1) Технический директорат обладает правом юрисдикции по отношению ко всем фехтовальщикам, участвующим или присутствующим на соревнованиях, которыми он руководит.

2) В случае необходимости Технический директорат может вмешаться по собственной инициативе во все конфликты.

3) Он обязан поддерживать порядок и дисциплину во время соревнований, и может использовать наказания, указанных в правилах

4) Технический директорат, кроме того, передает непосредственно в штаб-квартиру ФИЕ сведения о принятых во время соревнований дисциплинарных наказаниях, а также возможные просьбы о вынесении порицаний, временном запрещении участвовать в соревнованиях, распространении наказаний, окончательном запрещении участвовать в соревнованиях, а также обращения с кассационными жалобами.

5) Технический директорат обязывает выполнять все наказания, вынесенные в последней инстанции, или не имеющие отсроченного характера (см. Т.95)

6) Решения Технического директората, принятые в связи с возникшими ситуациями или в официальном порядке (в качестве первой инстанции) могут быть обжалованы в Дисциплинарной Комиссии ФИЕ.

7) Все решения технического директората выполняются немедленно; никакая апелляция не приостанавливает действия решения во время соревнований.

Исполком МОК на Олимпийских играх

Т.98. Исполком МОК решает в качестве последней инстанции все спорные вопросы, возникшие во время олимпийских игр и не имеющие технического характера. Он действует либо по собственной инициативе, либо по просьбе Национального Олимпийского Комитета, ФИЕ или Организационного комитета.

Центральный офис ФИЕ, дисциплинарная комиссия, исполнительный комитет, спортивный арбитражный суд.

- Т.99.**
- 1) Все дисциплинарные вопросы, посланные в ФИЕ национальной федерацией, техническим директором или любым другим компетентным органом при проведении официальных соревнований ФИЕ адресуются Центральному офису ФИЕ. Далее оно пересылается в компетентный орган.
 - 2) Дисциплинарная комиссия ФИЕ является юридическим органом ФИЕ, который в рамках территории, на которой ФИЕ обладает полномочиями, разрешает все дисциплинарные вопросы, направленные в ФИЕ и судьям, все апелляции против решений, принятых техническим директором, делегатом судейской комиссии или наблюдателем (в случае отсутствия делегата)
 - 3) Спортивный Арбитражный суд в Лозанне (САС) разрешают все апелляции против решений, вынесенных трибуналом Дисциплинарной комиссии.
 - 4) В срочных случаях, Центральный офис ФИЕ может принять административные меры, необходимые для приостановления лицензии обвиняемого **в соответствии с дисциплинарным кодексом.**
 - 5) Исполком гарантирует, что решения Дисциплинарной комиссии строго соблюдаются. Смотри Дисциплинарный Кодекс ФИЕ (Часть VII устава ФИЕ)

Глава 3. САНКЦИИ

Категории санкций

Т.100. Существуют различные категории санкций, налагаемых за разные виды нарушений (см. Т.114).

1) Санкции боя, налагаемые за нарушения, допущенные во время боя, и которыми являются:

- потеря части поля боя;
- отказ засчитать фактически нанесенный укол;
- присуждение укола, фактически не полученного;
- отстранение от участия в данном виде соревнований.

2) Дисциплинарные санкции, налагаемые за нарушения порядка, дисциплины или спортивной этики, которыми являются:

- присуждение укола, фактически не полученного,
- отстранение от участия в данном виде соревнований,
- отстранение от участия в турнире,
- удаление с места проведения соревнования,
- дисквалификация,
- порицание,
- временное запрещение участвовать в соревнованиях,
- окончательное запрещение участвовать в соревнованиях.

Т.101. 1) Все санкции, **за исключением окончательного запрещения участвовать в соревнованиях**, могут применяться компетентным органом во время соревнований – судья и технический директорат.

2) Временное **отстранение** может применяться уполномоченными лицами только в случае если фехтовальщик откажется отсалютовать (см. Т.87.3, Т.120).

Смотри Дисциплинарный Кодекс ФИЕ (Часть VII устава ФИЕ)

Санкции во время боя

Потеря части поля боя (см. Т.28.1)

Т.102. Фехтовальщик, который вышел за боковую линию поля боя, он должен отойти назад на один метр от точки, где он покинул дорожку; если фехтовальщик вышел с дорожки во время исполнения атаки, он должен вернуться на место, на котором был до начала атаки, а затем отойти еще на метр назад.

Отказ засчитать фактически нанесенный укол

Т.103. Несмотря на то, что фехтовальщик фактически нанес противнику укол (удар) в поражаемую поверхность, этот укол (удар) может быть не засчитан либо по той причине, что укол не был нанесен в течение времени, отведенного для боя, либо потому, что фехтовальщик вышел за пределы поля боя, либо из-за неисправности электрооборудования, либо потому, что этот укол (удар) сопровождался грубостью, либо по любой другой причине, предусмотренной Правилами (см. Т.18.1/3, Т.20.2, Т.21.2/4, Т.22, Т.26.2/4, Т.32.2, Т.41.2, Т.45.3, Т.53.3, Т.60.2/6, Т.66.1, Т. 67, Т.68, Т.70.3, Т.73.1-4, Т.80, Т.87.2, Т. 96.2, Т.114.2, Т.120).

Присуждение укола, фактически не полученного

Т.104. Фехтовальщику может быть присужден укол (удар), который фактически не был им получен, либо за выход за заднюю границы поля боя (см. Т.27), либо за нарушение, которое помешало противнику фехтовать (флэш атака, заканчивающаяся толчком противника, «кор-а-кор» в фехтовании на рапирах и саблях, использование невооруженной руки и т.д.) (см. Т.96.2, Т.114.3.а/б, Т.116, Т.117, Т.118.1, Т.120).

Отстранение

- Т.105.**
- 1) Участник, который совершает в ходе боя определенные **грубые или мстительные действия по отношению к своему противнику, а также участник, который не фехтует в соответствии со своими возможностями или который использует нечестный сговор со своим противником, может быть отстранен от участия в данном виде соревнований.**
 - 2) Участник, отстраненный от участия в данном виде соревнований, не может более выступать в этом виде соревнований, даже если он уже завоевал право выступать в следующей ступени. Он теряет право на место в индивидуальной классификации, а все фехтовальщики, расположенные после дисквалифицированного спортсмена поднимаются в классификации на одно место. При необходимости два третьих места распределяются в соответствии с их рейтингом для составления таблицы. В любом случае, только фехтовальщики, которые получили очки на соревнованиях могут подняться в рейтинге на одно место.

Дисциплинарные санкции

Отстранение от участия в данном виде соревнований

- Т.106.** 1) Решение об отстранении от участия в данном виде соревнований также может быть вынесено за дисциплинарное нарушение (неявка на поле боя, оружие не соответствует правилам, недопустимое поведение по отношению к **официальным лицам** и т.д.).
- 2) Последствия этого отстранения для участника такие же, как те, которые определены в ст. Т.105. приведенной выше.

Отстранение от участия в турнире

- Т.107.** 1) Турнир – это название совокупности **индивидуальных и командных** соревнований, проводимых в одном месте, в одно и тоже время и **под одной и той же эгидой**.
- 2) Фехтовальщик, отстраненный от участия в турнире, не допускается больше к участию ни в одном соревновании данного турнира ни в этом, ни в другом виде оружия.
- 3) Когда такая санкция применяется в отношении команды, то положение каждого ее члена должно рассматриваться в индивидуальном порядке, **и может оказаться, в зависимости от случая, что члены данной команды получают разные дисциплинарное наказание (см. Т.90.2).**

Удаление с места соревнований или турнира

- Т.108.** Все участники или присутствующие (тренеры, секунданты или технический персонал, сопровождающие, официальные лица, зрители) могут быть удалены, что влечет за собой запрещение им присутствовать в месте, где проходят соревнование или турнир, на время их проведения (см. т.93, т.106.3, т.120). **Не при каких обстоятельствах, кому бы то ни было, при этой мере наказания не дается права на исправление.**

Дисквалификация

- Т.109.** 1) Дисквалификация фехтовальщика (например, в силу того, что он не отвечает возрастным условиям, условиям вида соревнований или другим условиям соревнований) не влечет за собой обязательно временного или окончательного запрещения ему участвовать в соревнованиях, если это нарушение не было умышленным; **однако можно потребовать для соперника дополнительные санкции за мошенническое намерение.**
- 2) Команда, воспользовавшаяся дисквалифицированным участником, должна разделить судьбу этого участника, то есть она также дисквалифицируется.
- 3) Последствия этой дисквалификации такие же, как и при отстранении от участия в соревнованиях (см. предыдущую ст. Т.105).

Порицание

- Т.110.** В случае, когда нарушение не влечет более строгого дисциплинарного наказания, участнику или официальному лицу может быть вынесено порицание.

Временное запрещение участвовать в соревнованиях

- Т.111.** 1) Фехтовальщику может быть запрещено участвовать в официальных соревнованиях ФИЕ в течение назначенного срока.
- 2) Любое другое временно отстраненное лицо, не может выполнять свои функции в течение срока и в месте, определенном этим наказанием.

Окончательное запрещение участвовать в соревнованиях

- Т.112.** Это запрещение влечет за собой те же последствия, что и временное запрещение с той лишь разницей, что оно является окончательным

Провозглашение санкций

- Т.113.** 1) Технический директорат должен незамедлительно сообщить в [центральный офис](#) ФИЕ о санкциях, вынесенных во время проведения соревнований, и об их причинах (см. Т.97.5).
- 2) На Олимпийских играх Технический директорат должен поставить в известность МОК через Организационный комитет.

Глава 4. САНКЦИИ И КОМПЕТЕНТНЫЕ ОРГАНЫ ЮРИСДИКЦИИ

Виды (группы) санкций.

Т.114. 1) Существует три вида санкций, применяемых в случае нарушений, указанных в таблице статьи Т.120. Если судья вынужден вынести наказание фехтовальщику, который совершил несколько наказаний, он должен в первую очередь применить наименее серьезное наказание

2) Штрафы накапливаются и являются действительными в течении боя, за исключением тех, которые объявляются черной карточкой, что означает отстранение от участия в соревнованиях, которое действует до окончания соревнований и в течение двух последующих месяцев текущего или предстоящего активного сезона.

Тем не менее, команда, отстраненная от участия в турнире в результате примененной к одному из членов команды черной карточки не отстраняется от участия в дальнейших соревнованиях как команда, но не выставить нарушившего фехтовальщика.

Некоторые виды наказаний могут привести к аннулированию укола, который нанес виновный фехтовальщик. Во время боя могут аннулироваться только уколы, нанесенные с нарушениями (см. Т. 120).

3) Существуют следующие виды санкций:

а) предупреждение, объявляется желтой карточкой, которой судья указывает на виновного участника. Таким образом, участник знает, что его следующее нарушение повлечет штрафной укол;

б) штрафной укол, объявляется красной карточкой, которой судья указывает на виновного участника. Этот укол добавляется к счету его противника и может повлечь, если речь идет о последнем уколе, поражение в бою. Кроме того, за красной карточкой может последовать только другая красная или черная карточка в соответствии с сущностью второго нарушения (см. Т.120);

в) отстранение от участия в данном виде соревнований и запрет на участие в турнирах в течении двух месяцев активного сезона (текущего или следующего), объявляется черной карточкой, которой судья указывает на виновного.

г) удаление с места проведения соревнований (любое лицо, нарушившее порядок при проведении соревнований)

4) Все предупреждения (желтые карточки), штрафные уколы (красные карточки) и отстранения от участия (черные карточки), также как и группы, к которым они принадлежат, должны быть отмечены в протоколах боя, пульки или командной встречи.

Компетенция

Т.115. Нарушений и наказания за них, указанные в различных частях Правил, приводятся ниже в статье Т.120. Они подразделяются на 4 группы (см. Т.116-Т.119). Определение всех санкций находится в компетенции судьи. Официальное вмешательство Технического директора по собственной инициативе тоже возможно (см. Т.97.1/2/3).

Нарушения 1-й группы

Т.116. В 1-й группе первое нарушение, наказывается желтой карточкой (предупреждение). Если участник совершает в том же бою такое же или другое нарушение этой группы, судья показывает ему каждый раз красную карточку (штрафной укол). Если виновный участник уже наказывался красной карточкой за нарушения второй или третьей группы, он получает снова красную карточку в случае первого же нарушения, относящегося к первой группе.

Нарушения 2-й группы

Т.117. Во 2-й группе, каждое нарушение, начиная с первого, наказывается красной карточкой (штрафной укол).

Нарушения 3-й группы

Т.118. 1) В 3-й группе первое же нарушение наказывается красной карточкой, т.е. штрафным уколом (и это даже, если виновный участник уже получил красную карточку за нарушения, относящиеся к 1-й или 2-й группам).

2) Если участник совершает в том же бою, такое же или другое нарушение этой группы, судья наказывает его черной карточкой (отстранение от участия в соревнованиях), что означает отстранение от участия в соревнованиях, которое действует до окончания соревнований и в течение двух последующих месяцев текущего или предстоящего **активного** сезона.

3) Любое лицо, находящееся вне дорожки, которое нарушает порядок во время соревнований получает:

а) после первого нарушения показывается желтая карточка, которая действует в течение всех соревнований, которая должна быть отмечена в протоколе и зарегистрирована в техническом директорате;

б) после второго нарушения на этом же соревновании предъявляется черная карточка

4) В наиболее серьезных случаях, на поле боя или вне его, арбитр может удалить нарушителя сразу же.

Нарушения 4-й группы

- Т.119.** В 4-й группе первое же нарушение наказывается черной карточкой (отстранение от участия в соревнованиях), что означает отстранение от участия в соревнованиях, которое действует до окончания соревнований и в течение двух последующих месяцев текущего или предстоящего сезона. Тем не менее, команда, отстраненная от участия в турнире в результате примененной к одному из членов команды черной карточки не отстраняется от участия в последующих соревнованиях как команда, не может заявить виновного фехтовальщика.

Нарушения и наказания за них

Т.120. Таблица нарушений и санкций.

Эта таблица является кратким изложением, а не заменой для полных текстов статей, с которыми она связана, и которые надо принимать во внимание в любой сомнительной ситуации.

Нарушение		Статья	Санкции		
0.1	Отсутствие фамилии на спине куртки, отсутствие национальных цветов там, где это необходимо, на Чемпионатах мира/командных Кубках мира	Т. 45.4	Отстранение от соревнований		
0.2	Отсутствие фамилии на спине куртки в результате замены несоответствующей токопроводящей куртки	Т.45.5			
0.3	Не появление спортсмена на дорожке по первому вызову судьи за 10 минут до назначенного времени до начала пульки/командной встречи/боев прямого выбывания	Т. 86.5			
0.4	Не появление спортсмена на дорожке по вызову судьи после 3 вызовов через минутные интервалы	Т.86.6	1 ВЫЗОВ	2 ВЫЗОВ	3 вызов Отстранение

Нарушения		Статьи	Санкции (карточки) за нарушения		
1-я группа			1-е	2-е	3-е и т.д.
1.1	Уход с поля боя без разрешения судьи	Т.18.6	Ж Е Л Т А Я	К Р А С А Я	К Р А С А Я
1.2	Кор-а-кор, с целью избежать укол *	Т.20.2; Т.63.2			
1.3	Поворот спиной к противнику *	Т.21.2			
1.4	Закрывание/подмена поражаемой поверхности *	Т.22; Т.49.1.; Т.72.2			
1.5	Касание/захват электрооборудования*	Т.22.3			
1.6	Выход за боковую границу поля боя с целью избежать укола*	Т. 28.3			
1.7	Остановка боя без уважительной причины	Т.31.2			
1.8	Снаряжение/одежда, не соответствующие Правилам. Изгиб лезвия превышающий допустимый. Отсутствие соответствующих Правил/запасных оружия и личного шнура	Т.45.1/2 /3; Т.86.4			
1.9	Выпрямление клинка на дорожке	Т.46.2; Т.61.2; Т.70.5			
1.10	Утыкание или волочение наконечника по токопроводящей дорожке (шпага, рапира)	Т.46.2; Т.61.2			
1.11	Контакт оружия с токопроводящей курткой *	Т.53.3			
1.12	Удар, нанесённый противнику гардой*, любые передвижения вперёд, выполняемые со скрещиванием ног *(сабля)	Т.70.3; Т.75.5			
1.13	Отказ выполнить указания судьи	Т. 82.2; Т.84			

	Нарушения	Статьи	Санкции (карточки) за нарушения		
			1-е	2-е	3-е и т.д.
1.14	Прическа не соответствующая правилам	Т.86.2	Ж Е Л Т А Я	К Р А С Н А Я	К Р А С Н А Я
1.15	Толчок, беспорядочное ведение боя*, снятие маски до команды «стой», одевание или раздевание на поле боя	Т.86.3; Т. 87.2/7/8			
1.16	Некорректные передвижения по полю боя*, уколы (удары), нанесенные грубо, во время или после падения*	Т.87.2			
1.17	Необоснованная апелляция	Т.122.2/4			
1.18	Вход в зону поля боя без разрешения судьи+	Т/92/6			

2-я группа		1-е	2-е	3-е и т.д.
2.1	Использование невооруженной руки*	Т.22.1	К Р А С Н А Я	К Р А С Н А Я
2.2	Просьба об остановке боя под предлогом травмы/судороги, не установленной затем врачом	Т. 33.3		
2.3	Отсутствие марок контроля на оружие*	Т. 45.3.		
2.4	Отсутствие фамилии на спине куртки, отсутствие национальных цветов там, где это необходимо, на личных Кубках мира и Зональных чемпионатах	Т.45.4		
2.5	Умышленный укол вне противника*	Т.53.2; Т.66.2		
2.6	Грубое, опасное или мстительное действие, удар гардой или гайкой*	Т. 87.2; Т.103; Т.105.1		

3-я группа		1-е	2-е	
3.1	Нарушение порядка участником на поле боя. В наиболее серьезных случаях судья имеет право предъявить черную карточку незамедлительно (Т.118.4).	К Р А С Н А Я	Ч Е Р Н А Я	
3.2	Нечестное ведение боя			Т.87.1
3.3	Нарушения, касающиеся рекламы			Рекламный кодекс
3.4	Нарушение порядка любым лицом не на поле боя. В наиболее серьезных случаях судья имеет право предъявить черную карточку незамедлительно (Т.118.4).	Ж Е Л Т А Я		
3.5	Разминка или тренировка без фехтовальной одежды и экипировки соответствующих правилам ФИЕ.			Т.15.2
3.6	Неспортивное поведение			Т.87.2

4-я группа		Санкции (карточки)
4.1	Фехтовальщик, оснащенный электронным коммуникативным оборудованием, позволяющим ему получать указания во время боя	Т.43.1; Т.44.2; Т.45.3
4.2	Снаряжение и оружие, несоответствующие Правилам из-за очевидной подделки марок контроля	Т.45.3
4.3	Оборудование, позволяющее изменять регистрацию уколов/ударов или выводить из строя аппарат по желанию	Т.45.3.
4.4	Отказ фехтовальщика фехтовать с другим участником (в личных или командных соревнованиях)	Т.85.1
4.5	Несоблюдение правил спортивного поведения	Т.87.2; Т.105.1
4.6	Отказ фехтовальщика поприветствовать другого участника (отсалютовать), судью и зрителей до начала боя или после нанесения последнего удара/укола	Т.87.3
4.7	Способствование победе противника, использование соглашения с ним	Т. 88; Т. 105.1
4.8	Умышленная грубость	Т.105.1
4.9	Использование допинга	Т.127

**Ч
Е
Р
Н
А
Я**

ОБЪЯСНЕНИЯ	
*	Аннулирование укола, нанесенного виновным участником
+	Специальная желтая карточка, которая распространяется на всю команду и на всю командную встречу. Если во время той же встречи фехтовальщик совершает нарушение 1-ой группы, то судья, каждый раз, наказывает его красной карточкой.
Желтая карточка	предупреждение , действительное на бой. Если участник совершает нарушение 1-й группы, уже получив красную карточку (за что бы то ни было), он получает снова красную карточку.
Красная карточка	Штрафной укол
Черная карточка	Отстранение от участия в соревнованиях , которое действует до окончания соревнований и в течение двух последующих месяцев текущего или предстоящего активного сезона.
	Участник получает чёрную карточку за нарушения 3-й группы только в том случае, если он раньше совершил нарушение этой группы, получив красную карточку

Глава 5. ПРОЦЕДУРА

Основной принцип

- Т.121.** Различные санкции налагаются компетентными органами, которые выносят свое решение, соблюдая справедливость, учитывая серьезность нарушений и обстоятельства, в которых оно было совершено (см. Т.94, Т.114, Т.124, Т.125, Т.126).

Протесты и апелляции

Против решения судьи

- Т.122.** 1) Решения судьи «по факту» не могут опротестовываться (см. Т.95.1/2/4с, Т.96.2).
- 2) Если участник нарушает этот принцип, подвергая сомнению решение судьи «по факту» **во время боя**, то он наказывается в соответствии с Правилами (см. Т.114, Т.116, Т.120). **Но, если судья неосведомлен или неправильно понимает определенное правило**, или фактически применяет его в обратном смысле, то такой протест может быть принят к рассмотрению.

3) Этот протест должен быть сделан:

- а) в личных соревнованиях участником
- б) в командных соревнованиях участником или капитаном команды

он должен быть сделан без всяких формальностей, устно, но в вежливой форме, причем он должен быть адресован судье немедленно и прежде, чем будет принято решение о последующем уколе.

4) Если судья настаивает на своем мнении, то делегат судейской комиссии или наблюдатель (в случае отсутствия делегата) имеет право вынести решение по этому протесту (см Т. 97). Если этот протест расценивается как необоснованный, участник получает наказания, предусмотренные статьями Т.114, Т.116, Т.120.

Другие протесты и апелляции

- Т.123.** 1) Жалобы и протесты должны **подаваться** в письменном виде немедленно; они адресуются Техническому Директорату.
- 2) Протесты по **поводу состава первого тура** на Чемпионатах мира и Олимпийских играх принимаются только до 19 часов дня, предшествующего данному виду соревнований (см. О.10).

Расследование. Право защиты

- Т.124.** Никакая санкция не может быть вынесена, прежде чем не будет проведено необходимое расследование, в ходе которого заинтересованные стороны должны будут представить свои объяснения или устно, или письменно в сроки, соответствующие обстоятельствам

времени и места. По окончании этого срока решение о санкции может быть провозглашено.

Принятие решений

Т.125. Все решения различных органов юрисдикции принимаются большинством голосов. Голос Президента является решающим в случае равенства голосов.

Повторение нарушения

Т.126. 1) При нарушении спортивной этики, порядка или дисциплины, считается что фехтовальщик сделал повторное нарушение если он совершает новое нарушение, не являющееся нарушением правил ведения боя, в течении двух лет после того как ему выносилось порицание, отстранение от участия в соревнованиях, дисквалификация или временное отстранение от участия в соревнованиях

2) В случае повторения наказанием будет:

а) отстранение от участия в соревнованиях, если предыдущим наказанием было порицание;

б) дисквалификация в турнире, если предыдущим наказанием было отстранение от соревнований или дисквалификация в виде соревнований;

Также смотри [Дисциплинарный кодекс ФИЕ \(глава VII, Устав ФИЕ\)](#)

Глава 6. АНТИ-ДОПИНГОВЫЙ КОНТРОЛЬ

- Т.127
- а) Допинг запрещен ФИЕ. Любое нарушение этого правила влечет за собой дисциплинарные санкции.
 - б) Допинг определяется как одно или несколько нарушений антидопинговых правил, которые изложены в статьях 2.1 - 2.8 Антидопингового Положения ФИЕ.
 - в) ФИЕ присоединилась к Всемирному Антидопинговому Кодексу ВАДА. Антидопинговое Положение ФИЕ основываются на “Моделях положительного опыта” ВАДА и принимает целиком “Обязательные положения” этого документа. ФИЕ принимает целиком документ “классы веществ и запрещенные методы” ВАДА.
 - г) ФИЕ сохраняет за собой право осуществлять допинговый контроль в течение соревнований - то есть, в случае любого соревнования, организованного под ее контролем, также как и вне соревнования.
 - д) Спортсмены принимающие участие в соревнованиях под эгидой ФИЕ обязаны уважать Антидопинговое положение ФИЕ, не использовать запрещенные вещества и запрещенные методы (приемы) и должны быть согласны на любой контроль, как во время соревнований, так и вне его.
 - е) Все правила, касающиеся допингового контроля в момент официальных соревнований ФИЕ. и вне соревнований, фигурируют в статьях Антидопингового Положения ФИЕ.
 - ж) Санкции и последствия санкций вытекающие из нарушений антидопинговых правил предусмотрены Антидопинговым Положением ФИЕ.
 - з) Фехтовальщики, которые нарушили это Антидопинговое Положение, будут подвергнуты процедурам, предусмотренным Антидопинговым Положением. Сообщение о результатах контроля и решения, касающиеся санкций, будет сделано Центральным офисом ФИЕ, которое имеет право донести их до сведения всех федераций.
 - и) Допинговые нарушения, совершенные и санкционированные в одной из федераций членов ФИЕ, будут приняты в расчет и применены ко всем странам членам ФИЕ.
 - к) Изменение антидопингового положения ФИЕ находится в компетенции Исполнительного Комитета.

Общая и специальная физическая подготовка, их неразрывное единство.

Физическая подготовка — одна из важнейших сторон спортивной тренировки фехтовальщика.

Общая физическая подготовка фехтовальщика направлена на всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья, совершенствование важнейших физических и волевых качеств спортсмена, приобретение жизненно необходимых навыков. Такая подготовка содействует умственному, эстетическому развитию, создаёт базу и лучшие условия для специализации в избранном виде фехтования.

Специальная физическая подготовка фехтовальщика носит специализированный характер и направлена на развитие специфических для бойца качеств, навыков и способностей, необходимых для успешного овладения техникой практикой фехтовального спорта.

С другой стороны, специальная физическая подготовка также решает задачи содействия всестороннему физическому развитию, оздоровлению обучаемых и их высокой функциональной подготовке.

Физическая подготовка фехтовальщика, проводимая в единстве с техническим и тактическим совершенствованием, способствует необходимой перестройке всех систем и физиологических функций организма спортсмена и обеспечивает его гармоническое развитие.

К средствам физической подготовки относятся разнообразные физические упражнения: общеразвивающие, специально-подготовительные, подводящие, вспомогательные виды спорта, упражнения комплекса ГТО и основные упражнения из приемов и действий фехтования. Все они охватывают широкий круг двигательной деятельности и обеспечивают развитие необходимых фехтовальщику качеств, умения и навыков.

Определяя содержание физической подготовки фехтовальщика, следует широко использовать положительное воздействие разнообразных физических упражнений, содействующих развитию специальных качеств и прикладных навыков, а также способствующих улучшению восстановительных процессов. Вместе с этим следует помнить и о возможном отрицательном воздействии некоторых упражнений. Так, например, упражнения, связанные с длительными однообразными и медленными силовыми напряжениями в виде неоднократного жима штанги или гантельной гимнастики, служащие для накачивания красивой формы мышц, отрицательно действуют на развитие специальных качеств фехтовальщика. Но рывок и толчок штанги в определенной дозировке могут быть полезными упражнениями и для фехтовальщиков. Поэтому в спортивной тренировке фехтовальщиков следует избегать упражнений, которые отрицательно влияют на развитие специальных качеств и мешают переносить двигательные навыки.

При подборе средств физической подготовки спортсменов необходимо учитывать следующие основные особенности фехтования:

1) комплексное проявление физических и волевых качеств в спортивном поединке при взаимосвязи с противником в постоянно изменяющихся ситуациях боя;

2) ациклический характер двигательных действий, непрерывную смену интенсивности нервно-мышечных усилий, требующих максимальной быстроты, скоростной выносливости, выдержки;

3) «взрывную» силу максимально быстрых двигательных действий при контрастных переходах от статики к динамике действий с намеренным нарушением их темпа, ритма и скорости;

4) богатую тактику обманывания противника быстрыми и точными движениями оружия, тела с использованием внешних и внутренних сторон деятельности;

5) повышенную требовательность к остроте зрительного, слухового, двигательного и вестибулярного анализаторов;

6) регламентированное правилами время боя и количество уколов (ударов) для победы.

Необходимо включить в средства физической подготовки фехтовальщика упражнения, близкие к его спортивной деятельности по характеру их нервномышечных усилий и воздействию на организм. Широко использовать упражнения на восприятие и чувство тонких движений противника, направленные на развитие отдельных мышечных групп, качеств и систем организма, а также упражнения, требующие комплексного проявления разнообразных качеств: быстроты, ловкости, точности и скоростно-силовой выносливости и др. В физической подготовке фехтовальщика следует установить правильное сочетание и выгодное чередование упражнений, целесообразную дозировку в сочетании с активным отдыхом. Для конкретного коллектива фехтовальщиков (детей, юношей, разрядников и мастеров мужского и женского пола) очень важно правильно распределить объем средств тренировки по периодам и установить оптимальную интенсивность их выполнения.

Примерное процентное соотношение общей физической, специальной, технической и тактической подготовки дано в табл.2, рекомендуемой Федерацией фехтования СССР для различных групп фехтовальщиков.

Всестороннее физическое развитие следует осуществлять с детского возраста, с учетом общего физического развития со специализацией по избранному виду фехтования. Основой всестороннего физического развития для приобретения жизненно необходимых навыков и важных качеств служат комплекс БГТО, ГТО I и II ступени, а также разрядные нормы. Однако ограничиться только сдачей норм ГТО и получением спортивного разряда для всестороннего физического развития недостаточно.

Для овладения спортивным мастерством, достижения высоких спортивных результатов и всестороннего гармоничного развития необходимо постоянное, на протяжении всей спортивной жизни,

разностороннее физическое совершенствование. Чем выше спортивная квалификация, тем большее количество разнообразных средств общей и специальной физической подготовки должен применять спортсмен, чтобы достигнуть более высокого уровня технической и тактической подготовленности, а также чтобы сохранить высокую спортивную работоспособность и достигнуть, высоких спортивных результатов.

Примерное соотношение общей физической, технической и тактической подготовки фехтовальщиков (в %)

Группы фехтовальщиков	Периоды тренировки								
	подготовительный			соревновательный			переходный		
	ОФП	СФП	ТТП	ОФП	СФП	ТТП	ОФП	СФП	ТТП
Дети 8—12 лет	70	15	15	50	20	30	80	10	10
Подростки 13—14 лет	60	20	20	40	20	40	80	10	10
Юноши 15—16 лет	50	20	30	30	20	50	70	20	10
Юноши 17—18 лет	30	30	40	20	20	60	70	20	10
Фехтовальщики III разряда	30	30	40	30	30	40	80	10	10
Фехтовальщики II разряда	30	30	40	20	20	60	70	20	10
Фехтовальщики I разряда и мастера спорта	25	25	50	20	20	60	80	10	10
Фехтовальщики среднего и старшего возраста	50	20	30	40	20	40	80	10	10

Примечание: ОФП – общая физическая подготовка; СФП – специальная физическая подготовка; ТТП – техническая и тактическая подготовка.

Понятие о технике фехтования, как комплексе специальных приемов, необходимых для ведения боя

Овладение определенным составом средств ведения поединков, совершенствование двигательных компонентов их выполнения, составляют основное содержание технической подготовки фехтовальщиков.

Многочисленные повторения различных сочетаний движений оружием и передвижений, характерных для тренировки фехтовальщиков, создают широкие возможности постоянного повышения подготовленности.

В начале каждого сезона упражнениям технической направленности отводится ведущее место в целях ускорения технической оснащенности и специализирования зрительных и тактильных реакций, двигательных качеств.

Принципиальная последовательность совершенствования технических приемов и боевых действий с учетом проявлений различных реакций, следующая:

Совершенствование обусловленных приемов и действий, затем с выбором и с переключением. Она целесообразна и как метод повышения качественных требований к тренировке, восстановлению технической подготовленности фехтовальщиков.

Необходимость оптимального повышения требований в процессе совершенствования техники определяет первоначальное освоение однотемповых приемов и действий, а на базе овладения ими – переход к многотемповым приемам и действиям.

Однако, в дальнейшем самое широкое применение у спортсменов различной квалификации занимают разнообразные комбинации средств фехтования.

На основе обобщения опыта можно выделить основные требования к технике движений оружием, определяющие подбор упражнений. Так, совершенствуя уколы и удары, батманы и захваты, следует сосредоточить внимание на усвоении деталей их выполнения.

Техническая подготовленность – степень освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям конкретного вида спорта и направленной на достижение высоких спортивных результатов. Это понятие охватывает форму, характер движений и их внутреннюю структуру. Иначе говоря, это те способы решения двигательных задач, которые отличаются высокой эффективностью.

Чем большим количеством приемов и действий владеет спортсмен, тем более он подготовлен к решению сложных тактических задач, возникающих в ходе соревновательной борьбы.

В структуре технической подготовленности выделяют движения:

- *базовые*, составляющие основу технического арсенала конкретного вида спорта, без которых не возможно эффективное осуществление соревновательной борьбы.

- *дополнительные*, являющиеся второстепенными движениями и действиями, элементами движений, характерными для отдельных спортсменов, и связанные с их индивидуальными особенностями.

Техническая подготовленность характеризуется:

- арсеналом двигательных действий о приемах, действиях и их выполнении;
- наличием двигательного умения;
- образованием двигательного навыка;

Соревновательная деятельность осуществляется при условии владения спортсменом произвольными двигательными умениями и навыками, специфическими для вида спорта. Произвольный двигательный акт человека характеризуется взаимосвязанными сторонами: *двигательной и смысловой*.

Произвольным движением является такое, в управлении смысловой частью которого возможно участие сознания человека.

Умением является приобретенная (на основе знаний и опыта) способность неавтоматизированно управлять движениями в процессе двигательной деятельности.

Умение выполнять двигательное действие формируется на основе определенных знаний о его технике, наличия соответствующих двигательных предпосылок, в результате ряда попыток сознательно построить заданную систему движений.

Большое количество разнообразных двигательных умений является предпосылкой для эффективного технического совершенствования.

Многokратное, стереотипное повторение движений постепенно приводит к автоматизации основных элементов их координационной структуры, к образованию двигательного навыка.

Двигательный навык – автоматизированный способ управления движениями в целостном двигательном действии. При этом автоматизированным действием становится такое, в котором двигательная часть выполняется за счет управления низшими отделами центральной нервной системы (ЦНС), а смысловая – высшими.

Двигательное умение отличают нестабильными способами решений двигательной задачи. Значительная концентрация внимания при выполнении отдельных движений, отсутствие автоматизированного управления ими, и наоборот, особенностями двигательного навыка являются стабильность движений, их надежность и автоматизированность.

Автоматизированное управление движениями является важнейшей особенностью двигательного навыка. Особенностью навыков является слитность движений, проявляющаяся в эффективной координационной структуре, легкости их выполнения, рациональной коррекции. Надежность и вариативность двигательного навыка характеризуется способностью к достижению цели двигательного действия при излишнем возбуждении, утомлении, изменении условий внешней среды.[2]

Результативность техники обуславливается:

1. *Эффективностью* – совершенством решаемых задач и высоким конечным результатом, уровнем основных сторон подготовленности.

2.Стабильностью – помехоустойчивостью, независимостью от условий соревнований и функционального состояния спортсмена.

3.*Вариативностью* – способностью спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы.

4.*Экономичностью* – рациональным использованием энергии при выполнении приемов и действий, целесообразным использованием времени и пространства.

5.*Минимальной тактической информативностью* – важным показателем результативности для соперника в спортивных играх и единоборствах. Совершенной техникой считается только та техника, которая позволяет маскировать тактические замыслы и действовать неожиданно.

Процесс технического совершенствования определяется способностью спортсмена перерабатывать информацию, необходимую для эффективного выполнения движений, их коррекции, контроля за качеством.

Во время выполнения двигательного действия поступающая информация **разделяется на:**

- *сигнально-мотивационную*, обеспечивающую мотивацию двигательных действий, желание выполнить их, сигнал к действию, определение и оценку опасной ситуации в случае ее возникновения;

- *информацию обратной связи*, относящуюся к контролю за выполнением движения телом и его частями, перемещением снаряда, партнеров и соперников, развитием ситуации и др.;

- *фоновую, или остальную*, связанную с накоплением различного рода знаний, оценкой и ориентацией в окружающей обстановке;

- *безразличную. Или сбивающую, затрудняющую рациональную двигательную деятельность.*

Содержание и место тактической подготовки в системе тренировки фехтовальщиков

Тактика фехтования – это умение вести фехтовальный бой, заключающееся в целесообразном и умелом применении различных приемов фехтования с целью победить противника.

Под **тактикой** фехтования в настоящее время понимают целесообразное использование форм, способов и средств ведения борьбы, направленных на достижение максимальных результатов или победы. В более узком смысле слова под тактикой фехтования часто подразумевают совокупность способов использования технических приемов в соответствии с задачами, решаемыми спортсменом в состязании.

Тактическое действие принято разделять на три главные фазы:

- 1) восприятие среды, включая оценку поведения противника и динамики собственного состояния, результатов применения разновидностей действий;
 - 2) анализ полученной информации в соответствии с прежним опытом и целью соревнований;
 - 3) выбор и принятие решений, их воплощение в соответствующих действиях.
- Все эти фазы тесно связаны с памятью и представляют собой нейромоторные компоненты решения тактических задач.

Адекватное **восприятие боевой ситуации** и ее анализ имеют первостепенное значение для всех последующих фаз. Неточное или несвоевременное восприятие служит причиной ошибочных решений в направленности предпринимаемых спортсменом тактических действий. Качество восприятия зависит, прежде всего, от зрительного и тактильного анализаторов. Не менее важное значение имеет точность зрительно-моторных оценок, уровень тактического мастерства (тактический опыт), быстрота протекания мыслительных процессов, сосредоточенность и «настройка» спортсмена.

Во второй фазе (**анализ полученной информации**) мозг спортсмена на основе сопоставления поступающей информации с имеющимся тактическим опытом формирует и посылает соответствующие команды аппарату исполнения, с помощью которого и осуществляется решение тактической задачи. Здесь как раз чрезвычайно большое значение приобретает нелокальный автоматизированный поиск, с помощью которого экстраполируются необходимые для двигательного решения тактической задачи параметры движения – скорость и направление перемещения тела, амплитуда движения, распределение усилий в каждый микроинтервал двигательного действия и т.д.

В третьей фазе (**двигательное решение тактической задачи**) суммируются результаты предшествующих двух фаз. Это действие представляет собой комплексное сочетание, включающее интеллектуальные и физические возможности человека, поскольку здесь складываются итоги восприятия и анализа боевой ситуации с мысленным решением тактической задачи.

Тактические решения формируются под воздействием содержания вида фехтования, в рамках которого разворачивается единоборство спортсменов. Они регламентируются:

- обстановкой соревнований;
- судейством;
- размерами поля боя;
- составом участников;
- значимостью результатов поединков.

Тактическая подготовка имеет особую значимость в процессе повышения квалификации фехтовальщиков, в связи с конкретной направленностью на максимальную эффективность их деятельности в соревнованиях, которая складывается также из реализации в ходе боев различных компонентов, достигнутого уровня подготовленности.

Процесс тактического совершенствования имеет определенное содержание, включающее, прежде всего овладение способами подготовки и применения определенного состава действий, реализации тактических намерений в конкретных ситуациях соревнований. Неотъемлемой его частью является приобретение тактических знаний и специализирование проявлений психических свойств спортсменов, результатом которых явится формирование тактических умений и тактических качеств.

При отборе средств и методов тактической подготовки необходимо учитывать, что основным ее материалом являются упражнения, максимально приближенные к условиям боя, тактические установки, реализуемые в тренировочных боях и соревнованиях. В них воплощена комплексность требований и подготовленности фехтовальщиков по овладению техникой, уровню физических и психических качеств.

Для тактической подготовки фехтовальщиков характерны общие ее теоретические и методические основы.

Тактическое мышление фехтовальщика по подготовке и применению преднамеренных действий основано на предугадывании замыслов или других тактических компонентов действий противника.

В процессе тактической подготовки фехтовальщика специализируются проявления психических качеств, формируется тактическое восприятие и способность представлять и предвосхищать пространственно-временные параметры движения оружием и передвижений.

Тренеру необходимо учитывать, что тактическая подготовленность базируется на достигнутом уровне развития психических качеств. Сами по себе тактические знания еще не обеспечивают, а тем более не гарантируют успешности ведения боев.[22]

Тактическая подготовка сводится к необходимости воздействовать на ученика в двух направлениях:

- 1) обучение тактическим навыкам и умениям и 2) развитие обуславливающих и помогающих тактической боевой деятельности психических качеств.

Обе линии должны осуществляться одновременно. И если первая - образовательная - линия развертывается в основном на фехтовальном материале, то вторая – воспитательная линия, зачастую нуждается в привлечении средств, выходящих за рамки фехтования.

Тренер должен помнить, что необходимой предпосылкой остроты и глубины тактического мышления и его развития у фехтовальщика служит интенсивное стремление к успеху во всей его спортивной деятельности. Спорт, как борьба за лидерство, развивает в человеке самолюбие и здоровое честолюбие, стимулирующие настойчивость и активность в повседневной тренировочной работе.

Очень важна способность маскировать предполагаемые действия для создания у противника ошибочного представления о своем физическом и психическом состоянии, о своих тактических планах.

Основным показателем тактического мастерства является активность действий. Спортсмен высокого класса умеет навязывать сопернику свою волю, оказывает на него постоянное психическое давление разнообразием и эффективностью действий, выдержкой, волей к победе, уверенностью в успехе. Активность тактических действий приобретает особое значение, поскольку имеют место прямое соприкосновение с соперником, возникновение неожиданных ситуаций, требующих соответствующего технико-тактического решения.

Тактическая подготовленность в командных видах спорта проявляется во взаимодействии партнеров в групповых и командных соревнованиях. Предусмотрительность, пространственно-временная адаптация определяют выбор позиции, эффективную контратаку в фехтовании.

Основными направлениями тактической подготовки являются:

- изучение сущности и основных теоретико-методических положений спортивной техники;
- освоение основных элементов, приемов, вариантов тактических действий;
- совершенствование тактического мышления;
- изучение информации, необходимой для практической реализации подготовленности;
- практическая реализация тактической подготовленности.

Знания тактики приобретаются на протяжении всей спортивной деятельности. С ростом мастерства и накоплением опыта объем знаний увеличивается.

Овладению знаниями по теории тактики способствует весь комплекс словесных и наглядных методов. Источниками знаний являются специальная литература, лекции, беседы, объяснения, просмотр соревнований, кинофильмов и видеозаписей, их разбор и анализ. Однако, накопленные знания, не подкрепленные личным опытом спортсмена, не могут оказать положительное влияние на спортивные результаты.

Психологическая подготовка – процесс формирования и совершенствования у спортсменов спортивно-важных качеств

Психологическая подготовка – это постоянный целенаправленный процесс реализации максимальных психических возможностей спортсмена эффективно действовать против любого соперника в условиях соревнования.

Основные задачи психологической подготовки фехтовальщика:

1. Формировать морально-волевые черты личности спортсмена;
2. Повышать уровень развития психических качеств, определяющих эффективность ведения боев в зависимости от вида оружия;
3. Компенсировать недостаточный уровень развития тех психических качеств, которые плохо поддаются тренировке;
4. Управлять тренированностью фехтовальщика воздействием на психическую сферу;
5. Регулировать психические состояния спортсмена в условиях тренировки и особенно на соревнованиях;
6. Управлять поведением бойца в процессе турнира;

Психическая подготовка фехтовальщика распадается на два самостоятельных раздела: общую подготовку и подготовку непосредственно к соревнованию.

Общая психологическая подготовка заключается в развитии и совершенствовании тех технических качеств и свойств личности спортсмена, которые позволяют ему непрерывно совершенствовать свое спортивное мастерство. Общая психическая подготовка осуществляется непосредственно в тренировочном процессе и практически не имеет самостоятельных средств. Ее задачи решаются с помощью всех методов и средств тренировки, но с использованием специальных психологических приемов и специального психологического контроля за ходом подготовки.[2]

Психологическая подготовка непосредственно к соревнованиям заключается в подведении спортсмена к определенному ответственному соревнованию в спортивной форме по психологическим признакам. А также в управлении психическим состоянием и подведением спортсмена в предсоревновательной и соревновательной обстановке. Непосредственная подготовка осуществляется как в предсоревновательных тренировках, так и на соревнованиях. Здесь к педагогическим средствам подготовки добавляются специфические средства (направленные изменения содержания представлений, внушение и самовнушение, психорегулирующая тренировка, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения и т.п.).

В процессе психологической подготовки тренер исходит из основных положений, которые заключаются в психологической характеристике фехтования как специфической игровой деятельности и в психологической характеристике фехтовальщика.

Непосредственно в тренировочном процессе и на соревнованиях фехтовальщик воспринимает большой объем информации о намерениях и

действиях соперника, обстановке боя и т.п. От специфики фехтования зависят требования к таким психическим процессам, как восприятие, память, мышление, представление и воображение, к определенным свойствам внимания. Поэтому в тренировках фехтовальщиков должны быть упражнения на увеличение объема оперативной памяти. Лучшим таким упражнением можно считать выполнение сложных и длительных завязок в индивидуальных уроках.[13]

Необходимость в неослабном контроле за действиями противника представляет повышенные требования к таким свойствам внимания фехтовальщика, как интенсивность и устойчивость. Необходимые свойства внимания достаточно хорошо тренируются в процессе упражнений на мишенях, индивидуальных уроках, учебных и тренировочных боев, не говоря уж об участии в учебных соревнованиях.

Уровень представлений определяет успешное изучение и совершенствование сложных технических приемов и тактических действий: так называемая идеомоторная тренировка (при мысленном выполнении какого-то действия, возникающие импульсы аналогичны тем, которые сопровождают его в действительности) намного сокращает процесс освоения боевого репертуара фехтовальщика.[8,11]

Развитие специальных психических качеств, регуляция психических состояний в процессе тренировки – один из разделов повседневной психологической подготовки фехтовальщика. Другой значительный раздел – технико-тактическое совершенствование, связанное с созданием психологических предпосылок для овладения средствами ведения боя.[5]

Тренировка

Психологическая подготовка в тренировочном процессе фехтовальщика направлена на укрепление в боях технико-тактической оснащенности, общей и специальной тренированности, развитие способности к многообразным волевым проявлениям, саморегуляцию психических процессов и эмоциональных состояний, формирование активной манеры ведения боя, подавление боевой инициативы и воли противника, создание психологической готовности, предельное проявление своих боевых возможностей.[6]

В ходе круглогодичной спортивной тренировки бойца психологической подготовке отводятся самостоятельные задачи. Они пронизывают весь учебно-тренировочный процесс. Эффективность методов психологической подготовки заключается в их взаимосвязи с задачами технико-тактической, физической подготовки, в максимальном использовании средств специальной подготовки, что позволяет добиваться идентичности условий на тренировках и соревнованиях. Соревнования – неотъемлемое звено в тренировке фехтовальщика, оказывающее влияние на его психологическую подготовку к важнейшему соревнованию годичного цикла. В свою очередь, результат, показанный в каждом крупном соревновании сезона (оценивается след, оставленный в психике спортсмена), служит материалом для психологической подготовки к следующему соревнованию.

Место и значение каждого из соревнований в подготовке фехтовальщика определит характер и специфику использования средств и методов психологической подготовки к нему.[7]

Тренировочный процесс перед соревнованиями. Имеющими преимущественно учебно-тренировочные задачи, направлен на расширение и воплощение в боях достигнутой технико-тактической оснащенности, общей и специальной тренированности, преодоление препятствий. Требуемых проявления волевых качеств и способности к саморегуляции эмоциональных состояний, освоение психологически активного стиля боя.

Подготовка к важнейшим состязаниям сезона, когда проделан определенный объем работы к предшествующим соревнованиям, решает задачи создания психологической готовности, психологической настроенности для достижения лучших результатов с учетом индивидуальных черт спортсмена.

Для формирования процесса совершенствования фехтовальщика большое психологическое значение имеет постановка частных задач с использованием различных форм и средств подготовки (самостоятельного совершенствования передвижения, техники движений оружием на мишенях, взаимопражнений с партнером, ведения боев, применения боевых действий и средств физической подготовки и др.), их дозирование, достижение определенных результатов, технической, тактической, физической подготовки (достижение точности уколов, ударов, включение действий в репертуар бойца, сохранение дистанции, ведение боя в определенной манере, достижение требуемого качества боевых движений, нормативов по физической подготовке), соблюдение тренировочной и соревновательной дисциплины.

Значительная по объему работа в учебно-тренировочном процессе приходится на укрепление технико-тактической оснащенности бойца, формирование психологически активного стиля ведения боев

Поэтому исключительно важным направлением психологической подготовки фехтовальщика является ускорение пути освоения действий нападения и обороны, расширение круга используемых боевых ситуаций, вариантов тактического обманывания.[9]

Постоянно внимание бойцов и тренеров должно быть направлено на сохранение в боевом репертуаре наиболее выигрышных для каждого спортсмена действий и на усиление их средствами борьбы против контрдействий противников; на стиль боя, его соответствие данному спортсмену, эффективность совокупности проявлений важнейших психологических качеств.

Основные трудности работы заключаются в индивидуальном подборе средств и методов активного воздействия на психику ученика с целью снятия психологических барьеров, мешающих спортсмену применять боевые действия, в создании (в уроке и в тренировочных боях) условий, облегчающих или диктующих определенное построение схватки, выполнение заданного действия, предопределяющего ход тактических

намерений противника. Особую значимость в связи со спецификой фехтования приобретает стимулирование фехтовальщиков к творчеству и постоянному росту тренировочной культуры, увеличение объема специальных знаний, развитию способности самостоятельно регулировать свое эмоциональное состояние во время тренировки и состязаний.[10]

Средства и методы воспитательного воздействия на ученика (как технико-тактического, так и морально-психологического плана), как показывает многолетняя спортивная практика, в наиболее концентрированной форме осуществляемы в индивидуальном уроке. Однако, индивидуальный урок в основном наиболее эффективное поле деятельности для тренера. Ибо фехтовальщик не может вырасти в одиночестве, вне жизни всего спортивного коллектива, команды.

Результаты работы тренера, направленной на психологическую подготовку фехтовальщиков, находятся в прямой зависимости не только от уровня его профессиональной подготовленности, знаний специфики фехтовального спорта, но и от его способности воздействовать на психику учеников, их настроение и эмоциональное состояние, влиять на действия и намерения, и тем самым интенсифицировать ход тренировки, степень освоения материала. Вызывая у спортсменов радость, удовлетворение, надежду, интерес, ожидание, сознание собственной спортивной силы, тренер облегчает им работу с утомлением, помогает найти силы для максимально волевых напряжений.

Использование средств и методов психологической подготовки дает наибольший эффект при учете уровня подготовленности учеников, гибкости их тактического мышления, восприимчивости к новому, манеры ведения боя, особенностей протекания нервных процессов, устойчивости психики, взаимоотношений тренера с учеником.

Однако при подготовке фехтовальщиков к любым соревнованиям тренер должен сделать все, чтобы ученики ясно осознали необходимость борьбы за планируемый результат, приобрели интерес к борьбе. Ибо специфика фехтования, как вида спорта, такова, что более слабый при максимальной концентрации усилий может победить спортсмена, заметно превосходящего его по силам.[17]

Содержание психологической подготовки фехтовальщиков составляют средства и методы, направленные на ускорение процесса овладения поединков, повышение уровня проявления психологических свойств спортсменов и морально-волевых черт их личности, создание уверенности в своих силах и возможностях.

Итогом целенаправленной подготовки является состояние готовности, которое выражается в мобилизованности спортсмена на достижение более высоких показателей в соревнованиях, направленности намерений и действий на решение тренировочных и соревновательных задач.

Составной частью психологической подготовки является воспитание моральных сторон личности спортсмена, продолжающееся непрерывно в течение всей спортивной деятельности, включающее также формирование

личностных качеств (выдержки, самообладания, решительности, смелости и др.).

Решающее влияние на психологическую подготовленность оказывает соревнование, так как в ходе характерного для них многокомпонентного воздействия на психическую сферу участников, результат практически каждого выступления оставляет определенный след в оценках собственных возможностей и вызывает их сопоставление с уровнем квалификации противников, и, следовательно, отражается на уровне притязаний фехтовальщика. Поэтому, участвуя в серии соревнований, спортсмен преодолевает конкретные ступени на пути формирования наивысшей готовности к важнейшему соревнованию годичного цикла или четырехлетия.

Подготовка к соревнованиям, участие в которых имеет преимущественно тренировочные цели, целесообразно направить на воплощение в поединках достигнутого уровня технико-тактической подготовленности, специальной тренированности, повышение уровня тактической активности при выборе действий и построений поединков. Кроме того, важны установки на преодоление препятствий, требующих проявлений волевых и личностных качеств, применения средств саморегуляции эмоциональных состояний. При подготовке же к важнейшим соревнованиям сезона (когда реализованы уже определенные усилия в предыдущих турнирах) целесообразно аккумулирование педагогических воздействий на формирование оптимальной готовности психической сферы, создание общей настроенности на высший и реально достижимый результат.

Также особое место в психологической подготовке фехтовальщика занимает управление деятельностью спортсмена в соревнованиях со стороны тренера. Оно включает индивидуальный урок в качестве специализированной разминки, тактической установки перед боями и ступенями соревнования для уменьшения степени тактической неопределенности ситуаций и реализации их психорегулирующего эффекта, оптимизации уровня притязаний и проявлений личностных качеств. Отсюда очевидно исключительно большое влияние тренера (отдающего много сил и времени каждому спортсмену в постоянных индивидуальных уроках) на весь процесс морально-волевой подготовки и воспитания фехтовальщиков. Имеет место прямая зависимость уровня достижений спортсменов в соревнованиях от профессиональной подготовленности тренера и способности управлять своими эмоциями (поведением), от его проникновения в мотивы поступков учеников и собственного отношения к выполнению служебного долга.

Одной из важнейших проблем для фехтовальщиков является перенос освоенных в тренировке средств ведения поединков в условия соревнований. Произвольный характер принятия решений из-за множественности приемов их реализации и необходимость преодоления намерений и воли противника делают этот процесс крайне сложным, нередко достаточно продолжительным и имеющим индивидуальные особенности.

Психологические предпосылки для ускорения процесса технико-тактического совершенствования создаются на основе:

- освоения взаимосвязей между определенными действиями (особенно с альтернативными тактическими задачами) и их учет при выборе тактических намерений;
- формирования тактической инициативы;
- создания надежности проявлений достигнутого уровня специализированных умений;
- осознания реальной оснащенности средствами ведения поединков и резервов расширения их состава;
- варьирования содержания и направленности индивидуальных уроков;
- приспособления к условиям деятельности в боях и соревнованиях.[12]

Формирование тактической инициативы

Психологически активная манера ведения боев основывается на знаниях и оснащенности средствами, позволяющими фехтовальщикам навязывать противникам тактику ведения поединков. Выбор действия направляется как на обыгрывание конкретного тактического замысла противника наиболее результативным действием, так и на разрушение его тактических намерений применением неожиданных действий для текущей ситуации боя.

Определение конкретного тактического замысла противника основывается на результатах анализа действий разведки. Для этого в упражнениях индивидуального урока предопределяется прямая или обратная зависимость тактических решений и действий между учеником и тренером. Перед спортсменом ставятся задачи, оценивая каждую тренировочную ситуацию на основе уже имеющихся данных или применения действий разведки, выбрать и выполнить единственно верное боевое действие. Фехтовальщик в этом случае самостоятельно тактически мыслит и, используя имеющийся объем тактических знаний и соревновательного опыта, переигрывает конкретные тактические намерения противника.

Разрушение тактических намерений осваивается за счет применения разновидностей действий, возможных в типовой ситуации. Повышение адекватности выбора действий создает у спортсмена убежденность в достоверности принимаемых в бою решений, формирует критичность оценок прошедших боев и соревнований.

Совершенствование волевых и личностных качеств

Фехтовальный бой как вид единоборства предъявляет много специфических требований к психике фехтовальщика, наличие у него определенных волевых и личностных качеств. Очень трудным является участие в соревнованиях, обычно продолжительностью от одного до четырех дней с 20-40 поединками, характерными постоянным преодолением чужой воли, интенсивной умственной и двигательной деятельностью. В соревнованиях возрастает ответственность за каждый укол (удар) по мере продвижения участников к финалу и увеличения усталости, имеет место субъективность судейства. Все это ставит спортсменов в условия, в которых достижение побед немыслимо без проявлений определенных личностных

качеств (целеустремленности, инициативности, дисциплинированности, настойчивости, выдержки, самообладания, решительности, смелости).

Развитие волевых качеств должно основываться на уверенности фехтовальщиков в своих силах, понимания им реальности воплощения поставленных технико-тактических или морально-волевых задач, осознания целей и средств их достижения. Спортсмены должны знать характерные особенности своего стиля боя (его сильные и слабые стороны) соотношение сил с противниками, положительные или отрицательные влияния возможных ситуаций боев на психику противников. Важно также помнить типичные случаи из собственной боевой практики, черпать знания из опыта соревнований известных спортсменов.

Методами развития волевых качеств могут быть:

- организация тренировок в форме групповых занятий;
- проведение совместных занятий спортсменов с различным уровнем подготовленности, что позволяет использовать силу примера;
- применение соревновательных упражнений;
- использование различных гандикапов;
- проведение тренировочных занятий и соревнований в условиях более трудных, чем официальные соревнования;
- постановка конкретных тренировочных задач, вынуждающих к преодолению определенных трудностей;
- постановка задач на проявление максимальных усилий;
- самостоятельное участие в соревнованиях, показательных выступлениях, тренировочных занятиях.

Особые требования предъявляются к психической сфере фехтовальщика при подготовке его на роль лидера, способного взять на себя ведущую роль в ходе соревнования и выполнить ее (выступление первым или последним номером в команде). Результатом целенаправленных усилий явится расширение диапазона возможностей спортсменов

ОСВОЕНИЕ КОНТРААТАКУЮЩИХ (ОТВЕТНЫХ, СТРЕЧНЫХ) ДЕЙСТВИЙ

1. Контратака на предстартовое движение вперед собирающегося атаковать противника. Ее называют останавливающей контратакой, или останавливающим уколом. Выполняемая на подготовку атаки, она стоит на грани атаки, и в зависимости от каких-нибудь десятых долей секунды ее можно причислить то к атаке, то к контратаке. Эта близость "аррета" к атаке вызывает у некоторых фехтовальщиков стремление обманывать судей, оформляя контратаку под атаку. Результативное пользование останавливающей контратакой требует от фехтовальщиков тонкого понимания боевого момента.

2. Контратака, совершаемая на уже начавшуюся атаку, называется контратакой в темп или уколом-ударом в темп. Такая контратака рассчитана на поражение противника в момент его атакowego приближения, или в момент выполнения им какого-либо предварительного приема, или того и другого вместе. Контратаки в темп фехтовальщик, как правило, осуществляет против ожидаемого и предполагаемого им действия в атаке противника. Так, например, на фазу сближения в атаке противника, на скоростной шаг вперед, на прыжок вперед, на начало броска, на сочетание перечисленных моментов в атаковой работе ног с финтами и действиями на оружие или даже на предварительные действия оружием, не сопряженные с приближением. При контратаке с опережением, т. е. выигрышем темпа, контратакующему необходимо учитывать возможные противодействия противника, собирающегося атаковать.

К ним относятся в первую очередь ложные атаки, умышленно вызывающие противника на контратаку для последующего ее отражения парадом, атаки с неожиданным действием на оружие, внезапно возникающие атаки. Уколы и удары в контратаках в темп могут совершаться на первый темп атаки противника при двухтемповой по времени атаке и на любой последующий темп при многотемповых атаках.

3. Встречная атака - вариант контратаки, в которой фехтовальщик не задается целью обязательно выиграть темп. Имеются разновидности ее встречная атака в расчете на двойное туше при одновременном нанесении уколов в фехтовании на шпагах и встречная атака с оппозицией или с уклонением телом (вольтом) на всех видах оружия. Встречная атака выполняется на единственный или последний темп атаки противника, т. е. на непосредственную попытку атакующего нанести укол или удар. Контратака с оппозицией или с вольтом находится между действиями обороны и нападения, поскольку включает в себя одновременно и то и другое. Подобно атаке контратака всех разновидностей будет иметь наибольший успех, если ее начать выполнять неожиданно для атакующего. Поэтому очень важно маскировать свое намерение совершить контратаку. Контратака имеет большое психологическое воздействие на атакующего. Получив туше в контратаке или только зная, что противник успешно и часто ими пользуется,

намеревающийся атаковать испытывает затруднение, так как ищет особенно надежного момента для внезапного нападения, который может в течение боя так и не возникнуть.

Повторная атака, взятая изолированно, сама по себе не отличается от основной и называется повторной лишь в связи с непосредственно предшествовавшей основной атакой. Повторная атака возникает, когда атакуемый чувствует, что отступивший или применивший парад или и то и другое одновременно не намерен в силу объективных или субъективных причин сразу же без потери темпа нанести укол-удар. Такие повторные атаки свидетельствуют о хорошей ориентировке фехтовальщика как в фактической, так и психологической стороне боя. Первая, действительная, атака в этих случаях непроизвольно служит эффективной подготовкой внезапности, неожиданности второй, т. е. повторной, атаки.

Повторные атаки, как правило, выполняются экспромтом и тактически существенно обогащают бой. Tактической разновидностью повторной атаки является повторная атака в атаке второго намерения, т. е. проведенная после ложной первой атаки. В этом случае повторная атака возникает не как непредвиденное самим атакующим действие, а как преднамеренная, специально подготовленная атака. Первая атака служит лишь подготовкой и поэтому не отличается глубиной, хотя противник должен принять ее за истинную попытку поразить его. Неожиданность истинной, т. е. повторной, атаки в этом случае обуславливается сосредоточением внимания атакуемого на противодействии первой атаке. Сдвоенный укол-удар - разновидность повторной атаки. По внешней ситуации отличается от нее лишь большим сближением бойцов и наличием парада у атакуемого, создающим опасную для атакующего рипостовую обстановку. Успешное применение ремизов возможно лишь при предельно тонкой ориентировке в боевом моменте.

Ответная атака. Ответная атака - это развитый в атаку ответ. Однако ответом ее считать нельзя, так как она обычно выполняется после разрыва дистанции и с паузой в защитном прикосновении клинков на всякий случай, что лишает атакуемого формальных преимуществ ответа. Возникающая дистанция при этом хотя и не позволяет провести быстрый ответ, но создает все же подходящую ситуацию для выполнения атаки. Ответная атака, сходная с описанной выше, может возникнуть сразу же после отступления и без какой-либо попытки взять защиту, т. е. без соприкосновения клинков, что создает предпосылки применять ответные атаки и с действием на оружие. Неожиданность ответной атаки обусловлена опаздывающим переключением внимания противника от атакowych забот к оборонительным.

Ложная атака. Ложными атаками называются действия, внешне похожие на атаки, но имеющие целью лишь вызвать у противника противоатаковые реагирования для дальнейшего их обыгрывания. Ложная атака может применяться изолированно: для отеснения противника, для разведки или игры дистанцией и в едином комплексе с последующими действиями в атаках второго намерения. Ложная атака как способ приближения и противодействия контратакам. Бойцы очень часто пользуются ложной атакой как способом

наиболее безопасного приближения к противнику. Относительная безопасность такого приближения обуславливается тем, что ложная атака все-таки является атакой и может перейти в действительную в момент контратаки противника. Если фехтовальщики не знают друг друга, тогда на первые ложные атаки будет вполне оправданным ответить отступлением. Уяснив игру противника и поняв манеру выполнения им ложных атак, боец сможет с наименьшим риском обыгрывать их активными контрдействиями, из которых наиболее эффективным будет атака навстречу с действием на оружие.

Противодействие атакой ложной атаке имеет то достоинство, что ставит противника дистанционно в крайне невыгодное положение. Наряду с атаками с действием на оружие контрдействием ложной атаке может служить встречная атака обычно уколом, реже ударом, с оппозицией. Кроме ложных атак, имеющих целью войти в определенные желаемые взаимодействия (в атаках второго намерения), фехтовальщики широко применяют ложный старт-"предсигнал" к атаке, т. е. движения, создающие у противника впечатление, что его вот-вот атакуют. Подобного рода движениями пользуются для разведывания оборонных реакций противника, для маскировки начала своей истинной атаки, для подавления активности и агрессивности противника, для отгона противника и т.д.

Атаки второго намерения. Атаками второго намерения называется определенный, заранее задуманный как единое целое, комплекс действий, начинающийся с ложной атаки и завершающийся нанесением укола-удара противнику в ответе, контрответе или в повторной атаке. Атака второго намерения, вызывающая контратаку, применяется наиболее часто. Начинается она с ложной атаки, которая может выражаться по-разному: в виде шага вперед, выпада, бега вперед и т. д. , при одновременном выполнении какого-либо приема оружием или при бездействии им. Задача ложной атаки в этом случае заключается в том, чтобы вызвать противника на попытку контратаковать, а затем, парировав укол-удар в контратаке, нанести ему ответный укол-удар. Поскольку ложная атака в данном случае имеет целью вызвать контратаку противника, начинать ее следует умышленно не врасплох, но правдиво. Тогда применение парада против контратаки не представит трудности и ответ почти наверняка достигнет цели.

Атака второго намерения, имеющая целью поразить противника в контрответе, применяется значительно реже, так как таит в себе больше риска. Ложная атака в этом случае должна завершаться движением укола-удара, похожим на истинную попытку нанести туше. Трудность ложной атаки заключается в том, что если она проводится неглубоко, то не вызовет защиты. Выполненная же с глубиной действительной атаки, она вызовет защиту с последующим ответом, но в такой дистанции, в которой можно получить укол-удар в ответе. Тактическая целесообразность атаки второго намерения, рассчитанной на нанесение туше в контрответе, заключается в том, что фехтовальщик, атакуемый ложной атакой, выполняет ответ в неблагоприятной для него технической и психологической обстановке. Широкое применение в фехтовании на рапирах и на саблях получили умышленные

сочетания ложной атаки с непосредственным переходом в повторную атаку. Выгодность такого рода атак второго намерения заключается в том, что ложная атака в этом случае служит наиболее безопасным приемом сближения, переходящим без остановки в истинную атаку.

Контртемповая атака - это атака совершаемая в один темп в расчете на то, что дальняя дистанция в момент ее возникновения создаст впечатление у противника возможности поразить атакующего контратакой в момент его предварительного приближения. Боец, выполняющий контртемповую атаку, как правило, в одном выпаде, все же достигает укол-ударом противника, вызванного на контратаку с выпадом. Контртемповые атаки широко применяются и как приемы теснения противника и наиболее безопасного приближения к нему и как способ устранения контратак из боевых действий соперника. Предварительные приемы сложных атак. Как известно, атаки по признаку количества содержащихся в них приемов делятся на простые и сложные. Предварительные приемы применяются в атаках с целью обезопасить свое атакое приближение и открыть какое-нибудь место поражаемого пространства противника для нанесения туда укола или удара. Успешное использование простых атак создает условия для применения сложных атак, а, в свою очередь, результативность сложных атак способствует успеху простых основных и контртемповых атак.

Простые и сложные атаки обуславливают друг друга, и поэтому умелое чередование их – необходимая тактическая игра при нападении. Обманы (финты). Обманы в атаке преследуют две основные цели. Первая - без потерь пройти момент приближения, а вторая - создать выгодное для нанесения укола-удара взаимоперемещение клинков. Первая цель достигается тем, что атакующий в момент сближения занимает внимание противника одной заботой об избежании укола-удара и ему уже не до контратаки и перехватов. Такую инстинктивно-защитную реакцию вызывают обманы, застающие противника врасплох. Ожидаемый же противником обман создает наилучшие условия для проведения им успешной контратаки. Особенно тщательная подготовка необходима для неожиданного выполнения первого обмана. Здесь важно поймать или создать такой момент для начала обманного движения, в котором сочеталась бы опасная близость с отсутствием оборонной настороженности. Вызвав защитную реакцию у противника на первый обман, атакующий уже имеет больше преимуществ на успех при последующих обманах. Вторая цель финта - задержать защитное реагирование противника на финальное движение оружием атакующего. Осуществляется это принуждением противника реагировать защитными движениями на ложные угрозы финтов. Запаздывание с движением финальной защиты атакующий может увеличить посредством применения второго, а иногда третьего и четвертого финтов. Наибольшей эффективностью отличаются обманы в ответных атаках и вызываемых противником контратаках. Обман паузой, или, как его иногда называют, "синкопой", представляет собой обманывание посредством изменения привычного ритма атаки. Боец, атакующий всегда в одном ритме и темпе, позволяет своему противнику приспособиться к его

атакам, что значительно облегчает применение им парадов. Поэтому ускорение в конце атаки иногда выгодно заменить паузой с быстрой концовкой или даже просто замедленным финальным движением. Синкопы приобретают наибольший эффект у быстрых фехтовальщиков, атаки которых заставляют противника предельно спешить с выполнением защитных действий.

Страховка. Приемы страховки в сложных атаках применяются на всех видах оружия. Цель этих приемов - застраховать себя в атаке от получения укола-удара в темп. Особенно часто к страховке прибегают в боях на саблях против любителей контратак ударом по руке снаружи и по голове. Если боец на саблях знает, что его противник имеет пристрастие к удару в темп по руке снаружи и выполняет его автоматически, не пытаясь разобраться, в каком положении находится рука и оружие атакующего, то бывает выгодно начинать атаку, принимая заранее положение низкой, 3-й защиты, редухраняющей руку от получения удара извне. При удачно выбранном моменте атакующего старта противник предпринимает излюбленную попытку ударить в темп и, попав в защиту, получает немедленно удар в ответ. Против спортсмена, который упорно предпочитает контратаковать ударом по голове, можно применить атаку со страховкой, принимая с началом атаки 5-ю позицию, а получив удар по клинку сверху, - немедленно ответить.

В фехтовании на рапирах к страховке нередко прибегают как к средству против возможной контратаки уколом прямо. Чаще всего это холостое движение верхних защит из нижней позиции или, наоборот, холостое движение нижних защит из верхней позиции. Если фехтовальщик, применивший страховку, не встретил клинка противника, он без задержки завершает атаку уколом. Действия на оружие. Действиями на оружие называются воздействия клинка на клинок противника с целью, обеспечить успешность атаки, вызвать соперника на желаемые боевые реагирования, провести разведку и т. д. При вызовах противника на определенные действия и в разведке действия на оружие выполняются преимущественно как изолированные одиночные движения. В атаках же они вплетаются в нее и составляют единое действие – сложную атаку. Применение захватов, батманов, нажимов и контролирующих соединений в действительных атаках имеет две основные задачи: 1) приблизиться в атаке к противнику с наименьшим риском получения туше в контратаке; 2) создать выгодное для нанесения укола-удара взаиморасположение клинков фехтовальщиков. Неожиданные батманы и захваты в атаке страхуют атакующего от уколов прямо и прямых ударов в контратаке. Однако ожидание батмана или захвата в атаке противника позволяет обороняющемуся с успехом пользоваться в контратаке уколами и ударами с переводом или переносом. Для того чтобы не получать таких уколов-ударов в контратаке, следует маскировать не только начало атаки, но и направление движения клинка в батмане или захвате. Более того, неожиданные для противника по направлению движения клинка батманы или захваты позволяют атакующему не прибегать к маскировке момента начала атаки. В этом случае момент неожиданности переходит с

начала атаки на направление движения клинка в действии на оружие. Обе задачи действий на оружие в действительных атаках обычно сочетаются в единых движениях. Но атакующий может делать акцент на одной из двух задач в зависимости от того, что он ожидает от обороны противника. В зависимости от этого несколько меняется и техника выполнения.

Комбинированные атаки. Комбинированные атаки содержат в себе обычно два различных предварительных приема. Как правило, действие на оружие сочетается с последующим финтом. Например, в бою на рапирах и шпагах: захват в 6-е соединение, обман переводом и укол с переводом; в бою на саблях - батман во 2-е соединение, обман ударом по руке снаружи, удар по голове с переносом. Мотивы применения комбинированных атак те же, что и при использовании обманов и действий на оружие. Наиболее часто они применяются при сочетании двух задач - застраховать себя действием на оружие от возможности получения туше в контратаке и повысить эффект финта, который выполняется в такой дистанции и при такой раскрытости противника, что вызывает ярко выраженное защитное реагирование атакуемого. Особенно выгодно применять комбинированные атаки против соперников, которые строят свою оборону на парадах с ответами.

Эффективность финта в этих атаках повышается при привычке обороняющегося отражать двухтемповые атаки. К комбинированным атакам прибегают при нападении издали или на глубоко отступающего противника. В этих случаях длительность вхождения в критическую близость может заставить бойца применить несколько предварительных приемов. Комбинированные атаки обычно преднамеренные с начала до конца. Однако их можно использовать при действии на оружие с последующим финтом и в атаках без predetermined завершения. Здесь, в фазе ожидания противодействий соперника, батманы и захваты часто заменяют длительным легким нажимом, контролирующим оружие противника. Чередование простых и сложных атак. Большое место в тактике нападения занимает чередование простых и сложных атак. Наиболее эффективным противодействием простым атакам противника является защита с ответом. В противодействиях сложным атакам наряду с парадом мощным средством обороны являются все виды контратак. На этом основании нападающий может вести тактическую игру. Заключается она в том, что атакующий стремится к тому, чтобы простые атаки приходились на попытку обороняющихся контратаковать, а сложные атаки - на попытку применять парад.

Для того чтобы эта тактическая игра была успешной, фехтовальщик должен уметь предугадывать оборонные мероприятия противника, а еще лучше - управлять ими. Эта задача облегчается, если атакующий умеет нападать врасплох, зная при этом привычные защитные реагирования противника. Например, если всегда противник реагирует на неожиданную атаку попыткой взять защиту, можно успешно применять сложные атаки с обманами, заботясь лишь о том, чтобы они были неожиданными для него. Если же противник при неожиданном нападении всегда реагирует встречным движением оружия, то атакующему выгодно использовать одностемповые

простые атаки или контртемповые атаки, заботясь лишь о том, чтобы они были внезапными. Рассчитывать на оборонные реагирования инстинктивного характера можно лишь в бою с несколько наивным противником. С искусственным же соперником приходится оборонные реагирования организовывать как бы "подсказывая" ему их. Например, успешно проведенная сложная атака с обманом или несколько таких атак - хорошая предпосылка для успеха простой, но не неожиданной атаки. Успешно осуществляемые простые атаки заставляют противника применять преимущественно парады, что благоприятствует успеху атак с обманами. Однако одной догадки, о чем думает противник в данное мгновение, бывает обычно недостаточно. Очень важно помимо своего умозаключения уметь улавливать еще внешние признаки намерения противника, которые он тщательно маскирует. Иногда приходится незаметно для противника провести разведку. Применение простой и сложной атаки свидетельствует о тактической зрелости фехтовальщика. К классическому примеру тактического умения жонглировать простыми и сложными атаками можно отнести фехтование многократного чемпиона мира венгра Рудольфа Карпатти.

Наступательная игра, какая бы она ни была - простая или сложная, не может не вызвать контригры противника, которая состоит в разоблачении этой игры и попытке, в свою очередь, управлять ею. Действия обороны. обороной называется противодействие фехтовальщика нападающим действиям противника, производимое с целью избежать получения укола или удара. Оборона может быть активной и пассивной. При активной обороне атакуемый стремится не только избежать получения укола-удара, но и использовать приближение противника для нанесения его ему. При пассивной обороне фехтовальщик стремится лишь избежать получения уколов-ударов. Он отступает, разрывает дистанцию боя и защищается без последующих ответов. Действия обороны - это ответные действия. Поэтому обороняющийся, как правило, не владеет инициативой и не имеет преимущества начального движения. Однако в бою эти невыгодные моменты обороны можно компенсировать разнообразием противодействующих атак средств - защитами с ответами, контратаками, уколами или ударами в темп при отходе атакуемого и т. д. Эти разнообразные средства, которыми пользуется боец в противодействиях нападению часто лишают противника смелости и решительности при выполнении атак, поэтому боец, отражая атаки, не должен прибегать к узкому кругу приемов.

Действия в обороне могут быть преднамеренными, задуманными заранее, и непреднамеренными. Преднамеренные действия обороны осуществимы, когда внимание фехтовальщика в момент начала атаки противника сосредоточено на ожидании этой атаки. Непреднамеренные действия обороны возникают, если фехтовальщик был застигнут атакой противника врасплох, неожиданно. Противодействия ожидаемой атаке. Атака противника теряет почти все свои боевые достоинства и преимущества даже в том случае, когда ее содержание неизвестно ожидающему нападению бойцу. Относительная легкость оперирования преднамеренными действиями поможет атакуемому

успешно применять широкий круг приемов: конкретные или безотносительные защиты в умеренном отступлении с последующими ответами, "перехват" оружия с шагом вперед и ответом, с отступлением с "вытянутой рукой", безотносительную сложную систему защит, стоя на месте с ответом, вольт, контратаку с последующим отступлением или глубокое отступление. Все эти действия в условиях обыгрывания ожидаемых движений могут выполняться вариативно и в разные моменты атаки противника. Парады с ответами. Наиболее "чистым", классическим способом активной обороны следует считать парирование с последующим ответом. Этот способ обороны наиболее легок для определения тактической правоты.

Хорошо отработанная защита, кроме того, имеет большое психологическое воздействие как на выполняющего ее, так и на противника. Сознавая надежность и эффективность своих парадов, боец не очень опасается внезапных атак противника, находясь в нормальной боевой дистанции.

Это создает наилучшие предпосылки для результативных нападений на противника. Хороший "рипостер", во-первых, не боится даже укороченной дистанции в бою.

Во-вторых, противник, получив несколько ответных уколов-ударов, стремится так атаковать, чтобы финальная попытка нанести туше приходилась на момент предельной приближенности к атакующему. Таким образом, удлиняя по времени и пространству фазу приближения к сопернику и используя финты или действия на оружие, боец тем самым способствует успешному применению соперником контратак.

В-третьих, противник, учитывая мощную защиту бойца, считает возможным атаковать только в особо надежные моменты, тщательно подготавливая их, что ведет к уменьшению атак в его бою.

В-четвертых, хороший защитник ведет бой уверенно, он менее пуглив и поэтому не реагирует на каждое ложное движение нападения противника. Тем самым он сохраняет свою нервную энергию и имеет возможность спокойно осмысливать происходящее на "дорожке". Необходимо отметить, что когда мы говорим о парадах как о средствах активной обороны, то имеем в виду парад с последующей попыткой нанести укол-удар в ответе. Применение парада от истинной попытки противника нанести туше без последующего ответа, как, правило, свидетельствует о техническом несовершенстве и является грубейшей боевой ошибкой, так как принятие защиты бойцом - наиболее верный момент из всех возможных ситуаций боя для нанесения укола-удара противнику.

Преднамеренные защиты возникают в тех случаях, когда атакующий идет на вызов противника и пытается поразить определенное предлагаемое ему место. В этом случае совершающий вызов боец ждет конкретной попытки противника нанести укол, т. е. он настроен выполнить определенную защиту. Это позволяет ему действовать технически правильно и с минимальным отставанием начала защиты от начала атакующего движения (удара или укола). Более того, при взятии заранее определенной защиты ее можно начинать выполнять раньше, чем определится направление движения

атакующего. При ожидании попытки противника нанести туше без приглашения сделать это по предлагаемому месту уже нет той предельной заблаговременности, которая характерна для описанного выше случая. Здесь уже для отражения атаки может прийти на выручку преднамеренная обобщающая защита, о которой речь пойдет дальше.

Непреднамеренные защиты. Непреднамеренные оборонные действия, в частности защиты, возникают почти произвольно, с минимальным контролем сознания, как непосредственное реагирование на неожиданно увиденное оружие противника. Этими защитами (особо нуждающимися в высокой степени автоматизированности) фехтовальщик должен владеть в совершенстве, чтобы применение их в бою приводило в большинстве случаев к успеху. Непреднамеренные защиты являются последней линией обороны и надежным фундаментом оборонных действий фехтовальщика. Надежность их применения должна освободить его сознание от излишней тревоги и боязни нападения противника и способствовать созданию наиболее благоприятного психического состояния для активного, смелого и успешного ведения боя. Использование этих защит от неожиданного укола-удара облегчается тем, что во время приближения атакующего фехтовальщик успевает начать движение назад, что удлиняет время выполнения укола-удара. Поэтому эти защиты, как правило, выполняются с одновременным небольшим отходом назад.

Тактические разновидности защит. Все защиты (парады) независимо от того, преднамеренные они или нет, разделяются по моменту их применения и боевой задаче на конкретные, обобщающие (или безотносительные), перехваты ("взятие клинка"), ложные и защиты второго намерения.

Конкретная защита. Конкретной защитой называется такая защита, в которой защищающийся действует своим клинком на увиденный клинок противника, пытавшегося нанести туше.

Обобщающая защита. Обобщающей, или безотносительной, называется такая защита, в которой обороняющийся своим защитным движением перекрывает все пути движения оружия противника, пытающегося нанести укол или удар. Защищающийся в этом случае не смотрит, куда, в какое точно место поражаемого пространства атакующий намерен нанести укол-удар. Движение обобщающего парада начинается раньше, чем удастся точно выяснить, какую часть тела собирается поразить противник. Однако высокая своевременность обобщающей защиты сочетается с широтой защитного движения оружием, а отсюда порой неправильным сопоставлением частей клинков в параде. И все же минусы обобщающей защиты с лихвой окупаются ранним стартом клинка при ее выполнении.

Перехват - тактическая разновидность защиты, т. е. оборонное действие, при котором оказывают воздействие на оружие противника. Это воздействие и технически и тактически является атакой на оружие, т. е. батманом. Поскольку его применение согласно правилам дает право на ответ, перехват надо отнести к действиям активной обороны. Наиболее широко он используется в фехтовании на рапирах и саблях, где допускается условность правил ведения боя. Умело применяющий перехваты фехтовальщик получает не только

формально-тактические преимущества, но и фактические - боевые. Выполнение перехвата стоя на месте и с перемещением вперед в бою на колющем оружии наиболее эффективно, так как условия ближнего боя, неожиданно возникшие для атакующего, вызывают у него серьезные боевые затруднения. Защитное столкновение клинков. Разновидностью перехвата является умышленное столкновение клинков. Это средство обороны чаще применяется в фехтовании на рапирах. Заключается оно в том, что обороняющийся, предполагая, что противник начнет атаку в расчете на то, что он среагирует на финт обычной для него защитой, умышленно берет другую защиту, приводящую к столкновению клинков, что дает ему право на ответ. Например, противник пытается выполнить атаку с двумя переводами в расчете на то, что атакуемый на финт уколом внутрь попытается применить самый простой и частый в таких случаях 4-й парад. Однако обороняющийся сам спровоцировал противника на атаку с двумя переводами с тем, чтобы вместо ожидаемого атакующим в обороне движения в 4-й парад на обман применить 1-ю защиту, которая перекроет пути движения оружия в атаке, приведет к столкновению клинков и к нанесению атакующему ответного укола.

Ложная защита подобно перехвату не является действительной защитой. Применяется она в сочетании с глубоким отходом. Ложная защита находит широкое применение, во-первых, как выгодное исходное положение для атаки (ответной), а во-вторых, как маскировка истинных оборонных намерений. Защита второго намерения по форме похожа на ложную защиту, отличаясь от нее лишь меньшей глубиной отхода, что делает ее нередко действительным актом защиты. По замыслу она является вызовом сдвоенного укола-удара или повторной атаки противника с тем, чтобы, отпаривав ее повторной истинной защитой, нанести ответ. Ложные защиты и защиты второго намерения, как правило, применяются от ложных или от действительных атак, но с таким разрывом дистанции, при котором простой ответ не грозит атакующему.

Сложная безотносительная защита. Практикуются защиты, сочетающие в себе момент перехвата и обобщения. Это сложная безотносительная защита. Она состоит обычно из двух защитных движений, например круговой 4-й и 2-й, 7-й и 6-й, 4-й и круговой 4-й; 2-й и 4-й и т. д. Причем движение обеих защит выполняется слитно безотносительно от того, что делает противник оружием в атаке, в расчете на то, что клинок обороняющегося во время своего сложного пути поймает где-то клинок атакующего, что даст атакуемому право на ответ. Однако следует отметить, что сложная безотносительная защита ненадежна и успешно может применяться лишь против заядлых любителей атак с обманами.

Страховая защита широко применяется во время боя. Ею пользуются на всякий случай, когда по началу атакующего движения оружия противника трудно определить степень угрозы получения туше. Применение этих защит говорит о неточности боевых восприятий и оценок, а также о нервном

состоянии спортсмена. И тем не менее применять их приходится и большим мастерам.

Пассивные оборонные действия обычно свидетельствуют о недостаточном самообладании фехтовальщика. Реальная защита без ответа (пассивная оборона) -непростительное неумение использовать выгодный момент, а глубокое отступление с разрывом боевой дистанции - потеря поля боя, т. е. маневренных возможностей. Применение пассивных оборонных действий, в частности отступлений, допустимо, а иногда и необходимо лишь как тактическая подготовка для последующих боевых действий.

Отступление. Задачи отступления могут быть самыми различными. Основной задачей отступления, сочетаемого с действиями оружием, является выигрыш времени. Беря защиту или нанося удар (укол) в темп в отходе, фехтовальщик увеличивает время выполнения противником атаки, что содействует успеху действий оружием атакуемого. Большое значение имеет отступление при внезапно начавшейся атаке противника. Добавочное время позволяет атакуемому собраться и действовать наилучшим образом. Умелое отступление способствует искажению движений противника, "растягивает" их. "Растягиванием" называется тонкая разновидность отступления. Атакуемый ставит своей целью не выходить из боевой дистанции, а заставить атакующего "растянуть" свои движения в надежде на то, что ему все-таки удастся достать противника. Делается это для того, чтобы атакующий, форсированно увеличивая ("растягивая") свои движения ногами (шаг вперед, выпад, бросок), а отсюда нередко и движения оружием, потерял свой обычный быстрый темп и стал легко отразим парадом или остановлен контратакой. Атакуемый в этом случае как лидер влечет за собой атакующего, создавая у него ложное впечатление, что он вот-вот дотянется до противника. Такого рода отступление требует чрезвычайно тонкого чувства дистанции и очень точного регулирования быстроты своего перемещения. Кроме того, быстрое и глубокое отступление позволяет делать очень эффективные вызовы в процессе отхода. Глубокое отступление с выходом из дистанции боя, если оно не стало единственным средством обороны, не является предосудительным приемом. Оно может создать момент для наблюдения за атакой противника (разведка действий нападения), спровоцировать противника на следующую растянутую атаку, вызвать у него неверие в свои атакующие возможности и, наконец, способствовать избежанию получения уколов-ударов в неожиданных, непонятных и поэтому опасных атаках противника. Попытка нанесения укола-удара. Любая тактическая игра завершается истинной финальной попыткой нанести укол-удар. Как правило, такую попытку фехтовальщик выполняет в предельной для него быстроте, поскольку подготовка ее успешности на дистанции, взаиморасположение оружия и неожиданность для противника уже налицо.

Перед атакующим встает лишь чисто техническая задача - реализовать выгодную обстановку. Однако здесь выступает психологический момент. Фехтовальщик знает, что полной, стопроцентной, безотказности в попытке нанесения укола-удара не существует. И тем не менее действовать нужно

решительно с верой в достоверность и неизбежность прикосновения оружия к поверхности поражаемого пространства противника. В этот острейший момент боя опасение, что противник успеет взять парад, может сыграть предательскую роль для атакующего, лишив его устремленности в финальном движении. Однако решительностью в попытке нанесения укола-удара обладают все мастера фехтования в основном за счет глубоко автоматизированного, почти рефлекторного защитного навыка. Обладая хорошо поставленным защитно-импульсивным движением, фехтовальщик не боится наткнуться на парад, что позволяет ему действовать решительно, с полной отдачей всех сил.

Контратаки – это, атаки, совершаемые на противника, уже начавшего свою атаку. Цель контратаки – опередить своим уколом завершение атаки противника или встречным уколом (укол на укол) поразить противника, оставаясь не пораженным.

Чему может способствовать аппозиция клинком (когда гардой и траекторией подстановки клинка убирается начавшееся движение соперника. С введением темпа фиксации уколов может быть эффективнее чем взятие «глухой» - глубокой защиты с задержкой клинка и пропуском темпа.

Создание базовых предпосылок для освоения вила спорта, формирование устойчивых мотивов к занятиям, волевых проявлений посредством направленных педагогических воздействий и контроля за их выполнением.

Одним из образующих качеств личности является самостоятельность, приобретающая в условиях современной и перспективной социально-экономической ситуации особую значимость. Развитие этого качества в процессе занятий спортом приводит к развитию личности спортсмена в целом.

В настоящее время существует немало работ, раскрывающих самостоятельность в учебной деятельности. Труды Е.П. Ильина, П. И. Пидкасистого, О. А. Нильсона, Р. И. Иванова, Б. П. Есипова, З. Ф. Пономаревой, Л. В. Жаровой, Т. М. Пономаревой. Авторами рассмотрены характеристики, основные составляющие, уровни самостоятельности ребенка, самостоятельность как качество личности, формирующееся в процессе использования самостоятельной работы, виды самостоятельной работы.

Такие авторы, как Б.П. Есипов, И.Т. Огородников, Л. М. Пименова, Я. А. Пономарев указывали, что самостоятельность ребенка в обучении выступает первоначально как подражательная, воспроизводящая деятельность, что ребенку в элементарном плане свойственно и зарождение идеи и творческой задачи, мысленное ее решение и даже реализация на практике.

В толковом словаре русского языка самостоятельность рассматривается как способность к независимым действиям, суждениям, обладание инициативой, решительностью.

В психологии самостоятельность рассматривается как одна из волевых сфер личности. Это умение не поддаваться влиянию различных факторов, действовать на основе своих взглядов и побуждений, качественная характеристика какой-либо сферы деятельности и личности, имеющая собственные конкретные критерии.

В дидактике под самостоятельностью понимают постоянно проявляемую способность достигать цель деятельности без посторонней помощи.

В связи, с чем в исследовании выделяются сопряжённые понятия с понятием «самостоятельность».

Самодеятельность – субъективная, собственно индивидуальная самоуправляемая деятельность, с личностно обусловленными компонентами: целью, ведущей потребностью, мотивацией и способами реализации.

Самоактивация – это субъективно соотнесённая внутренняя мотивация деятельности.

Самоорганизация – свойство личности мобилизовать себя, целеустремлённо, активно использовать все свои возможности для достижения промежуточных и конечных целей, рационально используя при этом время, силы, средства.

Саморегуляция – изначально психологическое обеспечение деятельности, в последующем развитии приобретающее личностный смысл, т.е. собственно психическое наполнение.

Самоконтроль – необходимый компонент самой деятельности, который осуществляет её исполнение на личностном уровне.

Самостоятельность – важнейшая характеристика личности, которая не может возникнуть в отрыве от других личностных свойств (произвольности, воли, целеустремленности), без самостоятельности личность не становится полноценной.

По мнению ученых, самостоятельность и активность – это психическое состояние личности, включающее в себя:

- способность ставить перед собой задачу;
- способность удерживать в памяти конечную цель действия и организовывать свои действия в русле ее достижения;
- способность совершать в определенной степени сложности действия без посторонней помощи, проанализировать и сравнить полученный результат с исходным намерением.

По мнению С. Л. Рубинштейна, самостоятельность является результатом большой внутренней работы человека, его способности ставить не только отдельные цели, задачи, но и определять направление своей деятельности [20].

Академик И. С. Кон [8] расширяет данное определение, характеризуя самостоятельность как свойство личности, предполагающее, во-первых, независимость, способность самому, без подсказки, принимать и проводить в жизнь важные решения; во-вторых, ответственность, готовность отвечать за последствия своих поступков и, в-третьих, убеждение в том, что такое поведение реально, социально возможно и морально правильно [8].

Возросший интерес к самостоятельности усилил существующее противоречие между потребностями практики в формировании самостоятельности спортсменов и неразработанностью психологически обоснованных дидактических систем, обеспечивающих высокоэффективное развитие этого качества.

Необходимость формирования самостоятельности отмечает и В. Г. Орловский, который утверждает, что на современном этапе общая тенденция совершенствования методов и форм обучения состоит в том,

чтобы активизировать познавательные интересы и максимально развить самостоятельность учащихся, сформировать навыки самостоятельной работы, то есть развить стремление учиться самому, самостоятельно пополнять свои знания и творчески применять их в практической деятельности [11].

Исходным положением концепции Л. Н. Толстого является учет жизненного опыта ребенка, предоставление ему максимальной свободы в действиях на основе широкого развертывания в процессе обучения самостоятельной работы как средства развития творческих сил и способностей учащихся.

В трудах А. В. Луначарского, П. П. Блонского, С. Т. Шацкого, М. М. Пистрака стал трактоваться значительно шире исследовательский метод: воспитание у учащихся сознательного отношения и исследовательского интереса к окружающей жизни; вооружение их методами научного исследования. Благодаря «исследовательскому методу» ребенок приобретает навыки самостоятельной элементарной исследовательской работы.

Н. Д. Левитов считает самостоятельной такую деятельность, которая выполняется без точного инструктажа учителя. Сторонники этого направления пытаются показать нарастание степени активности и самостоятельности учащихся в обучении и тем самым наметить пути разработки методики организации самостоятельных работ учащихся [22].

Б. П. Есипов дополняет данное определение, считая, что формирование у детей умений и навыков включает в себя и такие задания, которые требуют «самостоятельного выполнения работ с постепенным нарастанием их сложности» [3, 4]. «Творческая деятельность учащихся, - пишет Б. П. Есипов, - не ограничивается лишь приобретением нового, она включает создание нового» [4]. И. Т. Огородников усматривает элементы творчества учащихся при самостоятельной деятельности, прежде всего в раскрытии ими новых сторон изучаемых явлений, в высказывании своих суждений, в использовании более совершенных методов решения поставленных вопросов [12].

К. Н. Корнилов определял самостоятельность как отсутствие у человека боязни самому принимать решения, способность на поддаваться попыткам склонить его к невыполнению принятого решения, не поддаваться чуждому влиянию, если оно расходится с его взглядами и убеждениями. Нетрудно заметить, что под это понятие подведены несходные в принципе явления. Одно дело стремиться самостоятельно принимать решения, проявить инициативу и т.п., другое

дело – проявлять стойкость в своих убеждениях, стремлениях, т.е. проявлять принципиальность [6].

В.И. Селиванов понимал самостоятельность как «подчинение своего поведения собственным убеждениям и умение без помощи других осуществлять свои действия и поступки. Он писал «Самостоятельность предполагает упорство, стойкость в преодолении трудностей. Но она. Как и настойчивость противоположна упрямству [27].

Самостоятельность - это способность осуществлять какую-либо деятельность без посторонней помощи. Она проявляется в самостоятельном принятии решений, осуществлении намеченного, самоконтроле, способности отвечать за поступки [6].

Уровень самостоятельности спортсмена на тренировке зависит от содержания конкретной деятельности (предметной, мыслительной, коммуникативной), совершаемой без помощи тренера.

Самостоятельность имеет еще одну характеристику - степень выраженности. Сравнивая действия двух спортсменов, мы всегда можем определить, кто из них наиболее самостоятелен, более настойчив, менее рассчитывает на помощь и подсказки тренера, более сосредоточен на выполнении упражнения или фехтовальном поединке.

Таким образом, можно прийти к выводу, что содержательна любая тренировочная деятельность, но самостоятельной она является только тогда, когда совершающий ее спортсмен овладевает ею в полном объеме, то есть полностью осваивает технические и тактические приемы и в процессе занятий фехтованием: обучается самостоятельно принимать решения в поединке, ориентируясь на быстро меняющуюся ситуацию во время боя, действия и тактику соперника; самостоятельно строит стратегию атаки и защиты без подсказок со стороны тренера. В связи с этим, самостоятельность можно определить, как особый момент становления целостной деятельности фехтовальщика, как критерий степени овладения этой деятельностью.

Самостоятельность как волевая черта личности присуща уже дошкольникам, но мотивы ее проявления у детей различны. Младшие дети используют ее как достижение частных целей. У подростков самостоятельные поступки и действия совершаются для того что бы подчеркнуть свое право на самостоятельность. При этом подростки проявляют позицию максимализма – стремятся утвердить свою самостоятельность более, чем это осуществимо на деле. У старших школьников мотивом проявления самостоятельности служит стремление испытать себя, проверить свои возможности [6].

П. И. Пидкасистый самостоятельную деятельность представляет, как систему, включающую в себя следующие основные компоненты:

- содержательную сторону (знания, выраженные в понятиях или образах восприятий и представлений);
- оперативную (разнообразные действия, оперирование умениями, приемами как во внешнем, так и во внутреннем плане действия);
- результативную сторону [22].

Е. П. Ильин отмечает, что успешное формирование самостоятельности требует учета ряда обстоятельств и создания определенных условий:

1. Развитие самостоятельности возможно лишь на основе приобретения знаний и умений, необходимых в данном виде деятельности.
2. Развитие самостоятельности должно проходить под контролем наставника, но без лишней опеки и сковывания инициативы.
3. Необходим интерес обучаемого к данному виду деятельности [6].

Таким образом, в настоящее время существует множество различных подходов к рассмотрению понятия «самостоятельность». Один из них – объективный подход (логико-социологический), описывающий деятельность ученика без его психической сферы (Б. П. Есипов, А. В. Усова). Другой – субъективный (психологический) подход, где главное внимание обращается на воспроизведение и описание психических процессов в ущерб познавательным [11].

Проанализировав вышесказанное, мы пришли к выводу, что самостоятельность спортсменов находит свое отражение не только в самостоятельном выполнении упражнений без подсказки тренера, но и проявляется в активной познавательной деятельности, самоанализе результатов тренировки и поединка, ответственности, правильной постановке цели спортсменом и работе на ее достижение. В связи с этим, возникает необходимость рассмотрения влияния занятий фехтованием на формирование и развитие самостоятельности у юных спортсменов.

Занятия фехтованием и спортом в целом играют значительную роль в воспитании и развитии юных спортсменов, формирования у них самостоятельности, характера, волевых качеств, умений и навыков.

Что бы сформировать навык и привычку самостоятельных действий целесообразно планировать индивидуальную работу спортсменов на разных этапах тренировки - при освоении нового материала, при

закреплении уже пройденных упражнений, при регулярном контроле за результатами индивидуальной работы спортсменов.

Практический опыт показал, что, вовлечение спортсменов в индивидуальную работу при правильной организации и контроле, способствует более глубокому усвоению материала, росту качества выполнения упражнений и как следствие спортивных результатов, активизации тактического мышления. С ростом самостоятельности дети становятся более устойчивыми психологически на тренировках и соревнованиях, более внимательными и ответственными. Кроме того, формирование самостоятельности стимулирует их к самонаблюдению, самоконтролю и самоанализу собственной деятельности. В связи с чем, юные фехтовальщики становятся более организованными и ответственными.

В процессе подготовки и выполнения заданий тренера индивидуально у спортсмена формируется самостоятельность, познавательные и творческие способности личности, потребность в самообразовании, высокая культура труда.

Работа по формированию самостоятельности у юных фехтовальщиков в процессе занятий спортом проводится в системе, основой которой является постепенное увеличение самостоятельности спортсменов, осуществляющееся путем усложнения заданий для самостоятельной работы и путем изменения роли и руководства тренера при выполнении спортсменами этих заданий.

Постепенное нарастание сложности индивидуальной работы совершается в основном по трем направлениям: путем увеличения объема заданий и длительности самостоятельной работы спортсменов; путем усложнения самого задания; путем постепенного уменьшения объема помощи спортсменам со стороны тренера.

Задача тренера спрогнозировать какие элементы на занятии могут вызвать сложности у спортсмена или облегчить решение поставленной проблемы, какого результата должны достичь спортсмены в результате выполнения. Это позволяет ему контролировать работу воспитанников над задачей и корректировать направление этой работы при неточностях. Кроме того, важно тактично обращать внимание занимающегося на неточное выполнение и поддерживать его в самостоятельном решении вопросов.

Как показал эксперимент, юные спортсмены быстро привыкают к выполнению самостоятельной работы на занятиях, и такая форма становится для них привычной и интересной. Выполнение творческих заданий и придумывание упражнений, активизируют не только инициативность и творческое мышление спортсмена, но и формирует

его самостоятельность. Спортсмен придумывает упражнение, а потом самостоятельно выполняет его вовлекая всю спортивную группу.

На этом этапе исследования нами выявлено 3 типа решений спортсменами экспериментальных задач на самостоятельность.

1 тип. Спортсмен выполняет упражнение только так как показал тренер.

2 тип. Спортсмен выполняет задание тренера, даже если есть различия с предыдущим опытом. Он может придумать план решения поставленной задачи и объяснить почему нужен именно такой выход из ситуации.

3 тип. Спортсмен самостоятельно решает проблему поставленную тренером, и может предложить несколько путей решения. Спортсмен может создавать новые комбинации из уже знакомых элементов. В ходе выполнения задания спортсмен может вносить различные дополнения, изменения, варьировать и преобразовывать знакомый материал, а также создавать новые комбинации из усвоенных старых элементов.

На формирующем этапе была проведена дружеская встреча «День фехтования МБУ г.о. Самара СШОР №17», на которой были проведены исследования и диагностика контрольной и экспериментальной групп, спортсмены показали сходный уровень самостоятельности. Контрольная группа продолжила заниматься по стандартной программе в течение всего эксперимента. Экспериментальная группа занималась по программе, усиленной заданиями, направленными на формирование самостоятельности спортсменов.

На втором этапе тренер экспериментальной группы проводил обучение, делая упор на задания, которые помогают спортсменам самостоятельно осваивать знания и проявлять поддерживал инициативность воспитанников. Использовались разнообразные по форме и направленности упражнения и задания, которые не только развивали спортсменов физически, но активизировали мышление и творческий подход.

В конце второго этапа была проведена дружеская встреча «День фехтования» с участием контрольной и экспериментальной групп с проведением повторной диагностики по нормативам контроля уровня самостоятельности спортсменов.

На третьем этапе (контрольный эксперимент) мы подвели итоги проделанной работы по формированию самостоятельности в процессе занятий спортом. На контрольном этапе было отмечено повышение уровня самостоятельности спортсменов экспериментальной группы, что подтвердило результативность нашей методики.

В процессе рассмотрения данного вопроса мы выяснили, что для эффективной организации самостоятельной работы спортсмена тренер

должен уметь спланировать и направить познавательный интерес спортсмена, ставить задачи посильные для решения в зависимости от умений и уровня знаний каждого воспитанника.

Повышение спортивных результатов юных фехтовальщиков тесно связано с совершенствованием уровня самостоятельности при занятиях спортом. Для повышения качества тренировочного процесса важное значение имеет мотивация юных спортсменов к познавательной деятельности, интереса к выбранному виду спорта. Спортсмен должен понимать смысл выполнения упражнения, его цель и место применения на практике.

Таким образом, подводя итоги эксперимента мы видим, что занятия спортом прямым образом влияют на формирование самостоятельности юных фехтовальщиков и являются неотъемлемой частью воспитательного процесса личности в целом.

Спортивные тренировки оказывают прямое воздействие на развитие самостоятельности спортсмена. Самостоятельность и стремление ребенка качественно выполнять упражнения без помощи тренера, является важным фактором для достижения в будущем высоких спортивных результатов.

Фехтование - индивидуальный вид спорта. Ситуация стремительно меняется во время поединка, поэтому в процессе учебно-тренировочных занятий тренер должен прививать ребенку стремление к самостоятельности в принятии решений. Что бы в поединке спортсмен без помощи тренера принимал решение, выбирал тактику и стратегию боя, быстро реагировал на атаки противника, отражая уколы. Для этого важно с самого начала занятий фехтованием постепенно мотивировать юных спортсменов к принятию решений самостоятельно - от выбора оборудования для тренировок до техники и тактики ведения боя.

Тренер должен направлять спортсмена к овладению специальными знаниями, способами двигательной деятельности, обучать стратегическому ведению поединка с учетом тактики соперника. Все эти навыки осваиваются спортсменом с раннего возраста и постепенно доводятся до совершенства. В фехтовании ситуация на дорожке меняется молниеносно, и для спортсмена важно научиться быстро и самостоятельно принимать решения, основываясь на действиях соперника и собственном опыте.

«Методика формирования самостоятельности у юных фехтовальщиков в процессе занятий спортом» рассмотрена на заседании Методического совета МБУ г.о. Самара «СШОР №17», получила положительную оценку и рекомендована для применения в группах начальной подготовки отделения фехтования

В стремлении повысить эффективность тренировки и повысить уровень результатов спортсменов важно особое внимание уделить выбору методов и средств, стимулирующих активность спортсменов на тренировке, побуждающих их к самостоятельной деятельности и освоению материала на тренировке и вне спортивной школы. Важным условием достижения высоких результатов спортсменом является использование тренером разнообразных средств для работы на тренировке.

Задания тренера можно классифицировать на несколько основных групп, согласно направлениям:

1. Теоретическое задание - усвоение знаний, предусмотренных спортивной программой.
2. Задания по формированию двигательных умений и навыков.
3. Задания по общей и специальной физической подготовке, укреплению органов и систем, развитию физических качеств.
4. Задания по формированию личностных качеств, самостоятельности, самоанализа, воли, развитию системы само регуляции личности.

Задания для самостоятельного выполнения, как и подбор любого другого средства, необходимо тщательно продумывать и планировать заранее, чтобы они максимально способствовали решению основных задач тренировочного занятия.

В этом случае, целью тренера является - подготовка спортсмена, желающего и умеющего выполнять задания на тренировке самостоятельно, для этого нужно начинать уже с первых занятий воспитывать в спортсменах интерес к освоению новых навыков и умений, совершенствовать не только форму выполнения двигательных действий, но и развивать мышление спортсмена, понимание в какие моменты поединка можно применить тот или иной прием.

Тренеру необходимо отказаться от «дрессировки» и натаскивания, когда спортсмены лишь безумно повторяют указания учителя. В начале освоения спортсмен должен точно понять где и в каких условиях применяется данный прием, какие могут быть варианты применения, какой механизм выполнения. Хорошо, если тренер не будет давать весь материал в готовом виде, а оставит пространство для творческого развития воспитанников, вопросов, вариантов выполнения.

Средства формирования навыков самостоятельности в процессе тренировочного занятия:

1. Последовательная работа над усилением инструктивной направленности.
2. Индивидуализация знаний, способствующая развитию навыков самостоятельности.

3. Формирование у спортсмена навыков самоорганизации и самоконтроля в ходе самостоятельного выполнения физических упражнений, а также планирование спортсменом собственной деятельности.

4. Тренерское управление самостоятельной деятельностью спортсменов на уроках.

Чтобы помочь юному спортсмену увидеть проблему тренеру необходимо:

- не все объяснять или преподносить в готовом виде;
- не сразу оговаривать условия выполнения заданий;
- часть задачи оставлять для самостоятельного поиска размышлений.

Так воспитанники с самого начала занятий приучаются самостоятельно изучать поставленную тренером проблему, анализируют пути ее решения и варианты достижения поставленной задачи.

В тренировочном процессе, для воспитания в спортсменах самостоятельности используются словесные, наглядные и практические методы, которые применяются на всех этапах спортивной подготовки. Выбор способа будет зависеть от содержания учебного-тренировочного материала, от задач обучения, практической подготовленности тренера и его методического мастерства.

Рассмотрим способы развития самостоятельности подробнее:

1. Словесный способ.

Основан на использовании слова как средства воздействия на занимающихся и включает объяснение, рассказ, беседу, обсуждение, подачу команд, указаний, замечание.

2. Наглядный способ.

Показ упражнения тренером, демонстрация видеофильмов, фотографий, плакатов, схем-рисунков, которые создают у юного спортсмена образные представления об изучаемых упражнениях. Показ выполнения на примере должен быть точным, иначе это приведет к неправильному выполнению приемов и действий занимающимися. Этот способ особенно важен на первоначальном этапе обучения, когда объяснение не всегда дает полное представление об упражнении и технике выполнения

Одним из основных принципов формирования самостоятельности является индивидуальный подход к юному спортсмену, при котором проявляется индивидуальность ребенка.

Индивидуальный подход - это использование методов и приемов, направленных на конкретного спортсмена, он обеспечивает

конкретизацию обучения и воспитания, повышает действенность педагогических воздействий тренера.

Воспитание самостоятельности с соблюдением педагогических условий приводит к высокому уровню проявления самостоятельности спортсмена, для которого характерно:

- стремление к самостоятельности, умение воспитанника действовать по собственной инициативе, замечать необходимость своевременного выполнения приемов в поединке и на занятиях;
- умение выполнять упражнения без помощи и подсказок тренера;
- умение действовать осознанно, анализируя результат своих действий;
- умение действовать в новых условиях (ставить цель, планировать результат);
- умение контролировать и оценивать свои действия;
- использование навыков самостоятельной деятельности в повседневной жизни.

Двигательная активность формируется у юного спортсмена успешнее, если физические упражнения выполняются охотно и радостно. Эмоциональная сторона занятий всегда неразрывно связано с воспитанием устойчивого интереса ребенка к спорту. У спортсменов появляется самостоятельное, эмоционально окрашенное стремление добиться лучших результатов. Поэтому создание позитивного эмоционального фона на тренировке является важным способом развить в юном спортсмене стремление к самостоятельности.

Актуальной задачей современного воспитания является поиск эффективных средств для формирования способности действовать самостоятельно на тренировках, в жизненных ситуациях, при подготовке к большому спорту. Развитие самостоятельности юных фехтовальщиков зависит от содержания двигательной деятельности, от форм организации выполнения упражнений, методов и приемов, обеспечивающих овладение двигательными действиями. Перенос выполнения двигательной деятельности, упражнений из специально созданных условий под контролем тренера в целесообразные действия игровой обстановки, во время участия в соревнованиях, повседневной жизни обеспечивает формирование самостоятельности юных фехтовальщиков в процессе занятий спортом.

Тренер должен контролировать индивидуальную работу спортсменов, подбадривать их в процессе выполнения, подчеркивать сильные стороны и тактично объяснять спортсмену как можно улучшить технику выполнения. Если занимающийся точно выполняет упражнение без подсказки тренера можно поставить его в пример группе, или предложить данному спортсмену в следующий раз показать

выполнение этого упражнения для всей группы тренирующихся. Такой способ повысит самооценку юного спортсмена и закрепит в нем желание активно совершенствовать технику и стремиться к улучшению спортивных результатов в будущем.

Таким образом мы видим, что планомерная работа тренера над формированием уровня самостоятельности спортсменов в процессе занятий фехтованием является основополагающей для достижения хороших спортивных результатов, как каждого спортсмена в отдельности, так и группы в целом.

Важную роль в процессе формирования самостоятельности играет способность спортсмена к анализу занятий и самоанализу действий, в процессе тренировки, умение соотносить свои возможности участия с возможностями соперников и товарищей по команде. Совместная деятельность со сверстниками и соответствующее руководство этим процессом со стороны тренера являются важными условиями развития самостоятельности.

Следует отметить, что тренер в процессе обучения должен не только передавать юным спортсменам знания, но и обучать их самостоятельной деятельности, мотивировать к достижению поставленных задачи без подсказок, развивать в детях стремление к самостоятельной познавательной деятельности, что бы они могли расширить свой кругозор и стремились к самостоятельному приобретению знаний, проявляли инициативу на тренировке.

Без понимания и точного освоения фехтовальных приемов, без знания и умения не будет самостоятельности воспитанника на тренировке. Если спортсмен не освоил конкретный прием, он будет ждать подсказки и направление от тренера, выполнять упражнение неправильно или с оглядкой на товарищей по команде, проявляя низкий уровень самостоятельности. В то время, как спортсмен, освоивший данное упражнение будет сосредоточен на выполнении и улучшении техники, самостоятельно оттачивать мастерство не отвлекаясь.

Учитывая вышесказанное, в процессе занятий фехтованием, помимо тренировочной части, тренер должен прививать детям различные умения:

- Самостоятельное выполнение упражнений,
- Стремление воспитанников к познавательной деятельности, поиск ответов на вопросы,
- Планирование спортсменом своей деятельности,
- Самоконтроль за выполнением упражнений,
- Анализировать ход поединка и делать выводы о проведенном бое (что было хорошо, а над чем еще стоит поработать),

- Вести обсуждение с тренером и товарищами,
- Осваивать спортивную терминологию,
- Правильно выбирать оборудование и следить за его состоянием.

Специалисты подчеркивают, что спортсменам важно дать метод, направление для организации приобретения знаний, а это значит – вооружить их умениями и навыками не только выполнения физических упражнений, но и развивать их стремление к самостоятельным занятиям спортом, отработке двигательных действий, освоению теоретических аспектов фехтования.

Тренер должен мотивировать спортсмена к самостоятельной деятельности не только на тренировке, но и в повседневной жизни. Умение ставить цель, моделировать пути ее достижения, планировать работу и тренировочные задачи по этапам, анализировать результаты этой работы - являются важными качествами спортсменов.

Важно с самого начала занятий спортом включать ребенка в самостоятельную деятельность, так воспитывается ответственность за результат своих действий, повышается уровень самоконтроля и лидерские качества.

Процесс самостоятельной деятельности спортсмена можно поделить на три составляющих:

- Мотив деятельности,
- Выполнение действия,
- Результат.

Таким образом, мы видим, что в процессе занятий фехтованием юные спортсмены должны иметь не только мотивацию и желание заниматься избранным видом спорта, но и самостоятельно стремиться к постоянному улучшению техники, росту спортивных достижений. Кроме того, тренер должен с начала занятий прививать детям привычку самостоятельно анализировать собственные действия и результаты в спорте. Для этого у воспитанников отделения фехтования должен быть сформирован высокий уровень самостоятельности.

Структура процесса обучения

1. Этап начального разучивания
2. Этап углубленного разучивания
3. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования

В различных видах фехтования, а также по отношению к каждому спортсмену значимость отдельных действий различна. Кроме того, личные склонности бойцов, выраженные в применяемых действиях при ведении поединков, во многом исходят из индивидуальных особенностей в психических процессах, проявлениях двигательных реакций и уровня развития физических качеств, а механизмы простых и сложных двигательных реагирований, дистанционных и моментных предвосхищений обеспечивают формирование «чувства оружия», «чувства дистанции», «чувства времени», составляющих в совокупности «чувство боя» у каждого спортсмена оно формируется по своему. Учет собственных возможностей является одним из свидетельств овладения тактикой, так как определенные особенности (рост, скорость, ловкость, специальная выносливость и другие качества) реализуются в поединке посредством рационального ведения тактической борьбы, наиболее эффективным использованием сильных сторон подготовленности, с этого и формируется индивидуализация состава действия.[12]

В многолетнем процессе физического воспитания фактически постоянно идет обучение тем или иным двигательным действиям. Одни из них формируются в качестве умений, другие – и в качестве навыков, третьи – многократно преобразуются, приобретая свойства умений и навыков. В целом процесс этот многоэтапен и многослоен. Если, однако, рассматривать процесс обучения отдельно взятому действию, которое доводится до сформированного в определенной степени навыка, то правомерно говорить об относительно завершенном цикле обучения этому действию. В таком цикле выделяют три последовательных этапа: 1) *этап начального разучивания действия*, 2) *этап углубленного разучивания действия*, 3) *этап результирующей отработки действия*, который имеет своим результатом сформированный до необходимой степени навык.

Из сказанного ранее о закономерностях формирования двигательных действий не сложно сделать вывод, что эти этапы обучения находятся в определенном соотношении со стадиями становления двигательного умения и навыка. А именно: этапу начального разучивания действия соответствует стадия, так сказать, предумения, на протяжении которой формируются основы, или предпосылки, умения; этапу углубленного разучивания действия – стадия, на которой образуется собственно умение в его целостных контурах и деталях; этапу результирующей отработки действия – стадия непосредственного становления навыка, его упрочения, а в определенных случаях и дальнейшего совершенствования.

Структура и содержание процесса обучения вариативны. Вместе с тем в пределах каждого из указанных этапов этот процесс имеет свои вполне определенные черты, которые должны находить отражение в особенностях постановки частных задач и методики их реализации. Ниже они рассматриваются в аспекте трехэтапной структуры обучения отдельному действию, которое доводится до навыка. [13]

Этап начального разучивания.

Обучение на первом этапе направлено в целом на формирование умения выполнять разучиваемое действие. Основные задачи здесь состоят в том, чтобы: [2]

- 1) сформировать в первоначальном виде ООД;
- 2) разучить в доступной, пусть даже значительно упрощенной, форме новые элементы техники действия и общий порядок практического выполнения движений, входящих в его состав (основной механизм его техники).

Первая из основных задач подразделяется на следующие, более частные:

- выработать логический проект (смысловую основу) действия на базе соответствующих знаний;
- сформировать или актуализировать (сделать более явными и включенными в ООД) зрительные, двигательные и вообще чувственные представления о разучиваемом действии;
- выделить ООТ в наблюдаемом, а затем и в самостоятельно выполняемом занимающемся действии.

Вторая из основных задач предполагает, в частности:

- использовать сформировавшиеся ранее двигательные операции (отдельные формы координации движений, их части) как элементы построения нового действия;
- сформировать в облегчающих условиях новые элементы и объединяющие звенья техники движений;
- предупредить или устранить временные искажения в технике движений.

Эти частные задачи могут быть конкретизированы и более детально в зависимости от уровня подготовленности обучаемых и их индивидуальных особенностей.

Решение этих задач осуществляется поочередно. Представления о технике у учеников формируются в результате объяснения приема преподавателем, восприятия показываемых движений, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений, возникающих при первых попытках выполнения движений, наблюдений за действиями других занимающихся. Все это создает ориентировочную основу, без которой невозможно освоение техники действия. [14]

В зависимости от особенностей и сложности изучаемой техники действия, физической подготовленности занимающихся двигательное действие разучивается по частям или в целом. На этом этапе разучивания

действия широко применяют подводящие упражнения в условиях, облегчающих выполнение приема.

Освоение действия может протекать без ошибок и с появлением ошибок. На этапе начального разучивания наиболее типичны (т.е. имеющие массовый характер) следующие двигательные ошибки: а) лишние, ненужные движения; б) искажение движения по амплитуде и направлению; в) нарушение ритма двигательного действия; г) закрепленность движения.[\[1\]](#)

Причинами ошибок могут быть: недостаточно ясное представление о двигательной задаче; неправильное выполнение предыдущих действий; слабое развитие координационных способностей, точности и других двигательных качеств; влияние конкурирующих навыков, боязнь, невнимательность, неуверенность, состояние утомления и др.

Основной путь исправления ошибок: необходимо указать на ошибку, показать правильное исполнение и предоставить ученику дополнительные попытки овладеть правильным способом выполнения. Если это не дало результата, следует вернуться к подводящим упражнениям, использовать корректирующие (в частности, контрастные) задания.[\[15\]](#)

Продолжительность этапа начального разучивания двигательного действия зависит от: 1) степени сложности техники изучаемого действия; 2) уровня подготовленности занимающихся; 3) их индивидуальных особенностей; 4) возможности использовать положительный эффект переноса навыков.

Например, на этапе первоначального обучения, когда у занимающихся фехтованием, создаются общие предварительные представления о движении. Целесообразно использовать такие методические приемы, как: знакомство с терминологическим названием фехтовального приема; изучение наглядных пособий (рисунков, схем, кинофотоматериалов); демонстрация техники выполнения приемов; объяснение техники выполнения приемов; помощь при выполнении фехтовальных упражнений; выполнение пробных попыток.[\[16\]](#)

Использование специальных терминов при обучении фехтовальных приемов играет важную роль. Четкость и краткость фехтовальных терминов сокращают затраты времени на различные пояснения в процессе обучения и ускоряют формирование представлений о движении у занимающихся.

Значительно ускоряет процесс формирования предварительных представлений о движении использование наглядных пособий. С помощью рисунков, схем, киноматериала и т. п. занимающиеся имеют реальную возможность зрительно ощутить отдельные детали и особенности тех или иных фехтовальных упражнений.

Особое значение для создания предварительных представлений о движении имеет умелое выполнение упражнения самим преподавателем. Это не только ускоряет формирование предварительных представлений у занимающихся, но и значительно поднимает авторитет преподавателя. Показывая упражнение, преподаватель должен направлять внимание занимающихся на основные, наиболее важные детали упражнения,

подчеркивать типичные ошибки и недостатки выполнения его отдельными занимающимися.[15]

Объяснения преподавателя по возможности должны быть краткими и четкими. Объясняя технику выполнения того или иного фехтовального приема, преподаватель должен последовательно переходить от основных, главных деталей к второстепенным.

Применение дополнительных ориентиров и сигналов при выполнении фехтовальных упражнений облегчает освоение новых приемов, способствует правильному и своевременному выполнению движений и уточняет представление о его параметрах (амплитуда, направление и т. п.).

Эффективность использования помощи при выполнении фехтовальных приемов, во многом зависит от способностей и профессиональной подготовленности преподавателя. На этапе первоначального изучения в большей мере используется помощь, которая позволяет легко и быстро исправлять ошибки, уточнять детали техники, фиксировать отдельные позы и обеспечивать безопасность ученика.

Весьма важным моментом этого этапа обучения является первая попытка занимающегося выполнить заданное действие. Здесь необходимо стараться, чтобы в первых пробных попытках было как можно меньше ошибок. Выполнение первых пробных попыток обычно должно сопровождаться замечаниями, разъяснениями и советами преподавателя. Особое внимание должно уделяться анализу причин допущенных ошибок.[17]

Что именно касается отдельных фехтовальных приемов на этом этапе, то выпад как самостоятельное средство нападения, выполняется со средней дистанции. В основе техники его лежит координирование положений частей тела, позволяющее добиться прямолинейного продвижения вперед при непрерывной последовательности выполнения толчка сзади стоящей ногой, выноса вперед маховой ноги, наклона туловища вперед и начала движения вооруженной руки.

При завершении выпада обе ноги стоят полным следом, причем сзади стоящая выпрямлена, а впередистоящая согнута так, что голень перпендикулярна опоре. Туловище несколько наклонено вперед, а предплечье и плечо образуют как бы одну линию с клинком. На протяжении всех фаз выполнения выпада туловище фехтовальщика и все части его тела, включая вооруженную руку и впередистоящую ногу, должны находиться в единой плоскости.

Тренировка выпада совмещается с предвосхищением его длины в зависимости от дистанции до партнера (тренера). При этом, чем ближе расстояние до противника, тем раньше начинается выпрямление вооруженной руки, а дальняя дистанция предполагает продолжительную фазу наклона туловища с последующим ускорением движения вооруженной рукой.

Закрытие с выпада назад выполняется в непрерывном темпе с движением выпада за счет отталкивания от опоры впередистоящей ногой,

начинаемого после завершения движения оружием и активного сгибания сзади стоящей ноги. Закрытие с выпада вперед выполняют за счет сохранения инерции движения, совмещаемого с дополнительным толчком сзади стоящей ногой и активного сгибания впередистоящей.[18]

Типовыми ошибками при выполнении выпада на этапе начальной подготовки являются:

- разворот туловища с отступлением от уровня полупрофильности;
- поворот бедра и колена, а также поворот стопы впередистоящей ноги во внутреннюю сторону;
- поворот стопы сзади стоящей ноги во внутреннюю сторону;
- преждевременный толчок сзади стоящей ногой;
- замах вооруженной рукой;
- преждевременное полное выпрямление вооруженной руки;
- высокое положение бедра впередистоящей ноги;
- не до конца выпрямление колена сзади стоящей ноги в конечном положении; слабый толчок сзади стоящей ногой;
- позднее выпрямление вооруженной руки после постановки впередистоящей ноги на опору;
- чрезмерное поднимание гарды в посыле оружия на укол (удар);
- отступление от полупрофильного положения туловища;
- наклон или поворот головы в сторону, за плоскость, в которой находится туловище;
- излишний наклон туловища вперед из-за слабого пресечения инерции продвижения при завершении выпада.[19]

Боевой прием «стрела» используется в боях на шпагах в ситуациях преследования быстро отступающего противника и позволяет, преодолев значительное расстояние, затруднить ему нанесение встречного или ответного укола.

Техника «стрелы» сводится к мощному толчковому движению сзади стоящей ногой, совпадающему по времени с активным сгибанием колена и толчком впередистоящей ногой. Важно при этом сохранить поступательное движение вперед (не вверх) общего центра тяжести, чтобы таз фехтовальщика двигался параллельно полу.

К типовым ошибкам при выполнении «стрелы» на этапе начальной подготовки относятся:

- короткий и слабый толчок впередистоящей ногой;
- вялое маховое движение бедра сзади стоящей ноги;
- нарушение горизонтальной линии плеч;
- отсутствие прямолинейности в движении таза;
- запаздывающее выпрямление вооруженной руки или преждевременное ее выпрямление;
- профильность в положении туловища.

Типовыми ошибками при выполнении нападения шагом вперед и выпадом (скачком вперед и выпадом) на этапе начальной подготовки являются:

-монотонность движения из-за отсутствия ускорения в завершающей фазе нападения;

-нарушения непрерывной ритмической структуры нападения из-за излишне длинного шага (скачка), не позволяющего быстро переключиться на другое действие. Кроме того, быстрота и уровень техники выполнения комбинаций приемов нападения и маневрирования тесно связаны с показателями скоростно-силовых качеств, особенно динамической силы ног.[20]

Стремление тренеров создать упражнения, в которых условия для действий фехтовальщиков частично или полностью соответствовали используемым в соревнованиях, определило необходимость обобщения знаний о двигательных возможностях человека и прежде всего об особенностях двигательных реакций. Так, анализ структуры действий наступления и обороны позволил установить, что атаки из-за их относительно большой продолжительности (2-3 секунды) можно в полной мере представить состоящими из трех частей:

- 1) стартовой, для начала движения;
- 2) основного сближения с противником;
- 3) нанесения удара или укола.

Наиболее важной является средняя часть атаки — основное сближение, в процессе которого со стороны противника возможна контратака или атака на подготовку. Следовательно, от атакующего могут потребоваться двигательные коррекции, чтобы избежать столкновения клинком с защитой противника, а затем нанести удар в открывающийся сектор или отразить контратаку и нанести ответ.

Как правило, обучение начинается с ведущего звена техники. Если же ведущее звено существенно зависит от подготовительных фаз, то вначале разучиваются эти фазы. В отдельных случаях изучение техники действия начинается с завершающих фаз, если необходимо предупредить травмирование.

На этапе начального обучения верно подобранные подводящие упражнения создают у занимающихся правильное представление о технике фехтовальных приемов. Применяя подводящие упражнения, особое внимание занимающихся следует обращать на наиболее важные структурные детали их техники, сходные с аналогичными деталями основного фехтовального приема. Методика применения подводящих упражнений зависит от характера, сложности основных приемов и от подготовленности контингента занимающихся. В одном случае после показа, объяснения и пробного выполнения несложного основного приема, занимающимся предлагают соответствующие подводящие. В другом случае при освоении сложных фехтовальных приемов целесообразно освоить вначале подводящие упражнения, а затем уже приступить к разучиванию основного приема. При этом изучение новых движений будет подкреплено уже имеющимся двигательным опытом и сформированными предварительными двигательными представлениями.

Следует заметить, что многие оборонительные действия могут иметь трехфазную структуру выполнения. Например, защита с отступлением и ответ, или ложная контратака и действительная защита с ответом. Однако контратаки или простые атаки на подготовку, как и защиты с ответом, можно условно отнести к действиям с двухфазной и даже с однофазной структурой из-за малой продолжительности. По ходу их выполнения трудно осуществить двигательную коррекцию. [21]

Этап углубленного разучивания.

Целевая установка на втором этапе разучивания двигательного действия – завершить его формирование в качестве двигательного умения, обеспечив относительно законченное освоение его в этом качестве, как в деталях, так и в целом.

Типичные частные задачи на данном этапе состоят в том, чтобы: [2]

1) оптимизировать ООД, придав ей качества вполне осмысленной и детально разработанной программы осуществления действия (в частности, пополнить, углубить и конкретизировать знания и представление обучаемых об ООТ, добиться достаточно ясного и адекватного отображения их в живых образах, точных понятиях и установках);

2) усовершенствовать технику выполнения действия, особенно в отношении точности движений во времени, в пространстве и по величине усилий, добиться их общей слаженности и ритмичности в составе целостного действия при постепенно усложняющихся условиях его выполнения;

3) повысить эффективность самоконтроля, добиться необходимой степени подконтрольности сознанию основных операций и целесообразной коррекции их по ходу действия.

В этих задачах находят свое отражение закономерности второй стадии формирования двигательного действия, когда оно приобретает все черты сложившегося двигательного умения и начинает постепенно переходить в двигательный навык. По мере углубленного разучивания фехтовальных действия на первый план все больше выдвигаются задачи дальнейшего совершенствования его уже в качестве навыка.

Данные задачи могут решаться параллельно, т.е. одновременно. Эффективность обучения на этом этапе во многом зависит от правильного и оптимального подбора методов, приемов и средств обучения. Используя метод целостного исполнения действия, необходимо в комплексе с ним широко применять зрительную, звуковую и двигательную наглядность, направленную на создание ощущений правильного исполнения деталей техники. Метод словесного воздействия меняет свои формы, ведущими становятся анализ и разбор техники фехтовальных действий, беседа. Такой подход позволяет более углубленно познать технику изучаемых действий.

На этом этапе широко используется комплекс разнообразных средств. [22]

1. Применяются упражнения для укрепления мышечной системы и всего организма с учетом особенностей изучаемого двигательного действия.

2. Используются подводящие упражнения, которые подготавливают к освоению основного фехтовального действия путем его целостной имитации либо частичного воспроизведения в упрощенной форме. Подводящие упражнения обычно представляют собой элемент, часть, связку нескольких движений изучаемого двигательного действия. Необходимо, чтобы по форме и характеру движений эти упражнения имели, возможно, большее сходство с основной частью изучаемого движения. Например, шпажист выполняет укол в подвешенный болтающийся на резинке теннисный мячик, что является имитационным упражнением укола в руку.

3. Длительность применения подводящих упражнений зависит от сложности разучиваемого двигательного действия и подготовленности занимающихся. В применении подводящих упражнений не должно быть перерывов, в противном случае произойдет забывание ранее выученного движения и эффект воздействия их снизится.

Эффективность использования различных упражнений (подготовительные, подводящие, имитационные) достигается при четком соблюдении следующих моментов: а) цели и задачи упражнения; б) структурная взаимосвязь с основными двигательными действиями; в) дозирование упражнений; г) контроль и самоконтроль выполнения.[23]

Нападение — шаг (скачок) вперед и выпад, а также изолированно от других приемов выполняемый выпад, наиболее эффективно тренируются на этом этапе при следующих педагогических установках:

- достичь максимально быстрых и малозаметных стартовых характеристик, устойчивого конечного положения, облегчающего выполнение без задержки закрытия назад или вперед для повторного нападения (естественно, что это наиболее реально с использованием нападения средней длины);

- достичь максимальной общей длины или максимальной длины конечной (стартовой) фазы, максимальной частоты перестановки ног в момент их опоры на дорожку при выполнении скачка вперед и выпада;

- увеличить продолжительность фазы полета в прыжковом выпаде, в тренировке скачков вперед, закрытий назад после выпада с фазой полета и приземлением в боевую стойку.

В групповом уроке данные установки применимы первоначально во время специализированной разминки, где приемы передвижений выполняются серийно, поточно, самостоятельно с воображаемым противником, при имитации движений партнера (тренера). В упражнениях на мишенях и тренажерах целесообразны четкие установки на применение разновидностей приемов нападения с заданных тренером дистанций, например, со средней — выпад, с дальней — шаг (скачок) вперед и выпад или комбинация приемов нападения и маневрирования.[24]

Следует иметь в виду, что двухступенчатые и трехступенчатые комбинации нападений могут быть различной продолжительности в атаках с действием на оружие, атаках с финтами, атаках с переключением к защите и ответу или к нападению в открывающийся сектор. Однако в простых атаках

следует максимально удлинять начальную часть комбинации, чтобы избежать задержек в движениях оружием и других технических погрешностей при завершении нападений.

В рамках одного занятия обучение на этом этапе необходимо планировать в первой половине основной части урока, когда еще не наступило значительное утомление.[22]

Совершенствуя боевую стойку на этапе углубленного разучивания, следует сосредоточить основное внимание на соблюдении следующих требований:

- равномерное распределение веса тела на обе ноги;
- расположение стоп под прямым углом при сохранении во время передвижений положения каждой ноги в своей плоскости, избегая заваливания коленей внутрь;
- сохранение вертикального и полупрофильного положения туловища при диагональном положении тазового пояса по отношению к боевой линии, а также направленности головы в сторону противника;
- отсутствие выдвигания локтя вооруженной руки за проекцию гарды и наружной стороны туловища. В передвижениях шагами вперед и назад плечи следует держать горизонтально, не изменяя направления движения общего центра тяжести. Следует добиваться четкости шагов, исключив «волочение» стоп (шарканье) по дорожке. Важно также, ощущая опору на переднюю часть каждой из стоп, фиксировать их полный след и в конечных положениях не изменять расстояния между ногами.

В шагах необходимо избегать дополнительных (лишних) движений, которые могут служить предварительными сигналами, облегчающими противнику предвосхищение действий, например:

- колебаний общего центра тяжести, приводящих к изменению уровня сгибания ног в боевой стойке;
- чрезмерно высокого поднимания впередистоящей ноги при выполнении шага вперед;
- изменения уровня полупрофильности туловища. Многократное повторение шагов вперед и назад выполняется как по команде тренера (партнера), так и самостоятельно. Причем очень полезно тренировать шаги и перед зеркалом.

Вдумчивый анализ и проговаривание деталей техники выполнения приемов маневрирования, причин допущенных ошибок и мер по их устранению, оценка всех удач и неудач - один из эффективнейших методических приемов, обеспечивающий успешность овладения теми или иными фехтовальными приемами.

На этом этапе скачок и выпад наиболее эффективно совершенствуются в ситуациях предугадывания определенной защиты или со встречными и запаздывающими нападениями тренера, чтобы одновременно развивать умения изменять пространственные и временные характеристики движений ногами и вооруженной рукой в соответствии с возникающей дистанцией,

избегать неожиданных столкновений с защитными и встречными движениями противника оружием.

В тренировке «стрелы» в шпаге, чаще всего переходящей в бег вперед, не следует стремиться к максимальной частоте движений ногами, а увеличивать продолжительность одноопорных фаз за счет расширения амплитуды скрестных движений ногами. В комбинации выпад и «стрела» ведущим компонентом является широкое по амплитуде движение впередистоящей ногой с одновременным наклоном туловища вперед, обеспечивающим высокую начальную скорость, длину и прямолинейность продвижения в направлении к противнику. А при выполнении комбинации + скачок и выпад и «стрела», наоборот, в процессе перехода с выпада к «стреле» не следует удлинять фрагмент скрещивания ног, что позволит сохранить непрерывность продвижения и избежать возникновения дополнительных зрительных сигналов для противника. В тренировке бега назад, несмотря на рост частоты перемещений ногами, следует избегать поворота боком к противнику, что позволяет в полной мере сохранить возможность к действиям оружием в типовой технике.[25]

Целесообразно выполнение тренировочных серий приемов маневрирования шагами (1-2 мин) в сочетании с отдельными нападениями, учитывая необходимость многократно наступать и обороняться, подбирать удобную дистанцию и благоприятные моменты для начала схваток при подготовке и применении действий в поединке. Упражнения дополняются установками на сохранение стандартных положений боевой стойки, соблюдение типовой структуры и элементов движений. Перемещение шагами вперед и назад в определенной дистанции строятся как с инициативой выбора длины и направления перемещений у тренера, так и у спортсмена. При этом на основе словесного сигнала ученики повторяют выпад и «стрелу», шаг (скачок) вперед и выпад, комбинацию приемов нападения и маневрирования, по отдельному указанию фиксируют конечное положение.

Выбирая упражнения для улучшения техники, следует учитывать степень готовности фехтовальщика к выполнению действия, которую определяет объем информации о предстоящем движении. Например, действие является преднамеренным, если оно известно до начала схватки. В свою очередь, экспромтное действие, неожиданное для фехтовальщика, а преднамеренно-экспромтным становится при известном начале и неожиданном завершении. И таким образом, атаки, как правило, действия преднамеренные или преднамеренно-экспромтные, а оборонительные действия — преднамеренные или экспромтные. Изменяя содержание тактического намерения на применение действий, а также регулируя уровень распределения внимания и мышления, удастся облегчить или усложнить технику их выполнения. Вместе с тем для фехтования характерно почти постоянное распределение внимания и мышления на два и более объекта.[26]

Использование тренажных устройств и технических средств обучения помогает получить не только количественные, но и качественные показатели

результатов выполнения того или иного действия. С помощью простейших измерительных приборов, регистрирующей, записывающей и другой аппаратуры значительно сокращается длительность процесса освоения занимающихся фехтовальным приемам и повышается качество их выполнения.

Давно известны и широко используются в практике работы методические приемы слуховой и зрительной информации, сообщаемой преподавателем во время выполнения занимающимися того или иного упражнения («Быстрее», «Длиннее», «Точнее», «Ниже» и т. п.). Вместе с тем исследования этого вопроса убедительно свидетельствуют о том, что точная количественная оценка двигательных действий занимающихся значительно ускоряет процесс освоения фехтовальных приемов. Точная количественная оценка выполнения движения сразу же вносит существенные поправки в прием в целом. Срочная объективная информация о временных, пространственных и силовых параметрах движений, которой широко пользуются как в начале обучения для создания представлений о приеме, так и в процессе выполнения для уточнения техники движений, облегчает управление процессом обучения в целом.[27]

Сопоставляя субъективные ощущения, полученные при выполнении приема с объективным анализом и оценкой, данными преподавателем, занимающиеся быстрее и увереннее овладевают новыми боевыми приемами.

Углубленное разучивание фехтовальных приемов приводит к самостоятельному и технически правильному выполнению приема учеником. Далее самостоятельное выполнение движений под руководством преподавателя позволяет закрепить и усовершенствовать технику разучиваемого фехтовального действия.[28]

Этап закрепления и дальнейшего совершенствования.

На этом этапе реализуется конечная цель обучения действию, т. е. достигается итоговый целевой результат, намечаемый в пределах относительно завершенного цикла обучения отдельно взятому действию. В рассматриваемом случае это предполагает, кроме прочего, такую отработку действия, которая приводит к образованию прочного двигательного навыка, доведенного до определенной степени совершенства. Этим, однако, не исчерпывается весь смысл достигаемой цели. Она состоит в том, чтобы обеспечить заданный уровень овладения действием, необходимый для эффективного использования его в жизненной практике и (или) для дальнейшего совершенствования в двигательной деятельности. [2]

Основные задачи.

1. Добиться стабильности и автоматизма выполнения двигательного действия.

2. Довести до необходимой степени совершенства индивидуальные черты техники.

3. Добиться выполнения двигательного действия в соответствии с требованиями его практического использования (максимальные усилия и скорости, экономичность, точность, рациональный ритм и т.д.).

4. Обеспечить вариативное использование действия в зависимости от конкретных практических обстоятельств.

Эти задачи могут решаться как одновременно, так и последовательно, так как все они тесно взаимосвязаны.[29]

На этом этапе увеличивается количество повторений в обычных и новых, непривычных условиях, что позволяет вырабатывать гибкий навык. Однако в зависимости от особенностей навыка, должно определяться целесообразное соотношение простых и вариативных повторений упражнения.

В целях совершенствования движений применяют различные методические приемы: повышение высоты мишеней, увеличение амплитуды и скорости движений, поточное выполнение боевого действия, повторение в форме соревнования на качество исполнения и результат, в игровой форме и др.

Усложнению ситуаций служит дополнение упражнений непрерывным маневрированием шагами вперед и назад в целях подготовки оптимальной дистанции для начала схватки. При этом разнообразие состава комбинаций передвижений достигается преимущественно заменой их стартовой части произвольным чередованием шагов, скачков, бега (скрестных шагов).[30]

Расширение состава разновидностей приемов должно ориентироваться на уровни взаимосвязей между объективными факторами, определяющими динамику специализации и индивидуализации состава приемов передвижений. С учетом принципа взаимоисключения (если спортсмен склонен к применению шага вперед и выпада, то нет смысла увеличивать объемы «стрелы» из-за практически одинаковых целевых установок для их применения), а также принципа взаимозамены. Целесообразны чередования комбинаций приемов нападения, имеющих сходные координационные основы их выполнения.

Первые попытки выполнить заданное движение сопровождаются имитированием отдельных частей и положений движения, выполнением его медленно с проводкой, оказанием физической помощи и воспроизведением его в облегченных условиях.

При выполнении учеником фехтовального приема на этом этапе, преподаватель следит за его работой, оказывает физическую помощь, корректирует действия ученика и своевременно исправляет допущенные вначале основные, а затем второстепенные ошибки.[31]

Для дальнейшего совершенствования техники передвижений фехтовальщиков служит увеличение моторной плотности тренировочного процесса, психической напряженности применяемых упражнений и боевой практики, в том числе осуществляемых путем маневрирования на ограниченном пространстве дорожки, ведения поединков вблизи «границы». Могут быть также использованы и ограничения времени поединков, ситуации с критическим счетом, установки на создание сближенной дистанции, скоротечная подготовка действий и неожиданные сближения, остановки и отступления, серии боев на фоне утомления.

Для совершенствования техники фехтовальных действий полезен метод дополнительного ориентирования, который хорошо стимулирует занимающихся на лучшее выполнение упражнений. Дополнительные ориентиры позволяют достигать необходимых параметров движений, содействуют верному выполнению двигательных действий и правильной оценке результатов выполнения отдельных движений.

Наряду с чисто техническими приемами стимулирования лучшего выполнения приемов используются педагогические методы, повышающие эмоциональное состояние занимающихся, что позволяет более эффективно усваивать и совершенствовать технику разучиваемых фехтовальных различных действий.[32]

Общие педагогические задачи дальнейшего совершенствования приемов передвижений направлены на достижение:

- прямолинейности перемещения по полю боя вперед и назад без ощутимых горизонтальных колебаний центра тяжести;
- сокращения одноопорных и безопорных фаз в движениях;
- экономичности движений;
- слитности переходов от одного движения к другому без нарушений их структуры и конечных положений;
- варьирования быстротой преодоления дистанции;
- варьирования длиной продвижения по полю боя;
- устойчивого равновесия;
- законченности каждого из компонентов движений;
- сохранения боевой стойки при маневрировании, типового положения туловища при выпаде; оптимального напряжения мышц плечевого пояса, шеи, вооруженной руки.

При многократном повторении приемов с целью повышения уровня двигательной деятельности следует обращать внимание на следующие детали:

- слитность и непрерывность движений вооруженной рукой и оружием при выполнении уколов (ударов), защит, батманов и захватов;
- прямолинейность движений вооруженной руки в уколах (ударах), защитах, возвращении назад в позицию;
- изолированность движений при выполнении переводов за счет усилий кисти и пальцев;
- быстроту движений оружием при нанесении уколов (ударов), выполнении финтов, действий на оружие, защит;
- стандартизованность финальных положений гарды в момент нанесения уколов (ударов), выполнения оппозиций;
- стандартизованность положений ладони при нанесении уколов и взятии защит;
- типовые направления лезвия при нанесении ударов;
- свободное перемещение вооруженной руки в плечевом суставе;
- держание оружия с определенным напряжением пальцев в момент нанесения уколов (ударов), выполнения защит, переводов и т. д.;

-отсутствие дополнительных движений, предшествующих уколу (удару).

Каждая из деталей техники приемов передвижений и движений оружием требует самостоятельного дальнейшего совершенствования и контроля за качеством выполнения.[33]

Повышение эмоционального состояния занимающихся в процессе занятий достигается благодаря успешному овладению заданными упражнениями, а также с помощью поощрений (и даже порицаний преподавателя).

Дальнейшее совершенствование и закрепление техники фехтовальных действий осуществляется с помощью изменения условий их выполнения, путем применения таких методических приемов, как: изменение высоты мишени, увеличение или уменьшение площади поражения, изменение счета в бою в обратную сторону и т.д.

Формирование эффективной системы применения приемов нападения и маневрирования включает усовершенствование процесса овладения отдельными способами передвижений и их комбинациями, а также варьированием пространственными параметрами их выполнения. При этом крайне важна постановка самостоятельных педагогических задач и использование определенных ситуаций и упражнений, приближающих условия тренировочных занятий к обстановке соревнований.[34]

Дальнейшее совершенствование «стрелы» в шпаге во многом предназначено для овладения умением экспромтно варьировать пространственные параметры продвижения к противнику в ходе нападения, что, безусловно, легче в беговой технике. Данное положение и диктует построение упражнений, в которых тренер, противодействуя атакующему ученику, неожиданно для него отступает или сближается с различной длиной и быстротой, дополняя схватки встречным нападением в различные секторы (или защитным движением), «стрела» совершенствуются преимущественно в сочетании с другими разновидностями приемов передвижений.

В дальнейшем совершенствовании тренировки выпада, особое внимание уделяется овладению прыжковой техникой с длинным продвижением фехтовальщика вперед в горизонтальной плоскости, высоким положением таза и небольшим наклоном туловища вперед в конечном положении. При этом нет необходимости в продолжительной фиксации выпада, после которого следует обычно закрытия назад в технике скачка и переход в серию шагов назад. Целесообразны также комбинации, состоящие из выпада и повторного выпада, выпада и скачка и выпада, скачка и выпада и повторного прыжкового выпада.

Скачок и выпад в дальнейшем совершенствуются с акцентом на частоту движений ногами, увеличение длины скачка, варьирование длины выпада, различную длину скачка и выпада как целостного приема нападения.

Скачки в дальнейшем совершенствуются изолированно от других приемов, в то время как шаг вперед и шаг назад имеет смысл тренировать сериями, передвигаясь на заданное (или избранное) расстояние. Стабилизация динамических характеристик выполнения разновидностей нападений достигается моделированием ситуаций с рефлекторными

помехами со стороны тренера в виде неожиданных отступлений и сближений, выполняемых в различные моменты развития схваток, применением уклонений вниз и в стороны, запаздывающих контратак, ремизов и защит оружием, варьированием длиной и быстротой отступлений[33].

Для дальнейшего совершенствования моментных параметров выполнения приемов нападения целесообразны установки на серийное выполнение комбинаций приемов нападения и маневрирования в упражнениях на мишенях, с партнером, в индивидуальных уроках с акцентом на нанесение укола или удара в одноопорной фазе, при опережающем выпрямлении вооруженной руки момента постановки на опору впереди стоящей в выпаде ноги.

Приемы маневрирования, в дальнейшем совершенствуются обычно в процессе решения преднамеренных оборонительных задач, используются параллельно с защитой и ответом или для удлинения атаки противника предварительным отступлением с целью успешного применения контратаки. Вместе с тем в поединках, постоянно ощущается необходимость быстрого экспромтного отступления вслед за неудачной контратакой (или ответом), а также при переключении к обороне после атаки, оказавшейся короткой и вызвавшей переход противника в ответную атаку. Поэтому в индивидуальном уроке тренер должен искусственно создать ситуации безрезультатного применения учеником совершенствуемых действий для последующего быстрого и неожиданного сближения с ним. Таким образом, будут созданы ситуации для экспромтного маневрирования, в процессе которых осваивается умение быстро перемещаться по фехтовальной дорожке в различных направлениях, переключаться от нападений выпадом к сериям шагов вперед и назад, что особенно важно в отступлении.[35]

Таким образом, процесс обучения фехтовальным приемам складывается из продуманных, последовательных действий преподавателя и занимающихся, которые определяются характером задач, условиями освоения движений и правильным использованием методов и приемов обучения на каждом его этапе.

Последовательность действий преподавателя и занимающихся на занятиях фехтования определена многолетним опытом работы. В начале обучения преподаватель, учитывая двигательный опыт и индивидуальные особенности занимающихся, определяет их готовность к освоению новых упражнений и составляет конкретный план. В процессе ознакомления занимающихся с новыми движениями и действиями, преподаватель формулирует задачи обучения, устанавливает конкретные требования к выполнению движений, отмечает сходство новых движений с уже освоенными, намечает план освоения нового приема. С помощью показа, объяснения, демонстрации рисунков, схем и т. д. преподаватель помогает формированию у занимающихся представлений об основах техники осваиваемого фехтовального действия. Эта предварительная работа

преподавателя с учениками создает основу для дальнейшего практического выполнения нового боевого приема.

Разработка комплексов отдельных частей урока с различной направленностью: технической, тактической подготовки

Цель и содержание урока (как группового, так и индивидуального) должны, прежде всего, обеспечить комплексность воздействия на подготовленность фехтовальщика практически в каждом занятии. Однако очевидна и необходимость выделения конкретной направленности занятий, взаимосвязанной с периодом и этапом годичного цикла (в том числе учитывая близость очередных соревнований и уровень их значимости), планами технико-тактической и психологической подготовки и др. Поэтому известные в литературе по фехтованию названия разновидностей уроков (уроки обучения, тренировки, уроки боя, контрольные уроки) отражают лишь их общие характеристики и относятся к построению учебного процесса студентов, специализирующихся по фехтованию в институтах физической культуры.

Для тренировки квалифицированных фехтовальщиков требуется более углубленная типизация уроков, учитывающая задачи овладения новыми приемами (действиями) и отдельными разновидностями, тактическими умениями их подготовки и применения. Целесообразны так же установки на повышение адекватности выбора действий и реализации намерений в типовых ситуациях ведения поединков и др..

В практике тренировочной работы с квалифицированными фехтовальщиками имеет место также следующая направленность уроков:

- широкий обзор разновидностей действий и ситуаций;
- повторение излюбленных действий отдельного спортсмена;
- повышение уровня специализированности двигательных и психических качеств, надежности применения действий в определенных ситуациях;
- ускорение переноса освоенных действий в условия соревнований;
- диагностика и регуляция состояний спортсменов и повышение уровня психологической готовности к соревнованиям и др.

Подобная типовая направленность уроков фехтования позволяет фокусировать внимание педагогов и спортсменов на совершенствовании конкретных составляющих технико-тактической и интеллектуальной подготовленности. В дальнейшем вполне реальным станет формирование оптимальных количественных соотношений между разновидностями средств ведения поединков и другими компонентами тактики у каждого тренируемого спортсмена.

Разнообразие форм проведения упражнений в уроке фехтования позволяет решать, как задачи повышения (сохранения) уровня всех сторон подготовленности спортсменов (технической, тактической, физической, психологической, интеллектуальной), так и частные задачи тренировочного занятия (рис. 8). При этом различные виды физических упражнений, в том числе и спортивные игры, используются как с направленностью на совершенствование двигательных качеств, так и в виде общефизической разминки.

По аналогичному принципу специализированная разминка может состоять из комбинации приемов передвижений, выполняемых спортсменом самостоятельно, а также проводится в виде парных упражнений (индивидуального урока) или тренировочных боев и т.д.

Обсуждение технико-тактических (морально-психо-логических и методических) сторон подготовки не используется с другими формами проведения упражнений на принципах взаимозамены. Для него чаще всего отводится время перед началом практической части тренировки (соревнований), в итоговом анализе результатов персональной деятельности спортсменов и всей команды, а также в индивидуальных уроках во время естественных перерывов между его отдельными частями.

Вместе с тем, каждая из форм проведения упражнений (с учетом планируемого содержания тренировки, уровня квалификации занимающихся, оборудования и размеров спортивного зала) предназначена для реализации конкретных педагогических задач повышения отдельных сторон подготовленности фехтовальщиков и требует избирательного использования средств и методических приемов выполнения упражнений.

Анализ соревнований с участием квалифицированных фехтовальщиков.

Анализ результатов выступлений на соревнованиях любого уровня играет очень важную роль для дальнейшего совершенствования. В этом плане соревнования низкого и среднего уровня могут быть использованы для улучшения результатов на более высоком уровне. Например, если спортсмен выступил успешно, показав такое же катание, как и на подводящих тренировках, то может оказаться очень полезным подробный анализ как нюансов микроцикла подводки, так и всех моментов дня соревнований, включая разминку, просмотр трассы, особенности настроения и т.д. Вся эта информация очень важна для того, чтобы по возможности продублировать все элементы подводящего цикла и работу в день старта на соревнованиях более высокого уровня. Анализируя выступления на соревнованиях высокого уровня, важно понять также и то, какие факторы подготовки необходимо изменить для достижения оптимального выступления. Под оптимальным выступлением я понимаю такое выступление, на котором спортсмен показывает езду по трассе на уровне своих технических и физических возможностей. Если говорить об очках ФИС, то в идеале на соревнованиях среднего и высокого уровня спортсмен должен как минимум показывать те же очки, что и на стартах более низкого уровня. На словах это звучит весьма просто и логично. Казалось бы, что если спортсмен имеет, например, 30 очков ФИС, то он или она должны «ехать на эти очки» в любых условиях. Однако в реальности это получается далеко не всегда. Так, спортсмены, заработавшие 30 очков на региональных ФИС-стартах, попав на международные ФИС соревнования более высокого уровня или на Кубок Европы, очень часто не могут проехать быстрее, чем, например, на 70-80 очков. Это говорит о том, что они по каким-то причинам не готовы ехать на свой потенциал, стартуя в поздних номерах по более сложной трассе. Отчасти это может быть вызвано недостаточной технической и физической подготовкой. Зачастую слабое выступление — это результат несоответствующей подводки, плохого настроения и общего психологического состояния. Какой бы ни была причина, она должна быть установлена путём тщательного анализа. Для этого тренеру необходимо провести просмотр видеозаписей, если таковые были сделаны. Ещё более важно сравнить свои наблюдения, занесённые в тренерский журнал, с записями в дневнике спортсмена. Весьма полезно выслушать мнение спортсмена и узнать его или её вариант причин достижения результатов явно ниже потенциально возможных. Если спортсмен выступил неожиданно успешно, то не менее важно проанализировать и причины столь успешного выступления.

Важно, чтобы процесс выявления причин был положительным и конструктивным, а не превращался в нотации и порицания. Тренеры, высказывающие мнение типа «вам создали все условия, а вы так плохо выступили... и т.д.», должны чётко понимать, что всегда, когда спортсмен

выступает ниже своего потенциала, необходимые условия созданы не были. Несмотря на то что весь подводящий цикл казался замечательным, чего-то, видимо, не хватило в каком-то из аспектов подготовки. Возможно, что-то сложилось не так в день соревнований. Подводя итоги выступления спортсмена, имеет смысл по-разному рассматривать падение или сход с трассы при хорошей и даже очень хорошей езде и просто слабое катание. Иногда спортсмен может идти по трассе быстрее своего потенциала и в результате этого — не доехать до финиша. Такой вариант намного лучше финиша при слабой, «зажатой» езде.

Анализируя результаты, тренер и спортсмен должны отталкиваться от реальных возможностей. Как уже говорилось выше, если спортсмен на соревнованиях низкого уровня заработал, например, 30 очков, то не стоит ожидать результата лучше 30 очков на соревнованиях высокого уровня. В подобных соревнованиях желательно подтверждать свои очки в диапазоне секунды или в среднем в диапазоне плюс 5-6 очков в технических дисциплинах. Выдающиеся результаты случаются крайне редко. Поэтому спортсменам, участвуя в соревнованиях на более высоком уровне, для начала нужно просто подтверждать свои очки. По мере того как это начинает происходить относительно стабильно, можно рассчитывать и на улучшение очков. В принципе менеджмент спортсмена может быть построен и так, что спортсмен зарабатывает более низкие очки на соревнованиях низкого уровня и затем на основе этих очков получает лучший стартовый номер на соревнованиях высокого уровня, где или подтверждает, или улучшает свои очки. Это процесс, который занимает длительное время. Тем не менее без грамотного всестороннего анализа результатов выступлений спортсменов и тренер могут так и не достичь прогресса. Автор видел многих спортсменов, великолепно выступавших в стране или регионе, но никогда не достигавших результатов на более высоком международном уровне именно по причине неумения анализировать результаты и извлекать необходимую информацию как из побед, так и из посредственных выступлений. Грамотный анализ выступлений спортсменов необходим и для правильного отбора спортсменов в различные сборные от юниорских, региональных и до первой сборной страны.

В настоящее время, как на международных, так и на республиканских соревнованиях, наблюдается тенденция к изменению техники передвижения ведущих фехтовальщиков.

Проанализировав результаты последних выступлений как ведущих фехтовальщиков на шпагах, так и основного состава выступающих на Российских и международных соревнованиях, можно сделать вывод, что при одинаковых общих физических, скоростных данных и арсенала технических и тактических приемов, лучших результатов добиваются фехтовальщики, умеющие рационально и эффективно передвигаться на поле боя. Основная роль в достижении высоких результатов сводится к борьбе за дистанцию. Суть этой борьбы заключается в том, чтобы, как можно более незаметно для противника войти в дистанцию позволяющую выполнить результативную

атаку, исключаящую возможность применения соперником защитных действий.

Для того, чтобы незаметно сократить дистанцию - эффективнее передвигаться скачками, а не шагами. Но при передвижении скачками меняется нагрузка на ноги - увеличивается частота движения ног и скорость передвижений, и при этом нужно следить, чтобы центр тяжести двигался прямолинейно. Следовательно, нужно вносить некоторые изменения в учебно-тренировочный процесс, как действующих спортсменов, так и новичков. Но именно в обучении новичков нужно уделять большое внимание психологической подготовке в технике передвижения.

Весомая так же причина пересмотра техники и тактики передвижения, из-за изменения правил соревнований по фехтованию на шпагах. Раньше соревнования проводились по системе - два предварительных круга, а с 32-х или с 16-ти, проводится утешительный тур - где спортсмены после очередного боя, если не попадали в следующую ступень, имеют возможность провести дополнительные бои и при успешном проведении выйти в следующую ступень. Сейчас соревнования проводят по олимпийской системе - предварительные бои, а затем тур прямого выбывания до финала. Соответственно уменьшилось количество проводимых боев, но увеличилась динамика фехтовального поединка, следовательно, возникла проблема развития специальной выносливости и двигательных навыков у юных шпажистов, уже на самых ранних этапах обучения.

В связи с тем, что повысилась динамичность проводимых боев, целью наших исследований является - разработка новой системы обучения, позволяющая в кратчайший период времени добиться полнейшего освоения техники передвижений юных шпажистов.

Совершенствование комбинаций уколов и ударов в атаке и контратаке.

Формирование современных структурных основ применения приемов нападения и маневрирования, ускорение процесса овладения отдельными их комбинациями, оптимизация пространственных параметров передвижений требуют постановки ряда самостоятельных педагогических задач, одной из которых является использование определенных ситуаций и упражнений, приближающих условия тренировочных занятий к обстановке соревнований.

1. Изменения состава средств передвижений целесообразно осуществлять в трех направлениях, а именно:

- оптимизировать соотношение объемов приемов нападения и приемов маневрирования;
- увеличивать или сокращать применение отдельных разновидностей передвижений;
- осваивать определенную комбинацию приемов.

Наиболее эффективным способом увеличения объемов нападений является их широкое применение в подготавливающих целях, как изолированно от других средств, так и в различных комбинациях, имея в виду возможность превращения комбинаций нападений в действительные атаки при неожиданном возникновении критической (сближенной) дистанции, в ситуациях применения противником защитного или контратакующего действия. В свою очередь, начиная нападение или возвращаясь назад после его выполнения, спортсмен должен быть готов к применению защиты и ответа (контратаки) для противодействия атаке (на подготовку или ответной атаке) со стороны противника.

Концентрируя усилия на совершенствовании отдельной разновидности передвижений, следует учитывать возможности определенной взаимосвязи между ними. Так, когда применяется комбинация выпад+«стрела», вполне реальны те же тактические задачи, что и решаемые за счет скачка и выпада, однако с несколько большей степенью риска получения удара (укола). В определенных ситуациях! особенно у противника при ограниченной дистанции для отступления, целесообразны взаимозамены между комбинациями скачок и выпад + «стрела», комбинацией скачок и выпад + выпад, комбинацией выпад + «стрела» + бег вперед.

Среди приемов маневрирования бег вперед с успехом заменяют на шаги вперед, так как шаги начинаются преднамеренно, при предположении быстрого и глубокого отступления противника. Однако замена шагов назад бегом назад имеет смысл лишь для максимально быстрого разрыва дистанции, реагируя на ожидаемую атаку

противника, в то время как реализация оборонительных намерений в ответных и контратакующих действиях более эффективна при отступлении шагами назад.

2. Выпад, «стрела», скачок и выпад несут в современных боях преимущественно функции подготавливающих средств, а также нередко предшествуют применению контратак или защит с ответами в виде действий последующего намерения. Вместе с тем совершенствование изолированно выполняемых нападений с выпадом, скачком и выпадом имеет смысл преимущественно в виде преднамеренных атак с последующим закрытием назад в боевую стойку и некоторым отступлением для восстановления дистанции в индивидуальном уроке между спортсменом и тренером.

Создание ситуации для экспромтных повторных атак с выпадом или «стрелой» является нецелесообразным, так как из опыта известно, что неожиданный переход с выпада к повторному выпадом, а тем более к «стреле» требует от спортсмена значительных физических усилий и переключения внимания. А это облегчает противнику использование оборонительных действий, особенно сочетаемых со зрительными помехами в виде ложной контратаки для парирования простой атаки и нанесения ответа, а также ложной защиты для опережения контратакой атаки с финтами.

Подготавливающий выпад лучше всего сочетается с ударом по руке в контртемпе и последующим отступлением шагами или бегом назад, защитой с выбором (или обобщающей защитой) и ответом в отступлении шагами назад, контратакой уколом во внутрь и переключением в отступлении к уколу с прямой рукой. При освоении данных комбинаций в индивидуальном уроке, в отдельных схватках тренер не реагирует на начало атаки ученика, а в момент достижения им двухопорной фазы быстро сближается, бездействуя оружием и вынуждая к быстрому закрытию назад и отступлению с сохранением максимальной бдительности, добиваясь отсутствия неадекватных движений оружием. Имеет место выпад и как встречное нападение ударом в различные секторы с целью создания зрительных помех атакующему противнику, облегчая тем самым последующее парирование его нападения обусловленной защитой и нанесение ответа.

Скачок и выпад с ударом по маске наиболее эффективно совершенствуются в ситуациях со встречными попытками тренера наносить удары (уколы) в различные секторы туловища, в маску и руку спортсмена, чтобы одновременно развивать умения изменять пространственные и временные характеристики движений ногами и вооруженной рукой в соответствии с возникающей дистанцией,

избегать неожиданных столкновений с защитными и встречными движениями противника оружием.

Совершенствование «стрелы» во многом предназначено для овладения умением экспромтно варьировать пространственными параметрами в ходе нападения, что, безусловно, легче в беговой технике. Данное положение и диктует построение упражнений, в которых тренер, противодействуя атакующему ученику, неожиданно для него отступает и сближается с учеником с различной глубиной и быстротой, дополняя схватки встречными нападениями в различные секторы (или защитными движениями), а также в отдельных ситуациях максимально быстрым бегом назад вынуждает ученика к замедлению и прекращению атаки в связи с разрывом дистанции боя.

3. В тренировке выпада особое внимание уделяется овладению прыжковой техникой с глубоким продвижением фехтовальщика вперед в горизонтальной плоскости, высоким положением таза и небольшим наклоном туловища вперед в конечном положении без его продолжительной фиксации, уходом назад со скачком и переходом в шаги или бег назад. Целесообразны также комбинации выпад + выпад, выпад + скачок и выпад, скачок и выпад + прыжковый выпад.

Скачок и выпад совершенствуются с акцентом на частоте движений ногами, увеличении длины скачка, варьировании длины выпада, скачка и выпада как целостного приема нападения.

В тренировке «стрелы», переходящей в бег вперед, выполняемой с выдвигаемым вперед оружием, не следует стремиться к максимальной частоте движений ногами, а увеличивать продолжительность одноопорных фаз за счет расширения амплитуды скрестных движений ногами. В беге назад, наоборот, несмотря на рост частоты перемещения ног, следует избегать поворота боком к противнику, что позволяет в полной мере сохранить возможность действовать оружием в типовой технике.

В комбинации выпад + «стрела» ведущим компонентом является широкое по амплитуде ударное движение впереди стоящей ногой с одновременным наклоном туловища вперед, обеспечивающим высокую начальную скорость, глубину и прямолинейность продвижения в направлении к противнику. А при выполнении комбинации скачок и выпад+«стрела», наоборот, в процессе перехода с выпада к «стреле» не следует удлинять фрагмент скрещивания ног, чтобы обеспечить непрерывность продвижения и одновременно избежать возникновения дополнительных зрительных сигналов для противника.

4. Завоевывание пространства поля боя, особенно важное в ситуации «приоритета» спортсмена, необходимо сочетать со стремительностью продвижения к противнику и готовностью нанесения

удара (укола) в случае активного противодействия с его стороны, независимо от глубины и быстроты начавшегося приближения. Оптимальное сочетание данных задач можно разрешить при выполнении простых атак ударом по маске, выполняемых в комбинациях скачок и выпад + «стрела», выпад + «стрела», выпад + «стрела» + бег вперед. При выполнении комбинаций нападений спортсмен подвергается гораздо меньшему риску реагирования на ложные действия противника, используемые в качестве зрительных помех, чем в случае начала продвижения к противнику за счет бега вперед; кроме того, спортсмен также получает реальный шанс нанесения удара противнику при замедлении его отступления. Благодаря приобретенной максимальной инерции и наклону туловища вперед в атаковых комбинациях движения спортсмена оружием сохраняют требуемые правилами соревнований технические параметры.

5. Для совершенствования умения варьировать пространственными параметрами атаки по ходу ее выполнения, несмотря на эффективность использования изолированного нападения «стрелой» в индивидуальном уроке, целесообразны также преднамеренные и преднамеренно-экспромтные атаки с различными комбинациями приемов нападения, как завершаемые «стрелой», так и выпадом. Во время выполнения преднамеренной комбинации при противодействии противника в начальной фазе атаки ученик переключается на другое действие, укорачивая и замедляя нападение. А преднамеренно-экспромтные комбинации сразу строятся в виде двух (трех) этапных действий, рассчитанных на возможные удлинения нападений. При этом атакующий спортсмен на каждом из отрезков комбинаций действует адекватно возникающей ситуации, наносит удар в открывающийся сектор или парирует ранние контратаки, приближаясь к противнику.

Следует иметь в виду, что беговая часть двухступенчатых и трехступенчатых комбинаций нападений может быть различной продолжительности в атаках с действием на оружие, атаках с финтами, атаках с переключением к защите и ответу или удару в открывающийся сектор. Однако в простых атаках следует максимально удлинять начальную часть комбинации, чтобы в беговой части избежать задержки движений оружием и других технических погрешностей при нанесении удара.

6. Приемы маневрирования, которые совершенствуются обычно в процессе решения преднамеренных оборонительных задач, используются параллельно с защитой и ответом или с целью предварительного отступления для нанесения контратакующего удара (укола). Вместе с тем в поединках на саблях постоянно ощущается необходимость предельно быстрого экспромтного отступления вслед за

неудачной контратакой (или ответом), а также переключения после атаки, оказавшейся короткой и вызвавшей переход противника в ответную атаку. Поэтому в индивидуальном уроке тренер должен искусственно создать ситуации безрезультатного применения совершенствуемых действий для последующего быстрого и неожиданного сближения с учеником. Таким образом, будут созданы соревновательные ситуации для глубокого экспромтного маневрирования, в процессе которых осваивается умение быстро перемещаться по фехтовальной дорожке в различных направлениях, переключаться от шагов к бегу и от бега к шагам, что особенно важно в отступлении.

7. Использование приемов нападения и их комбинаций в целях разведки во многом аналогично завоеванию пространства поля боя. И это естественно, так как при высокоманеврированном поединке удается разведать оборонительные намерения противника со сверхдальней дистанции лишь за счет глубокого сближения и угрозы нанесения удара (укола). Следовательно, наиболее эффективными являются нападения со скачком и выпадом, комбинация выпад + «стрела» и комбинация скачок и выпад + «стрела». Крайне опасно начинать разведку в сближении бегом, так как со стороны противника реальна в подобном случае успешная атака на подготовку или ответная атака.

Преднамеренно выполняемые комбинации приемов маневрирования направлены на разведывание атакующих намерений противника и выполняются совместно с ложными контратаками или защитами (или без них), при ведущей задаче перемещения по полю боя, не допуская приближений противника на критическую дистанцию, с которой возможно нанесение удара (укола).

8. Нетиповые комбинации приемов нападения и маневрирования нередко вытесняют, общеизвестные сочетания приемов — выпад + «стрела», скачок и выпад + «стрела», особенно в ситуациях преследования -противника на всю длину поля боя. Наиболее элементарным способом удлинения атаки является переход после любого из нападений в ускоряющийся бег. Однако он эффективен для атаки лишь в том случае, если нападающему спортсмену до перехода в бег удалось достаточно сблизиться с противником (примерно до средней дистанции), когда финты или действия на оружие представляют какую-либо угрозу. В этом случае нападение сохранит право «атаки» и реальные возможности его разнообразного завершения, в том числе и однотемповым — ударом по маске. Преследованием же противника на дальней дистанции удастся лишь завоевать пространство поля боя, превращая наступление в подготавливающее действие.

Технически более сложно выполнение комбинаций приемов нападения и маневрирования, составленных из скачков и выпада, последовательно дважды выполняемых, и «стрелы», дважды выполняемых скачка и выпада + выпад, комбинации скачок и выпад + выпад + «стрела», комбинации скачок и выпад + «стрела» + выпад, комбинации «стрела» + скачок и выпад + выпад.

Помимо нетиповых комбинаций, начинаемых приемами нападения (выпадом, «стрелой», скачком и выпадом), целесообразно также освоение комбинаций шаги назад + «стрела», бег назад + «стрела», шаги назад + скачок и выпад + «стрела».

Свободное координирование движений и непрерывность передвижений фехтовальщика по полю боя при адекватном варьировании пространственными параметрами являются отдельными элементами мастерства при выполнении любых комбинаций приемов нападения и маневрирования.

Использование средств фехтования в учреждениях общего среднего образования.

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: шпагой, рапирой, саблей. 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 (с 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.

Фехтование — сугубо индивидуальный вид спорта, не требующий грубой физической силы и жесткости. В командных соревнованиях бои проводятся один на один.

Этот вид спорта помогает повысить уровень функциональных возможностей организма, уровень развития гибкости, быстроты одиночных движений, координации движений и прыгучести, внимательности, наблюдательности, двигательной памяти и тактического мышления. Вот почему образовательная программа «Фехтование», направленная на создание условий для всестороннего совершенствования личности ребенка, развитие его двигательных способностей, совершенствование психических познавательных процессов, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия является *актуальной*.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что через приобщение детей к искусству спортивного фехтования, которое оказывает влияние на формирование их художественного вкуса; развитие творческих качеств личности; открываются пути для дальнейшего совершенствования и в других областях культуры и спорта, что способствует гармоничному развитию личности в целом.

Программа «Фехтование» предлагает посредством работы со спортивным оружием, укрепить здоровье и повысить уровень физических и психологических качеств, а именно, поможет позитивно сформировать личностные качества занимающихся, их поведение в соответствии с общепринятыми нормами морали, гражданской и спортивной этики.

Программа «Фехтование» имеет *физкультурно-спортивную направленность*, объединяя в себе формирование системы специальных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в фехтовании, а также для участия в соревнованиях данного вида спорта.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она соединяет изучение элементов фехтования со спортивно-оздоровительным комплексом в целом, что способствует укреплению и оздоровлению обучающихся.

Содержание программы характеризуется, прежде всего, последовательным усложнением состава осваиваемых действий и их ситуационного применения, разнообразием формируемых тактических умений и специальной информации по этапам тренировки. При распределении изучаемых средств фехтования по квалификационным возрастным категориям учитывается необходимость постоянного повторения базовых действий оружием и приемов передвижений, освоения терминов и тактических умений. Занятия должны проводиться в группах с определенными для каждого возраста и квалификации, объемами и интенсивностью тренировочных и соревновательных нагрузок. Их увеличение должно быть постепенным и основываться на преимущественном использовании средств специальной тренировки постепенным и основываться на преимущественном использовании средств специальной тренировки.

Программа по фехтованию предусматривает реализацию следующих видов и компонентов, входящих в содержание спортивной подготовки фехтовальщиков:

физическая подготовка — общеразвивающие упражнения, способствующие повышению общей дееспособности; специальные упражнения направлены на совершенствование качества, необходимые фехтовальщику: силу, быстроту, ловкость, Прыгучесть, выносливость, простую и сложную реакцию, чувство дистанции.

техническая подготовка — овладение навыками выполнения и применения различных фехтовальных действий, умение не только выполнять приемы, но и применять их в условиях соревновательного боя.

психологическая подготовка — базовая (психологическое развитие образование и обучение), к тренировкам (формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировочным требованиям и нагрузкам), к соревнованиям (формирование состояния «боевой готовности», способности к сосредоточенности и мобилизации).

тактическая — имеет своей целью поддержать и совершенствовать имеющиеся тактические навыки и умения прививать новые, исправлять стойкие недостатки, расширять и углублять репертуар боевых действий.

теоретическая — лекционная, входе практических занятий, самостоятельная (приобретение системы специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в фехтовании).

соревновательная — соревнования, боевая практика, модельные тренировки, прикидки (приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений).

Цель программы: создать условия для развития личности ребенка, приобщения его к здоровому образу жизни посредством обучения фехтования.

Обучающие задачи:

- расширить знания в области анатомии и функциональных возможностей организма человека, влияние физических упражнений на организм человека;
- сформировать систему знаний по основам спортивного фехтования на саблях;
- обучить основам базовых видов двигательных действий;
- познакомить с основными видами фехтования;
- дать знания об экипировке и оборудовании для фехтования;
- обучить технике безопасности при работе с фехтовальным оружием;
- познакомить с историей фехтования и традициями спортивного фехтования;
- раскрыть значимость фехтования в современном спортивном единоборства;
- обучить техническим приемам фехтования на сабле;
- познакомить с правилами проведения соревнований по фехтованию на саблях.

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;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработать организаторские навыки проведения занятий в качестве капитана команды, судьи.

Данная программа рассчитана на обучение детей преимущественно в возрасте от 8 - 14 лет. Срок реализации программы - 3 года.

На обучение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к данному виду спорта.

Формы и режимы занятий. Занятия проводятся в группах полным составом и в малых группах для подготовки к соревнованиям.

Режим занятий 2-3 раза в неделю:

- первый год – 216 часа (6 часов в неделю)
- второй год – 216 (6 часов в неделю)
- третий год - 216 (6 часов в неделю)

Ожидаемые результаты освоения программы.

К концу обучения по программе обучающийся будет *знать*:

- строение и функции организма, влияние физических упражнений на его развитие;
- популярные виды спорта и их особенности;
- основы гигиены и здорового образа жизни;
- основы фехтования на саблях;
- технику безопасности при работе с оружием;
- технику акробатических упражнений;
- историю фехтования, основные виды дисциплин в фехтовании;
- основные виды легкоатлетических дисциплин;
- правила проведения соревнований в каждом из видов оружия.

уметь:

- находиться в основной стойке фехтовальщика, передвигаться в стойке фехтовальщика, без оружия и с оружием;
- применять технику оборонительных и атакующих действий на саблях, техники ударов в фехтовании;
- применять технику приёмов фехтования, на шпаге, на рапире, на сабле;
- передвигаться в боевой стойке с оружием и без оружия;
- выполнять строевые, силовые упражнения, элементы легкой атлетики (бег на месте, сменой направления движения, бег с ускорением, прыжки с места, с разбега, метание);

разовьет физические и личностные качества, присущие спортсмену – фехтовальщику, приобщится к здоровому образу жизни.

Способы оценки результативности образовательной программы.

Вводный контроль: собеседование.

Текущий контроль: наблюдение, опрос, анализ результатов участия в соревнованиях, тестирование.

Результаты фиксируются в диагностической карте.

Диагностическая карта освоения программы

Дата заполнения « ____ » _____ 20 ____ год

Педагог дополнительного образования _____

группа _____ 1 год обучения

№ п/п	Фамилия обучающегося	Параметры							
		Основы спортивного фехтования (теория)	Двигательные навыки (гибкость, сила, координация)	Основные - позиции (практика)	Основы фехтования (практика)	Техника оборонительных и атакующих действий (практика)	Тактика оборонительных и атакующих действий (практика)	Коммуникативные особенности. Умение общаться.	Участие в соревнованиях

Форма подведения итогов реализации программы: соревнования или показательные выступления.

1 год обучения

Задачи 1 года обучения

обучающие задачи:

- дать знания о строении человеческого организма, о влиянии физических упражнений на его развитие;
- познакомить с историей фехтования, особенностями данного вида спорта;
- дать знания об основных позициях: боевая стойка, передвижение, выпад, основное правило поединка;
- дать знания об основах гигиены и здорового образа жизни;
- дать знания об особенностях спортивного фехтования на саблях, основах тактики и техники фехтования;
- научить передвижению в боевой стойке с оружием и без оружия применяемыми в спортивном фехтовании, выполнять основные позиции: передвижение, выпад;
- научить технике акробатических упражнений.
- обучить технике выполнения оборонительных и атакующих действий, ударов в фехтовании;
- научить передвигаться в боевой стойке с оружием и без оружия;
- научить анализировать действия противника;
- научить выполнять элементы гимнастики (строевые упражнения, построение, перестроения, ходьба), элементы легкой атлетики (бег, прыжки, метание);
- научить выполнять элементы акробатических упражнения (группировки, кувырки, перекатывания, стойки);
- научить выполнять силовые упражнения.

Развивающие задачи:

- развивать координацию, гибкость, быстроту реакции, ловкость, общую физическую выносливость;

Воспитательные задачи:

- воспитать инициативность, ответственность, силу воли;
- сформировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- сформировать навыки общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Первый год обучения

№ п/п	тема	Количество часов		
		всего	Теоретич. занятий	Практич. занятий
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	История развития фехтования, как вида спорта.	6	5	1
3.	Основы спортивного фехтования на саблях	30	6	24
4.	Техника фехтования	36	6	30
5.	Тактика фехтования	36	6	30
6.	Общая физическая подготовка	42	6	36
7.	Специальная физическая подготовка	36	6	30
8.	Соревнования	26	2	24
9.	Итоговое занятие	2	0	2
Итого часов		216	38	178

2 год обучения

Задачи 2 года обучения:

обучающие задачи:

- познакомить с историей фехтования и традициями спортивного фехтования;
- раскрыть значимость фехтования в сфере современного спортивного единоборства;
- сформировать знания о необходимой экипировке и оборудовании для фехтования;
- сформировать систему знаний основ спортивного фехтования на саблях;
- обучить техническим приёмам фехтования на сабле;
- сформировать умения и навыки оборонительных и атакующих действий на саблях, техники ударов в фехтовании;
- расширить знания в области анатомии и функциональных возможностях организма человека, сформировать привычки соблюдения личной гигиены;
- познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи;
- закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- познакомить обучающихся с правилами проведения соревнований по фехтованию на сабле.

развивающие задачи:

- способствовать развитию функционального состояния организма, укреплению и сохранению здоровья детей;
- способствовать развитию у детей двигательных качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость);
- психофизическое развитие детей средствами спортивной деятельности;
- развитие коммуникативных качеств, навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских отношений.

воспитательные задачи:

- воспитывать у детей нравственно-волевые качества (честность, воспитанность, ответственность, взаимовыручка);
- воспитывать у детей правильное отношение к оружию;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время, приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать формированию у детей организаторских способностей.

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Основы спортивного фехтования на саблях	24	6	18
3.	Техника фехтования	36	6	30
4.	Тактика фехтования	36	6	30
5.	Боевая практика	36	6	30
6.	Общая физическая подготовка	24	2	22
7.	Специальная физическая подготовка	26	2	24
8.	Соревнования	32	6	26
9.	Итоговое занятие	2	0	2
	Итого:	218	35	183

3 год обучения

Задачи 3 года обучения

Обучающие задачи:

- дать знания об основных позициях: боевая стойка, передвижение, выпад, основное правило поединка;
- научить технике выполнения оборонительных и атакующих действий;
- дать характеристику поражаемой поверхности;
- научить сохранять дистанцию в парных упражнениях, в бою между участниками боя;
- научить технике выполнения оборонительных и атакующих действий на саблях;
- дать основы тактики фехтования;
- дать комплексные тактические характеристики;
- познакомить с особенностями выполнения силовых упражнений;
- познакомить с требованиями к участникам соревнований;
- познакомить с действиями арбитра на фехтовальной дорожке.
- научить самостоятельно подключаться к системе электрофиксации уколов, ударов;
- научить анализировать действия противника;
- научить находить наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации;
- научить проверять исправность оружия;
- научить применять технику оборонительных и атакующих действий на саблях, разные комбинации шагов и выпадов;
- научить выполнять контрзащиты, контрответы, ремизы;
- научить применять комбинации приемов передвижений;
- научить самостоятельно выполнять элементы акробатических упражнений (кувырки, перекаты, стойки, мостики, упражнения на растяжку), строевые упражнения, упражнения на равновесие, упражнения со скакалкой, на гимнастической скамейке, у гимнастической стенки, силовые упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, спины, рук, ног.

развивающие задачи:

- способствовать развитию функционального состояния организма, укреплению и сохранению здоровья детей;
- способствовать развитию у детей двигательных качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость);
- психофизическое развитие детей средствами спортивной деятельности;
- развитие коммуникативных качеств, навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских отношений.

воспитательные задачи:

- воспитывать у детей нравственно-волевые качества (честность, воспитанность, ответственность, взаимовыручка);
- воспитывать у детей правильное отношение к оружию;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время, приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать формированию у детей организаторских способностей.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Третий год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Основы спортивного фехтования на саблях	24	6	18
3.	Техника фехтования	36	6	30
4.	Тактика фехтования	36	6	30

5.	Боевая практика	36	6	30
6.	Общая физическая подготовка	24	2	22
7.	Специальная физическая подготовка	24	2	22
8.	Соревнования	32	6	26
9.	Итоговое занятие	2	0	2
	Итого часов	216	35	181

Методическое обеспечение программы

Формы и методы проведения занятий.

В ходе реализации данной программы могут быть использованы разнообразные методы обучения: словесный (беседы, бриц-опрос, устное изложение педагога), наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический методы (тренировки, соревнования по фехтованию).

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

Занятия по ОФП и СФП рекомендуется проводить на протяжении всего периода учебного года, в особенности в подготовительный и переходный период. При выполнении упражнений, направленных на развитие отдельных физических качеств, нужно помнить о том, что, применяя силовые упражнения, необходимо избегать продолжительных статических положений, связанных с чрезмерным напряжением и задержкой дыхания. Силовые упражнения рекомендуется чередовать с упражнениями на быстроту и на расслабление.

Перед соревнованиями педагогу важно проводить установочную беседу со спортсменами (значение соревнований, сведения о командах соперников), после окончания, провести анализ выступления. Разбор прошедших соревнований следует проводить не сразу по окончании соревнований, а дать спортсменам время для отдыха и анализа своих действий в спокойной обстановке. При этом необходимо дать возможность участникам высказаться, максимально привлекая их к самоанализу.

Материально-техническое обеспечение программы: спортивный зал, гимнастическая стенка, гимнастическая скамейка, медицинская аптечка, маты, мячи, набивные мячи, сабли, защитная экипировка (маска, нагрудник, перчатки, щитки на ногах).

Список литературы для педагога.

1. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: ФиС, 1969.
2. Аркадьев В.А. Ступени мастерства фехтовальщика.-М.: ФиС, 1975.
3. Бычков Ю.М. Совершенствование специализированных навыков тренера по фехтованию (теория и методика). – М.: «Принт Центр РГАФК», 1998.
4. Богданов Г.П. Уроки физической культуры. - М., Просвещение., 1996 г
5. Буйлин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Москва, «ФиС», 1981г.
6. Верхошанский Ю.В. Основы специальной подготовки спортсмена. - М.,1988 г.
7. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. - М.,2008 г.
8. Нравственное воспитание учащихся на занятиях физкультурой. Станкин М.И. М., 1975 г.
9. Спортивное фехтование. Учебник для вузов физической культуры. Издательство «Физкультура, образование и наука», Москва, 1997г.
10. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков на шпагах. – Минск: «Высшая школа», 1976.
11. Тышлер Д., Тышлер Г. Фехтование на саблях. Техническая и тактическая подготовка. — М: «Физкультура, образование и наука», 1998 г.
12. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. — М.: Советский спорт, 1996 г.
13. Фехтование. Что должны знать спортсмены и тренеры о судействе и проведении соревнований. — М.: СпортАкадемПресс, 2001. — 124 с.
14. Физическое воспитание в школе. Кукушкин Г.И., М., 1975 г.
15. Фехтование: Программа для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: «С.Принт», РГАФК, 1998.
16. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта.-М.: ФиС, 1980.

Список литературы для обучающихся.

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. Каганов Л.С. Развиваем выносливость. – М.,1990
6. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщика. – М.: ФиС, 1972.
7. Ковалева Е. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых – М.,2007
8. Красикова И. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиоза и плоскостопия. – Сп-б.,2010
9. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: ФиС, 1966.
10. Новиков Ю.Н. Физкультура или спорт. – М.,1996
11. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Что должен знать спортсмен о технике и тактике. – М.: ФОН, 1995.
12. Тышлер Д.А, Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: «Советский спорт», 1986.

Тестирование в фехтовании. Контрольно-нормативные показатели тестов для групп различного возраста.

Критерии подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, на каждом этапе спортивной подготовки с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность в спортивном фехтовании.

Критерии - признаки, основания, правило принятия решения по оценке чего-либо на соответствие предъявленным требованиям. Влияние физических качеств и телосложения на эффективность соревновательной деятельности в фехтовании представлены в таблице.

Физические качества и телосложение	Уровень влияния ⁶
Скоростные способности	3
Мышечная сила	1
Вестибулярная устойчивость	2
Выносливость	2
Гибкость	2
Координационные способности	3
Телосложение	1

Скоростные способности.

Под скоростными способностями спортсмена понимается комплекс функциональных свойств, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальное время. Различают элементарные и комплексные формы проявления скоростных способностей. Элементарные формы проявления быстроты создают предпосылки для успешной скоростной подготовки, а развитие комплексных скоростных способностей составляет ее основное содержание.

Мышечная сила.

Мышечная сила - это максимальное усилие, развиваемое мышцей; мышечная выносливость - способность мышцы поддерживать развитие усилий в течение определенного периода времени.

Сила и выносливость взаимосвязаны, увеличение одной, как правило, приводит к определенному увеличению другой.

Вестибулярная устойчивость.

Вестибулярная устойчивость - это способность сохранять активную деятельность при раздражении вестибулярного аппарата. Вестибулярный аппарат обеспечивает восприятие и анализ информации о перемещении и положении тела в пространстве.

Наряду с двигательным и зрительным анализаторами он обеспечивает ориентировку в пространстве, влияет на уровень двигательной координации и качество равновесия.

Высокую вестибулярную устойчивость обеспечивают специальные упражнения на равновесие и упражнения, избирательно направленные на совершенствование функций вестибулярного аппарата. Одни из них позволяют укрепить вестибулярный аппарат, другие помогают

противодействовать нарушениям равновесия в процессе и после вращательных движений. Выносливость.

Выносливость - это способность организма выполнять работу заданной мощности в течение относительно длительного времени без снижения ее эффективности. Основные показатели выносливости - мощность физической работы и ее продолжительность.

Основные упражнения для воспитания выносливости - упражнения циклического характера - ходьба, бег, плавание; и ациклического - игры.

Гибкость.

Гибкость - это способность выполнять движения с максимальной возможной амплитудой. Гибкость зависит от следующих факторов:

- анатомические особенности суставов;
- эластичность связочного аппарата, мышечных сухожилий и мышц;
- способность сочетать расслабление и сокращение (напряжение) мышц-антагонистов в суставах.

Таким образом, развитие гибкости связано с повышением эластичности мышц, мышечных суставов и связок, с совершенствованием координации работы мышц-антагонистов и, при многолетних занятиях, с изменением формы сочленяющихся костных поверхностей.

Координационные способности.

Ловкость — сложное комплексное двигательное качество, уровень развития которого определяется многими факторами.

Наибольшее значение имеют высокоразвитое мышечное чувство и так называемая пластичность корковых нервных процессов. От степени проявления последних зависит срочность образования координационных связей и быстроты перехода от одних установок и реакций к другим. Основу ловкости составляют координационные способности. Под двигательно-координационными способностями понимаются способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, то есть наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно).

Телосложение.

Измерение уровня телосложения проводится в соответствии с антропометрическими требованиями.

Характеристика антропометрических показателей юных спортсменов, ростовые данные, желательные показатели типа строения тела и соматотипа занимающихся. Двигательные способности, лежащие в основе развития необходимых специальных физических качеств, их основные показатели.

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку.

Для тестирования уровня освоения Программы по общей и специальной физической подготовке используют комплексы контрольных упражнений.

Выполняются упражнения, которые позволяют оценить развитие основных физических качеств (быстроту, скоростно-силовые качества, выносливость, силу, координацию).

Состав упражнений подобран с учетом задач комплексной оценки уровня общей физической подготовленности на этапах многолетней подготовки. Для тестирования уровня специальной физической подготовки используются специализированные упражнения.

Нормативы для зачисления в группы начальной подготовки не требуются. Однако могут быть применены регламентированные нормативы по ОФП, которые способны подтвердить готовность начинающего к выполнению специализированной нагрузки.

1. Бег 30 м (6x5 м). На расстоянии 5 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу спортсмен бежит, преодолевая расстояние 5 м шесть раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

2. Челночный бег (3x10 м). Тест проводят в спортивном зале. Отмеряют 10-метровый отрезок, начало и конец которого отмечают линией. За каждой чертой - 2 полукруга радиусом 50 см. Спортсмен становится за ближней чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты: обегает полукруг и возвращается к линии старта. Затем также обегает другой полукруг и возвращается обратно.

3. Непрерывный бег в свободном темпе. Проводится на беговой дорожке стадиона.

4. Подтягивания на перекладине. Выполняют из положения вис хватом сверху, руки на ширине плеч. Темп выполнения произвольный. Подтягивание считается выполненным, если при сгибании рук подбородок находится выше перекладины (не засчитываются попытки при вспомогательных движениях ног и туловища).

5. Сгибание разгибание рук в упоре лежа выполняется максимальное количество раз. И.П.

- упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют единую линию. Отжимание засчитывается, когда спортсмен, коснувшись грудью пола, возвращается в И.П. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах.

6. Подъем туловища к ногам из положения лежа на спине, ноги согнуты под 90°, руки за головой, сомкнутые в замок, до касания грудью бедер. Максимальное количество раз за 30 секунд.

7. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Оценка уровня развития физических качеств и двигательных навыков на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) проводится по результатам тестирования на основе комплекса упражнений.

Стандартная программа тестирования включает в себя:

- бег 20 м с низкого старта;
- бег 20 м из И.П. - упор сидя спиной к направлению движения;
- бег 20 м из И.П. - упор лежа спиной к направлению движения;

- челночный бег 4x5 м;
- челночный бег в течение 1 минуты (20-метровый отрезок);
- кистевая динамометрия;
- челночный бег 4x14 м;
- прыжок в длину с места.

Оценка уровня развития физических качеств и двигательных навыков на этапе совершенствования спортивного мастерства проводится по результатам тестирования на основе комплекса упражнений.

Стандартная программа тестирования включает в себя:

- бег 20 м с низкого старта;
- бег челноком в течение 1 минуты на отрезке 20 м;
- челночный бег 4x5 м;
- челночный бег 4x14 м;
- прыжок в длину с места
- кистевая динамометрия;
- тройной прыжок с места.

Оценка уровня развития физических качеств и двигательных навыков на этапе высшего спортивного мастерства проводится по результатам тестирования на основе комплекса упражнений.

Стандартная программа тестирования включает в себя:

- бег 20 м с низкого старта;
- бег челноком в течение 1 минуты на отрезке 20 м;
- челночный бег 4x5 м;
- челночный бег 4x14 м;
- прыжок в длину с места;
- кистевая динамометрия;
- тройной прыжок с места.

При проведении тестирования следует уделить особое внимание соблюдению требований инструкции и созданию единых условий для выполнения упражнений для всех занимающихся. Тестирование проводят в соответствии с годовым тренировочным планом в установленные сроки. Результаты тестирования заносят в индивидуальную карту спортсмена, которая хранится в организации.

Методические указания по организации тестирования занимающихся

Спортсменов Для оценки уровня освоения Программы проводятся промежуточная (ежегодно, после каждого этапа обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация обучающихся.

Основные требования к контролю:

1. Контроль подготовки спортсменов предусматривает регистрацию и анализ основных количественных характеристик тренировочного процесса -тренировочных и соревновательных нагрузок, а также тех необходимых дополнительных параметров, которые своей информативной значимостью отражают специфику подготовки в виде фехтования.

2. Контрольные тесты и нормативы спортивной подготовленности юных и квалифицированных спортсменов определяются задачами этапа их

подготовки и устанавливаются для оценки динамики физического развития, адекватности влияния тренировочных и соревновательных нагрузок возможностям организма, разрабатываются в соответствии с видами подготовки и оцениваются на основе результатов комплекса измерений, необходимых и достаточных для обоснованной коррекции подготовки.

3. Этапные нормативы спортивной подготовленности предъявляют обязательные требования к общей физической подготовленности и специальной спортивной подготовленности юных и квалифицированных спортсменов, являются основанием для перевода спортсмена на следующий этап многолетней подготовки и приоритетными на всех этапах.

4. Контроль подготовки на этапах годичного цикла проводится не реже 2-3 раз в год с целью выявления динамики физического развития, оценки общей и специальной подготовленности занимающихся, определения степени соответствия приростов этих показателей индивидуальным темпам и нормам биологического развития. Значимость этапного контроля одинакова для всех групп занимающихся фехтованием.

Значимость текущего и оперативного контроля увеличивается по мере повышения объема, интенсивности и психической напряженности специализированных упражнений на тренировочном этапе и этапе совершенствования спортивного мастерства.

5. Все виды контроля подготовленности спортсменов осуществляются, исходя из имеющихся возможностей и аппаратно-приборного оснащения учреждения, где спортсмены проходят подготовку, а также исходя из наличия штатного персонала, который обеспечивает работу приборов и оборудования

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы. Все контрольные упражнения указаны для соответствующего периода подготовки, и их успешная сдача дает право перейти на следующий этап (период) подготовки.

Исключение составляют требования к спортивным результатам обучающихся, а именно, когда обучающийся переходит на следующий этап подготовки только при условии выполнения спортивного разряда, необходимого для данного этапа.

Правила проведения тестирования и интерпретации полученных результатов:

- информирование спортсмена о целях проведения тестирования;
- ознакомление спортсмена с инструкцией по выполнению тестовых заданий и достижение уверенности исследователя в том, что инструкция понята правильно;
- обеспечение ситуации спокойного и самостоятельного выполнения заданий спортсменом;
- сохранение нейтрального отношения к спортсменам, уход от подсказок и помощи;
- соблюдение исследователем методических указаний по обработке полученных данных и интерпретации результатов, которыми сопровождаются каждые тесты или

- соответствующее задание;
- обеспечение конфиденциальности результатов тестирования;
 - ознакомление спортсмена с результатами тестирования, сообщение ему или ответственному лицу соответствующей информации с учетом принципа «не навреди!»
 - решение серии этических и нравственных задач;
 - накопление исследователем сведений, получаемых другими исследовательскими методами и методиками, их соотнесение друг с другом и определение согласованности между ними;
 - обогащение исследователем опыта работы с тестами и знаний об особенностях их применения.

Ежегодно приказом по учреждению утверждаются сроки проведения аттестации (в течение месяца в конце учебного года) и список членов аттестационной комиссии.

Явка на прохождение аттестации обязательна для всех обучающихся. Для обучающихся, не явившихся на аттестацию по уважительной причине, аттестация должна быть назначена на другое время. В случае неудачной сдачи требований аттестации обучающийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза. На следующий этап подготовки переходят только обучающиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию.

Для досрочного перехода на этап (период) подготовки необходимо успешно сдать требования промежуточной аттестации предшествующего данному этапу (периоду) периода подготовки.

Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки.

Целью контроля является оптимизация процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов на основе объективной оценки различных сторон их подготовленности и функциональных возможностей важнейших систем организма.

Предметом контроля в спорте является содержание тренировочного процесса, соревновательной деятельности, состояние различных сторон подготовленности спортсменов, их работоспособность, возможности функциональных систем.

В практике спорта принято выделять три вида контроля:

1. Этапный контроль.
2. Текущий контроль.
3. Оперативный контроль.

Этапный контроль позволяет оценить этапное состояние спортсмена, которое является следствием долговременного тренировочного эффекта. Такие состояния спортсмена являются результатом длительной подготовки - в течение ряда лет, года, макроцикла, периода или этапа.

Этапный контроль направлен на систематизации знаний, умений и навыков, закреплять и упорядочивать их. Периодическая проверка проводится в виде контрольно-переводных нормативов (1 раз в год), проверки

технической подготовленности (по мере необходимости) и соревнований (согласно единому календарному плану).

Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, то есть тех состояний, которые являются следствием нагрузок серий занятий, тренировочных или соревновательных микроциклов.

Текущая проверка осуществляется тренерами физкультурно-спортивной организации в процессе беседы и наблюдений за действиями спортсмена. Эффективность усвоения материала в процессе разучивания приемов и упражнений во многом определяются своевременным исправлением ошибок.

Оперативный контроль предназначен для регистрации нагрузки тренировочного упражнения, серии упражнений и занятия в целом. Важно определить величину и направленность биохимических сдвигов в организме спортсмена, установив тем самым соотношение между параметрами физической и физиологической нагрузки тренировочного упражнения.

Контроль знаний, умений и навыков - необходимые условия для выявления недостатков тренировочного процесса, закрепления и совершенствования знаний, умений и навыков. Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний - срочных реакций организма спортсменов на нагрузки в ходе отдельных тренировочных занятий и соревнований.

Оперативный контроль в процессе подготовки спортсменов предполагает оценку реакций организма занимающегося на физическую нагрузку в процессе занятия и после него, а также мобильные операции, принятие решений в процессе занятия, коррекцию заданий, основываясь на информации от занимающегося.

Оценка физической подготовленности складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия.

Оценка технической подготовленности - количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники.

Оценка тактической подготовленности - оценка целесообразности действий спортсмена, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактического мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

Оценка состояния подготовленности спортсмена проводится в ходе тестирования или в процессе соревнований и включает в себя оценку: физической, технической, тактической подготовленности; психического состояния и поведения на соревнованиях.

Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится медико-биологическими методами специалистами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.

После каждого года спортивной подготовки на этапах подготовки, для проверки результатов освоения программы, выполнения нормативных требований, спортсмены сдают нормативы итоговой аттестации.

По результатам сдачи нормативов итоговой аттестации осуществляется перевод спортсменов на следующий год этапа подготовки реализации программы.

В течение года спортивной подготовки на этапах подготовки, для проверки результатов освоения нормативных требований в соответствии с программой спортсмены сдают нормативы промежуточной аттестации.

Результатом сдачи нормативов промежуточной аттестации является повышение или совершенствование у спортсменов уровня общей и специальной физической подготовки.

Требования к результатам реализации Программы, выполнение которых дает основание для перевода на следующий этап спортивной подготовки

Эффективность на различных этапах спортивной подготовки, в соответствии с требованиями к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, определяется по следующим критериям.

На этапе начальной подготовки:

- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности спортсменов;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;
- стабильность состава спортсменов.

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- динамика роста уровня общей, специальной физической и технико-тактической подготовленности спортсменов;
- стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта;
- состояние здоровья спортсменов;

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- количество спортсменов, повысивших разряд;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- количество спортсменов, переданных из организации для зачисления в УОР или переданных из организации для приема на работу в ЦСП;
- численность спортсменов, проходящих спортивную подготовку на данном этапе.

На этапе высшего спортивного мастерства:

- количество спортсменов, включенных в основной и резервный составы спортивных сборных команд Российской Федерации, субъектов Российской Федерации;

- стабильность успешных результатов выступления в официальных всероссийских и международных спортивных соревнованиях, количество призовых мест;

- сохранность контингента спортсменов высокой квалификации. При зачислении и переводе спортсменов на этапы спортивной подготовки, используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение перспективности спортсмена и его готовности к достижению высоких спортивных результатов.

Оценка технической подготовленности фехтовальщика проводится тренером с учетом допускаемых ошибок в пространственных характеристиках управления оружием, техники ведения клинка на укол (удар) с соблюдением непрерывности движения вперед, слаженности движений вооруженной руки и ног, быстроты завершения нападения. Начиная с тренировочного этапа, допускается только одна ошибка при выполнении тестового приема.

Технико-тактическая подготовленность занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства оценивается по уровню проявления специальных тактических умений в соревновательных боях и результатам выступления на международных и российских календарных соревнованиях.