

Государственное бюджетное учреждение
спортивная школа Красногвардейского района Санкт-Петербурга
(ГБУ СШ Красногвардейского района)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ СШ
Красногвардейского района
Е.А. Сагиева
« 31 » августа 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПО ВИДУ СПОРТА «ФЕХТОВАНИЕ»**

Санкт-Петербург
2023

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «фехтование» (далее – программа) предназначена для разработки дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «фехтование».

1.2. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «фехтование» должна иметь следующую структуру:

титульный лист ;

пояснительная записка;

теоретический раздел;

практически раздел;

иные требования и условия реализации Программы.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Краткая характеристика вида спорта «фехтование»

Вид спорта «фехтование» – это олимпийский вид спорта, суть которого заключается в ведении боя с использованием холодного оружия. Различают следующие виды спортивного фехтования: на рапирах, на саблях, на шпагах. Фехтовальщикам необходимо нанести укол сопернику и отражать или избегать уколов по себе.

В фехтовальном бою возможны различные сочетания двигательных элементов, направленных на решение тактических задач. Из одного двигательного акта может вытекать несколько тактических вариантов завершения, влияющих на исход схватки.

Изменение двигательного или тактического компонента влияет на возможности и диапазон применения средств в каждой схватке боя.

Занятия фехтованием развивают быстроту, ловкость, выносливость, силу, самообладание, способность к молниеносным решениям и действиям в сложных ситуациях боя.

Бой между двумя фехтовальщиками на любом виде оружия проводится на специальной дорожке, шириной 1,5х2 м и длиной 14 м, сделанной из электропроводящего материала, которая изолирована от регистрирующего уколы или удары аппарата.

Бой управляется и оценивается арбитром. Уколы, нанесенные фехтовальщиками, регистрируются лампами на электрическом аппарате. Фиксируются они на основе электрической схемы, проходящей через оружие фехтовальщика и его одежду, связанных с аппаратом проводной системой.

Арбитр оценивает удары и уколы, основываясь на показаниях регистрирующего аппарата при учете правил боя в каждом виде фехтования. Бои в видах оружия имеют собственные специфические правила, позволяющие засчитывать уколы и удары или объявлять их недействительными

Спортивные соревнования по фехтованию проводятся как между мужчинами, так и между женщинами. Фехтование входит в программу Олимпийских игр с 1896 года.

Спортивные дисциплины вида спорта «фехтование» определяются организацией, реализующей (разрабатывающей) дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «фехтование» (далее – Организация), самостоятельно в соответствии со Всероссийским реестром видов спорта, а также Таблицей № 1.

Спортивные дисциплины вида спорта «фехтование»

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины						
рапира	020	001	1	6	1	1	Я
рапира - командные соревнования	020	002	1	6	1	1	Я
сабля	020	003	1	6	1	1	Я
сабля - командные соревнования	020	004	1	6	1	1	Я
шпага	020	005	1	6	1	1	Я
шпага - командные соревнования	020	006	1	6	1	1	Я
арт-фехтование - упражнение группа	020	008	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - упражнение соло	020	007	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - дуэт - античность	020	009	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - дуэт - от XVI века	020	010	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - дуэт - свободный стиль	020	011	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - группа - античность	020	012	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - группа - от XVI века	020	013	1	8	1	1	Л
арт-фехтование - группа - свободный стиль	020	014	1	8	1	1	Л

2.2. Отличительные особенности спортивных дисциплин вида спорта «фехтование»

Фехтовальный бой – условный поединок на холодном спортивном оружии, регламентированный официальными правилами спортивных соревнований, которые позволяют определить победителя в схватке на основе установленных тактических приоритетов и времени опережения. В современном спортивном фехтовании поединки проводятся на трех видах оружия (шпагах, рапирах и саблях), и правила в этих видах различаются.

Используется три вида оружия – рапира, сабля, шпага. Фехтовальное оружие состоит из клинка и гарды (щит на рукоятке, защищающий руку спортсмена). На острие оружия надевается железный наконечник с кнопкой, который с помощью провода, проходящего под курткой спортсмена, крепится к прибору, фиксирующему уколы, к гарде прикрепляется разъем-двойник (рапира) или тройник (шпага) для шнура. Сабля наконечника не имеет.

Рапира представляет собой колющее оружие (удары можно наносить только острием клинка) с гибким клинком четырехгранного сечения длиной от 90 до 110 см массой 500 г, кисть руки защищена круглой гардой диаметром 12 см. Общая длина рапиры не должна превышать 110 см.

Шпага более тяжелое колющее оружие, похожа по конструкции на рапиру и чуть больше по длине, массой до 770 г. Клинок ее трехгранного сечения, более жесткий, чем у рапиры. Кисть руки защищена круглой гардой диаметром 13,5 см.

Сабля – рубяще-колющее оружие (можно наносить не только уколы острием, но и удары клинком, при этом удары гардой запрещены.) трапециевидного сечения длиной до 105 см, массой 500 г, стальной гибкий клинок с гардой овальной формы со скобой, защищающей кисть и пальцы спортсмена.

2.3. Цель, основные задачи и планируемые результаты реализации программы

Целью реализации Примерной программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач: оздоровительные; образовательные; воспитательные; спортивные.

Планируемые результаты освоения Примерной программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающими всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов, также обеспечивает формирование личностных результатов: овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (неотренированности), перенапряжения; овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики; умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, оборудование, спортивную одежду, осуществлять подготовку спортивного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям; умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях, находить адекватные способы

поведения и взаимодействия в соревновательный период; развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность, ориентирование на определение будущей профессии, приобретение навыков по участию в спортивных соревнованиях различного уровня.

3. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 30.04.2021 N 127-ФЗ.

2. Приказ Минспорта России «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» от 30 октября 2015 г. № 999.

3. Приказ Минспорта России «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» от 3 августа 2022 г. № 634.

4. Приказ Минспорта России «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» от 27 января 2023 г. № 57.

5. Приказ Минспорта России «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «фехтование» от 31.10.2022 № 877.

6. Положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденное приказом Минспортом России 19 декабря 2022 года № 1255.

7. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

8. Правила вида спорта «фехтование», утвержденные приказом Минспорта России от 08.08.2016 № 944 (ред. от 30.11.2020).

Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки устанавливаются в соответствии на основании требований, предъявляемых приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

3.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам:

На этап начальной подготовки зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее

возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет. При этом при комплектовании учебно-тренировочных групп разница в возрасте зачисляемых лиц не должна быть более двух лет.

На этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других организациях и (или) по другим видам спорта и выполнивших требования, необходимые для зачисления, согласно нормативам по физической подготовке, установленных в дополнительной образовательной программе по виду спорта «фехтование» с учетом сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастных границ лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

Таблица № 2

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки		Возраст зачисления
Начальной подготовки	2-3	до одного года обучения	8
		свыше одного года обучения	9
Учебно-тренировочный (спортивной специализации)	4-5	до трех лет обучения	11
		свыше трех лет обучения	14
Совершенствования спортивного мастерства	3-6	до одного года обучения	14
		свыше одного года обучения:	15
Высшего спортивного мастерства	-	до одного года обучения	15
		свыше одного года обучения	16

3.2. Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки

Наполняемость групп определяться Организацией с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта), используемого при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «фехтование».

Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки

Таблица № 3

Этапы спортивной подготовки		Количественный состав группы (человек)
Начальной подготовки	до одного года обучения	10-14
	свыше одного года обучения	

Учебно-тренировочный (спортивной специализации)	до трех лет обучения	4-6
	свыше трех лет обучения	
Совершенствования спортивного мастерства	до одного года обучения	2-3
	свыше одного года обучения:	
Высшего спортивного мастерства	до одного года обучения	1-2
	свыше одного года обучения	

3.3. Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта

Планируемый объем соревновательной деятельности устанавливается в программе по типу спортивных соревнований: контрольные, отборочные, основные, с учетом особенностей видов спорта, с учетом задач спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки, уровня подготовленности и состоянием тренированности обучающегося по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее – обучающийся).

В дополнительной образовательной программе спортивной подготовки Организацией указывается количество спортивных соревнований в соответствии с единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и с учетом значений, утвержденных в государственном (муниципальном) задании.

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны спортсмена. Контрольную функцию могут выполнять как официальные спортивные соревнования различного уровня, так и специально организованные Организацией.

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях и выполнении требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	2-3	2-3	4-6	4-6	4-6	6-8
Отборочные	-	-	6-8	8-10	10-12	10-12
Основные	-	1-2	2-3	2-3	2-3	2-4

3.4. Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса

Учебно-тренировочная нагрузка к объему учебно-тренировочного процесса рассчитывается для каждого учебно-тренировочного занятия на основании ее интенсивности, длительности и для каждого этапа спортивной подготовки имеет свой часовой недельный (годовой) объем.

В объем учебно-тренировочной нагрузки входит время восстановления организма обучающегося после определенной нагрузки и при кратковременной тренировке с высокой интенсивностью и долговременной тренировке с низкой интенсивностью, а также аспекты морально-волевой и теоретической подготовки.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный режимами работы, для этапов: учебно-тренировочного свыше трех лет, совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, может быть сокращен не более чем на 25 %, реализуемых в период учебно-тренировочных мероприятий, а также на основании индивидуальных планов спортивной подготовки.

Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5	6	10	12	18	22
Общее количество часов в год	234	312	520	624	936	1144

3.5. Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

Для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки допускаются лица, получившие в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинское заключение об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий видом спорта «фехтование».

Организация ведет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования.

Обучающийся, должен иметь медицинский допуск к учебно-тренировочным занятиям и к соревновательным мероприятиям.

4. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**4.1. Годовой учебно-тренировочный план**

Годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «фехтование» (далее – учебный план) определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки, видам деятельности, практикам и распределяет учебное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения. Учебный план составляется и утверждается Организацией ежегодно на 52 недели (в часах).

Учебный план определяет общую структуру планируемого учебно-тренировочного процесса в рамках деятельности Организации, совокупность отдельных относительно самостоятельных, но не обособленных в их закономерных связях видах спортивной подготовки, соотношении и последовательности их как органических звеньев единого процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, оптимально вносящий свой вклад для достижения спортивных результатов.

Представленные в учебном плане тренировочные мероприятия –теоретическая подготовка, инструкторская и судейская практика, учебно- тренировочные, антидопинговые, воспитательные, аттестационные мероприятия, медико-биологическое обследование являются неотъемлемой частью тренировочного процесса и регулируются Организацией самостоятельно, указанные тренировочные мероприятия входят в годовой объем тренировочной нагрузки.

Объем тренировочной нагрузки на этапе высшего спортивного мастерства представлен одним учебно-тренировочным годом, но необходимо учесть, что представленные параметры нагрузки не изменяются в течение всего периода обучения на данном этапе.

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
		Недельная нагрузка в часах			
		4,5	6	9	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах			
		2	2	3	3
		Наполняемость групп (человек)			
		10		4	
		1.	Общая физическая подготовка	48	53
2.	Специальная физическая подготовка	29,5	35	48	48
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	6	11	11
4.	Технико-тактическая подготовка	124,5	190	300	435
5.	Теоретическая подготовка	12	6	12	12
6.	Психологическая подготовка	12	6	12	12
7.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2	2	2

8.	Инструкторская практика	-	3	6	6
9.	Судейская практика	-	3	5	6
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	4	4	5
11.	Восстановительные мероприятия	3	4	4	6
Общее количество часов в год		234	312	468	624

4.2. Календарный учебно-тренировочный график

Календарный учебно-тренировочный график (далее – учебно-тренировочный график) составляется на учебный год Организацией самостоятельно по каждому этапу спортивной подготовки согласно объему соревновательной деятельности, определенному в Примерной программе, включающий в себя перечень спортивных учебно-тренировочных мероприятий, период прохождения аттестации в течение учебного года, медико-биологических мероприятий, восстановительных мероприятий по отдельным этапам, определяет календарный период проведения мероприятия.

При составлении учебно-тренировочного графика могут быть учтены различные принципы периодизации учебного года в Организации.

При составлении учебно-тренировочного графика Организацией учитываются особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта «фехтование».

4.3. Перечень учебно-тренировочных мероприятий

Учебно-тренировочные мероприятия проводятся Организацией для подготовки обучающихся к соревновательной деятельности, а также для контроля за уровнем физической подготовленности и период проведения учитываются в учебно-тренировочном графике.

Перечень учебно-тренировочных мероприятий:

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			

1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

4.4. Режим учебно-тренировочного процесса

Режим учебно-тренировочного процесса составляется Организацией для каждой учебно-тренировочной группы с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта) и включает:

- наименование вида спорта (спортивной дисциплины); фамилию, имя, отчество тренера-преподавателя;
- этап спортивной подготовки и год обучения; дни недели;
- количество часов в неделю;
- место проведения учебно-тренировочных занятий; количество обучающихся;
- начало и окончание учебно-тренировочного занятия.

4.5. Рабочая программа тренера-преподавателя

Рабочая программа тренера-преподавателя составляется на каждый реализуемый этап спортивной подготовки на основании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки Организации.

Рабочая программа тренера-преподавателя обеспечивает достижение планируемых результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта на этапах спортивной подготовки.

Функции рабочей программы тренера-преподавателя:

нормативная, то есть является документом, обязательным для выполнения тренером-преподавателем в полном объеме;

целеполагающая, то есть определяет ценности и задачи, ради достижения которых она введена на этапах спортивной подготовки по годам обучения;

содержательная, то есть фиксирует состав элементов содержания, подлежащих усвоению обучающимися (требования к минимуму содержания);

процессуальная, то есть определяет логическую последовательность усвоения элементов содержания, организационные формы и методы, средства и условия учебно-тренировочного процесса;

оценочная, то есть выявляет уровни усвоения элементов содержания, объекты контроля и критерии оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки обучающихся.

Структура рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист;

II. Пояснительная записка;

III. Нормативно-методические инструментарины тренировочного процесса;

IV. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности отдельного этапа спортивной подготовки;

Содержание рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист (на бланке Организации):

1.1. Гриф согласования с руководителем Организации;

1.2. Название рабочей программы тренера-преподавателя, фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя, реализуемый этап спортивной подготовки, год обучения, срок реализации (не более года);

II. Пояснительная записка:

2.1. Цель и задачи этапа спортивной подготовки;

2.2. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки;

III. Нормативно-методические инструментарины тренировочного процесса:

3.1. Перспективный план спортивной подготовки (для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства);

3.2. Годовой план спортивной подготовки (для реализуемых этапов);

3.3. План по месяцам;

3.4. Индивидуальный план спортивной подготовки составляется для каждого спортсмена этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

V. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки.

4.6. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	День добровольца и волонтера.	5-10 декабря
1.2.	Инструкторская практика	День добровольца и волонтера.	5-10 декабря
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	День физкультурника Всемирный день земли	12 августа
2.2.	Режим питания и отдыха	«Режим дня и питания и его значение».	27 июня
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на	Беседы «Знай свой край»	11 апреля

	соревнованиях)		
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Игра «Морской Бой»	28 июня
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	«Узнавай и твори вместе со спортом»	11 октября

4.7. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

4.7.1. Теоретическая часть

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия:

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг-контроля со стороны спортсмена или иного лица.
6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны

спортсмена или персонала спортсмена.

7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.

8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.

9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

10. Запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.

11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг-контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку. Также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт РАА «РУСАДА».

Таблица № 9

План антидопинговых мероприятий

Спортсмены	Вид программы	Тема	Ответственный за проведение	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	1. Веселые старты*	«Честная игра»	Тренер	1-2 раза в год
	2. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		Тренер	1 раз в месяц
	3. Онлайн обучение на сайте РУСАДА**		Спортсмен	1 раз в год

	4. Родительское собрание***	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год
	5. Участие в антидопинговых мероприятиях, проводимых на региональном уровне		Ответственный за антидопинговую работу в учреждении	По назначению
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1. Веселые старты*	«Честная игра»	Тренер	1-2 раза в год
	2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА**		Спортсмен	1 раз в год
	3. Родительское собрание***	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	Тренер	1-2 раза в год
	4. Участие в антидопинговых мероприятиях, проводимых на региональном уровне		Ответственный за антидопинговую работу в учреждении	По назначению

* обязательное составление отчета о проведении мероприятия, включающего программу проведения мероприятия и фото/видео материалы;

** для спортсменов 7-12 лет Онлайн курс по ценностям чистого спорта, для спортсменов 13 лет и старше Антидопинговый онлайн курс;

*** возможен онлайн формат проведения.

4.8 Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы

Аттестация в спорте представляет собой систему контроля, включающую дифференцированный и объективный мониторинг результатов учебно- тренировочного процесса, соревновательной деятельности и уровня подготовленности обучающихся. Контрольные занятия обеспечивают текущий контроль, промежуточную и итоговую информацию об уровне и результатах освоения программного материала спортивной подготовки каждым отдельным обучающимся спортсменом, представленными выполнением нормативных и квалификационных требований по годам и этапам спортивной подготовки.

Оценочный материал представлен комплексами контрольных упражнений для

оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовки лиц, проходящих в Организации спортивную подготовку по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Обязательное контрольное тестирование включает:

нормативы по общей физической подготовке, основанные на требованиях федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «фехтование»;

контроль выполнения квалификационных требований обучающимся соответствующего года учебно-тренировочного этапа проводится с учетом приложения № 6 к Примерной программе «Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы».

5. ИНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1 Требования к технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий

Учебно-тренировочные занятия, физкультурные и спортивные мероприятия разрешается проводить:

при условии наличия соответствующей квалификации тренерско-преподавательского состава, медицинского и иного персонала;

при наличии медицинского допуска у обучающихся к физкультурно-спортивным занятиям;

при соответствии спортивной экипировки санитарно-гигиеническим нормам, правилам спортивных соревнований и методике учебно-тренировочного процесса;

при соответствии мест проведения учебно-тренировочного процесса, спортивных соревнований, физкультурных и спортивных мероприятий санитарным нормам и условиям безопасности;

при условии готовности места проведения, инвентаря и оборудования к конкретному мероприятию;

при ознакомлении каждого обучающегося с правилами техники безопасности.

5.1. Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации программы

Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы устанавливаются в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

Таблица № 1

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование, спортивный инвентарь			
1.	Зеркало настенное в комплекте с защитой от ударов оружием	комплект	8
2.	Катушка-сматыватель	штук	8
3.	Клинки	штук	22
4.	Мишень настенная для тренировки фехтовальщика	штук	8

5.	Подводящий шнур к катушке-сматывателю	штук	8
6.	Стандартное тренировочное оружие	штук	10
7.	Стандартное электрооружие	штук	10
8.	Стеллаж для нагрудников и масок	штук	1
9.	Стеллаж для оружия	штук	2
10.	Тренажер фехтовальный (манекен) для отработки уколов	штук	2
11.	Укороченное тренировочное оружие	штук	10
12.	Укороченное электрооружие	штук	10
13.	Фехтовальная дорожка	штук	4
14.	Электрофиксатор для фехтования (сигнальный аппарат)	комплект	4
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова: «шпага», «рапира»			
15.	Вес универсальный для проверки наконечника	штук	2
16.	Заточный станок (электронаждак)	штук	1
17.	Наконечник для рапиры	штук	10
18.	Наконечник для шпаги	штук	10
19.	Проклейка для рапиры	штук	10
20.	Проклейка для шпаги	штук	10
21.	Щуп для шпаги	штук	2
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
22.	Верстак слесарный	комплект	1

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Тренировочное оружи	штук	на тренера	1	1	1	1	1	1	1	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «шпага»											
2.	Клинок к электрошпаге	штук	на занимающегося	-	-	3	1	5	1	8	1
3.	Шнур к электрошпаге	штук	на занимающегося	-	-	2	1	4	1	5	1
4.	Электронаконечникк электрошпаге	штук	на занимающегося	-	-	3	1	5	1	8	1
5.	Электрошпага	комплект	на занимающегося	-	-	2	1	3	1	4	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «рапира»											
6.	Клинок к электрорапире	штук	на занимающегося	-	-	3	1	4	1	8	1
7.	Кнопка для наконечника рапиры	штук	на занимающегося	-	-	5	-	10	-	15	-
8.	Наконечник к	штук	на занимающегося	-	-	3	1	5	1	8	1

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 3

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Костюм для фехтования (защитные куртка, брюки, набочник)	штук	10
2.	Маска стандартная для фехтования	штук	10
3.	Нагрудник детский стеганный (ватник)	штук	10
4.	Нагрудник для тренера	штук	2
5.	Налокотники для фехтования	штук	10
6.	Перчатки для фехтования	штук	10
7.	Протектор груди (женский)	штук	10
8.	Протектор груди (мужской)	штук	10
9.	Протектор-бандаж для паха	штук	10
10.	Чехол-сумка для оружия	штук	10
Для спортивных дисциплин, содержащих в свое наименовании слова «шпага»			
11.	Шнур к электрошпаге	штук	10
Для спортивных дисциплин, содержащих в свое наименовании слова «рапира»			
12.	Шнур к электрорапире	штук	10
13.	Электрокуртка	штук	10
Для спортивных дисциплин, содержащих в свое наименовании слова «сабля»			
14.	Шнур к сабле	штук	10
15.	Электрокуртка	штук	10

5.2. Перечень информационного обеспечения Программы

Информационное обеспечение деятельности спортивной школы – многогранный процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства с использованием всей совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях гармонизации спортивной и образовательной деятельности.

Основная литература

1. Мовшович А.Д. Фехтование. Начинающему тренеру. – М.: Академический Проект, 2011. – 111 с.
2. Мовшович А.Д. Фехтование на рапирах. Техника, тактика, тренировка. – М.: Информационные технологии, 2019. – 107 с.
3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014. – 624 с.
4. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общ. ред. Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014

Дополнительная литература

1. Мовшович, А. Д. Техника фехтования и искусство владения холодным оружием [Электронный ресурс] / А. Д. Мовшович // Экстрем. деятельность человека. – 2014. – № 2. Режим доступа: <http://www.extreme-edu.ru/content/o-zhurnale>.
2. Коряковцева, М. С. Возрастная динамика морфологических показателей у фехтовальщиков в условиях, характеризующихся разнообразием и разнонаправленностью специализированных движений, высоким уровнем психической напряженности соревнований [Электронный ресурс] / М. С. Коряковцева, Л. Г. Рыжкова, Е. З. Година // Экстрем. деятельность человека. – 2013. – № 4 (29). – Режим доступа: <http://www.extreme-edu.ru/content/o-zhurnale>.
3. Германов, Г. Н. Психофизиологические особенности в проявлениях мышечной асимметрии у фехтовальщиков и теннисистов [Электронный ресурс] / Г. Н. Германов // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 3. – Режим доступа: <http://lesgaft-notes.spb.ru/files/3-121-2015/p224-228.pdf>.
4. Герасименко, Л. В. Информационная система для оценки выполнения разрядных требований по спортивному фехтованию [Электронный ресурс] / Л. В. Герасименко, В. М. Гриняк // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/informatsionnaya-sistema-dlya-otsenki-vypolneniya-razryadnyh-trebovaniy-po-sportivnomu-fehtovaniyu>.
5. Бакум, А. В. Основные положения программы по совершенствованию техники соревновательных действий квалифицированных рапиристов на этапе специализированной базовой подготовки [Электронный ресурс] / А. В. Бакум // Педагогика, психология и мед.-биол. проблемы физ. воспитания и спорта. – 2012. – № 12. Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-polozheniya-programmy-po-sovershenstvovaniyu-tehniki-sorevnovatelnyh-deystviy-kvalifitsirovannyh-rapiristov-na-etape>.
6. Брискин, Ю. А. Весомость формирования теоретических знаний фехтовальщиков на разных этапах многолетней подготовки [Электронный ресурс] / Ю. А. Брискин // Вестн. спортив. науки. – 2012. – № 5. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/vesomost-formirovaniya-teoreticheskikh-znaniy-fehtovalschikov-na-raznyh-etapah-mногоletney-podgotovki>.

7. Ермаков, С. С. Методологические основы содержания учебной дисциплины фехтования [Электронный ресурс] / С. С. Ермаков, И. В. Кривенцова // Педагогика, психология и мед.-биол. проблемы физ. воспитания и спорта. – 2010. – № 5. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/metodologicheskie-osnovy-soderzhaniya-uchebnoy-distipliny-fehtovaniya>.

8. Павлов, А. И. Направленность и содержание подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков к поединкам в ответственных командных соревнованиях [Электронный ресурс] / А. И. Павлов, В. Ю. Павлович // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2012. – № 3. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/napravlennost-i-soderzhanie-podgotovki-vysokokvalifitsirovannyh-fehtovalschikov-k-poedinkam-v-otvetstvennyh-komandnyh>.

9. Рыдник, М. А. Индивидуально-типологические различия фехтовальщиков и их проявление в структуре моторного профиля [Электронный ресурс] / М. А. Рыдник // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2011. – № 7. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/individualno-tipologicheskie-razlichiya-fehtovalschikov-i-ih-proyavlenie-v-strukture-motornogo-profilya>.

10. Рыжкова, Л. Г. Ситуации для применения атак, защит с ответом и контратак в условиях фехтовального боя [Электронный ресурс] / Л. Г. Рыжкова // Теория и практика приклад. и экстрем. видов спорта. – 2012. – № 3. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/TPPEVS/2010N2>.

11. Седоченко, С. В. Влияние вида спорта на особенности функциональных мышечных асимметрий у фехтовальщиков и теннисистов [Электронный ресурс] / С. В. Седоченко, Г. Н. Германов, И. А. Сабирова // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 2. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-vida-sporta-na-osobennosti-funktsionalnyh-myshechnyh-asimmetriy-u-fehtovalschikov-i-tennistov>.

12. Скворцова, С. О. Учебно-тренировочный процесс в спортивном отделении фехтования студентов экономического вуза [Электронный ресурс] / С. О. Скворцова // Интерэкспо Гео-Сибирь. – 2015. – № 2, Т. 6. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/uchebno-trenirovochnyy-protsess-v-sportivnom-otdelenii-fehtovaniya-studentov-ekonomicheskogo-vuza>.

13. Шустиков, Г. Б. Систематизация базовых терминологических понятий в современном фехтовании [Электронный ресурс] / Г. Б. Шустиков, В. Г. Федоров // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 3. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/sistematizatsiya-bazovyh-terminologicheskikh-ponyatiy-v-sovremennom-fehtovanii>.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Официальный интернет-сайт Олимпийского комитета России [электронный ресурс] <https://olympic.ru/> (дата обращения: 17.11.2021).

2. Официальный интернет-сайт РУСАДА [электронный ресурс] <https://www.rusada.ru/> (дата обращения: 17.11.2021).

3. Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации [электронный ресурс] <https://www.minsport.gov.ru/> (дата обращения: 17.12.2021).