

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
ИЖМОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Ижморская детско-юношеская спортивная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2023г.
Протокол № 1



Утверждаю
директор МБУ ДО «Ижморская ДЮСШ»
Смороков А.Н.
«30» августа 2023г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Современный мечевой бой»
Возраст учащихся 12-15 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Власюков Роман Вадимович
Тренер-преподаватель

п.г.т. Ижморский
2023г

Содержание программы

Раздел I. «Комплекс основных характеристик программы».....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Содержание программы.....	7
1.3.1. Учебно-тематический план.....	7
1.3.2. Содержание учебного плана.....	9
1.4. Планируемые результаты.....	12
Раздел II. «Комплекс организационно – педагогических условий».....	13
2.1. Календарный учебный график.....	13
2.2. Условия реализации программы.....	13
2.3. Формы аттестации / контроля.....	15
2.4. Оценочные материалы.....	16
2.5. Методические материалы.....	16
2.6. Список литературы	18
Приложение 1.....	19
Приложение 2.....	21
Приложение 3.....	23
Приложение 4.....	25

РАЗДЕЛ I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный мечевой бой» (далее – СМБ) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана с учётом нормативно – правовых актов:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018-2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Письмо Министерство просвещения РФ от 15 апреля 2022 года № СК-295/06 «Об использовании государственных символов Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (Зарегистрирован 26.08.2022 № 69795);

- Устав МБУ ДО «Ижморская ДЮСШ» пгт. Ижморский, Ижморского муниципального округа от 01.04.2020 г., локальные акты.

Актуальность программы: Современное общество, предъявляя к успешному человеку повышенные требования, испытывает потребность в здоровых людях. Дополнительное образование – пространство, обеспечивающее становление гармоничной, здоровой всесторонне развитой личности.

Необходимость создания данной программы обусловлена ростом интереса среди учащихся и подростков к средневековым боевым искусствам разных народов, в особенности к исконным славянским и русским боевым традициям, а также к европейским школам фехтования, которые, в отличие от восточных, не так масштабно популяризируются.

Программа «Современный мечевой бой» разработана на основе авторской методике обучения современному мечевому бою и историческому фехтованию детей, подростков и взрослых в Академии средневекового фехтования и культуры. Автор - Давыдова Мария Владимировна, президент Федерации Современного мечевого боя (г. Москва).

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

Особенности современного мечевого боя как вида спорта:

- разносторонние требования к физической, технической и тактической подготовленности;
- высокая динамика и разнообразная вариативность ситуаций в ходе поединков;
- высокие требования к уровню психической готовности (стремление упорно биться за победу, уверенность в своих силах, уравновешенность и стабильность эмоций, умение своё поведение при стрессовых ситуациях);

- современный мечевой бой универсален для всех возрастов, экипировки и снаряжения привлекательны, самостоятельно изготовлены, позволяют проводить спортивные поединки, баталии, участвовать в исторических реконструкциях.

Отличительные особенности программы:

- владение техникой современного мечевого боя обладает огромным воспитательным потенциалом с точки зрения педагогики в формировании у учащихся патриотизма и любви к Родине;
- занятия современным мечевым боем способствуют у учащихся развитию воли к победе, целеустремленности и умению соревноваться по правилам, не поощряя агрессивность;
- занятия современным мечевым боем позитивно воздействуют на формирование таких личностных качеств учащихся, как активная жизненная позиция, поведение в соответствии с общепринятыми нормами морали, гражданской и спортивной этикой.

Новизна программы заключается в использовании технологии педагогической поддержки (О.С. Газман). Овладение техникой современного мечевого боя осуществляется в сочетании знаний исторического события, славянских традиций и тактических (стратегических) действий участников боя. Акцент в обучении сделан на использовании сюжетно-ролевых игр, что позволяет побуждать интерес современных подростков к систематическим занятиям – саморазвития, самоорганизация, самореализация, самоопределение. Мечевой бой способствует усвоению учащимися принятых в обществе ценностей, норм и способов поведения и деятельности, становлению их индивидуальности – социализации и индивидуализации (способность на поступок и самостоятельное решение).

Педагогическая, социальная и практическая значимость заключается:

- в призвании удовлетворить имеющиеся у учащихся потребности в занятиях физической культурой и спортом;

- расширении у учащихся образовательного кругозора при сочетании предметов «физическая культура» и «история»;
- универсальности, использование специальных знаний и умений в спортивных состязаниях, поединках, сюжетно-ролевых играх, играх на местности;
- в регулярных тренировочных занятиях, где у учащихся формируются физические способности и навыки здорового образа жизни. В основу тренировочного и соревновательного процесса заложен принцип взаимного уважения спортсменов.

Уровень программы: стартовый

Адресат программы: к занятиям по современному мечевому бою допускаются учащиеся, отнесенные к основной медицинской группе, с 12 до 15 лет.

Условия набора учащихся: принимаются все желающие по заявлению законных представителей и наличие медицинской справки о состоянии здоровья.

Количество учащихся в группе не более 15 человек.

Минимальное количество учащихся в группе 12 человек.

Порядок приема на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе происходит в порядке, утвержденном локальными документами учреждения.

Сроки реализации программы: 1 год (9 месяцев).

Программа рассчитана на 216 часов. Занятия проводятся: 3 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность одного занятия 90 минут.

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса

Работа с учащимися без ОВЗ. Предусматривается групповая и индивидуальная работа при подготовке учащихся. Образовательный путь учащегося выстраивается с опорой на его возрастные и психологические особенности, физические возможности, внутреннюю свободу, творчество, интеллектуальный, нравственный, эмоциональный, волевой потенциал. Таким образом, решаются проблемы самоопределения и саморазвития, проблемы взаимоотношений со сверстниками, учителями, родителями.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: Привитие интереса учащихся к систематическим занятиям современным мечевым боем, способствование укреплению здоровья учащихся, повышение их уровня физического развития.

Задачи:

- дать учащимся основы знаний по современному мечевому бою, терминологии, правилам соревнований, судейские команды и жесты;
- приобщать учащихся к здоровому образу жизни путём систематических занятий спортом;
- воспитывать чувство самоконтроля и самопознания для успешного освоения программного материала;
- воспитывать высокие морально-волевые качества личности;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и позитивное отношение к коллективу, тренировочному процессу;
- способствовать развитию чувства патриотизма, гордости за родной край;
- обучить техническим и тактическим приемам современного мечевого боя;
- развивать и совершенствовать общие физические качества.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	6	4	2	
1.1.	Инструктаж по технике безопасности на тренировочных занятиях по	2	2		Устный опрос

	СМБ				
1.2.	Начальная диагностика	2		2	Сдача контрольных нормативов
1.3.	Краткие сведения об эволюции оружия и доспехов, развития техники боя на мечах вразные эпохи	2	2		Устный опрос
2.	Техники СМБ	132		132	
2.1.	Базовые стойки и перемещения, виды хватов меча и дистанций боя. Управление дыханием, упражнения на развитие выносливости	20		20	Наблюдение
2.2.	Атакующие действия. Сектора атаки, классификация видов ударов	20		20	Турнир
2.3.	Постановка правильной техники ударов, силы и скорости ударов на различных видах манекенов	20		20	Наблюдение
2.4.	Защитные действия (базовые защиты мечом, щитом и мечом, специфические виды защит)	20		20	Соревновательный бой
2.5.	Техника выполнения отвлекающих действий при «подготовке» атаки	18		18	Открытое занятие
2.6.	Виды активной, силовой	16		16	Наблюдение

	работы щитом в СМБ				
2.7.	Специфические приемы в СМБ: уклонения, рипосты, батманы, приемы обезоруживания противника	18		18	Контрольная точка
3.	Тактики в СМБ	66	2	64	
3.1.	Комбинации атакующих и защитных действий	22		22	Контрольная точка
3.2.	Выстраивание и своевременная смена тактики в бою	18		18	Наблюдение
3.3.	Стратегия и тактика командных боев в СМБ	26	2	24	Наблюдение. Беседа
4.	Соревновательная деятельность	12	8	4	
4.1.	Правила соревнований и судейства	4	4		Тестирование
4.2.	Организация и проведение турниров	4	2	2	Наблюдение. Беседа
4.3.	Итоговая диагностика	4	2	2	Сдача контрольных нормативов
ВСЕГО		216	14	202	

1.3.2. Содержание учебного плана

1. Введение

1.1. Инструктаж по ТБ. Техника безопасности на тренировках по СМБ

Теория: Постановка целей и задач. Знакомство с понятием спортивный мечаевой бой.
Инструктаж по правилам безопасности действия в случае возникновения ЧС.
Инструктаж по правилам поведения учащихся в ДЮСШ. Техника безопасности на тренировках по СМБ.

1.2. Начальная диагностика

Практика: Выполнение нормативов по ОФП и выполнение квалификационных зачетов СФП на начальном этапе обучения.

1.3. Краткие сведения об эволюции оружия и доспехов, развития техники боя на мечах в разные эпохи

Теория: Эволюция оружия и доспехов различных народов в различные эпохи. Краткие сведения развития фехтования в России и за рубежом. Эволюция техники, тактики и судейства соревнований в наше время. История появления и развития Федерации СМБ и Современного мечевого боя, как спортивной дисциплины.

2. Техники СМБ

2.1. Базовые стойки и перемещения, виды хватов меча и дистанции боя. Управление дыханием, упражнения на развитие выносливости

Практика: Подготовительные, подводящие и специальные упражнения в обучении технике фехтования. Стойки: низкая, средняя, высокая. Перемещения: различные типы шагов, выпады, бег, прыжки, падения.

2.2. Атакующие действия. Сектора атаки, классификация видов ударов.

Практика: Зоны поражения: правая, левая; верхняя, средняя, нижняя – 7 секторов атаки. Удары: рубящие, колющие, режущие; возвратные, проносные. Удары: диагональные прямые (сверху вниз), диагональные обратные (снизу вверх), вертикальные и горизонтальные. Сюжетно-ролевая игра «Горыныч» (Приложение 1).

2.3. Постановка правильной техники ударов, силы и скорости ударов на различных видах манекенов

Практика: Используя зоны поражения: правая, левая; верхняя, средняя, нижняя. Удары: рубящие, колющие, режущие; возвратные, проносные. Удары: диагональные прямые (сверху вниз), диагональные обратные (снизу вверх), вертикальные и горизонтальные на манекенах и лапах, боксерских грушах и кататах.

2.4. Защитные действия (базовые защиты мечем, щитом и мечем, специфические виды защит).

Практика: Защита: простые, скользящие, уступающие, сбивом, переводом, универсальная защита, веерная защита.

2.5. Техника выполнения отвлекающих действий при «подготовке» атаки

Практика: Отвлекающие действия при подготовке атаки ложные удары и «промахи».

2.6. Виды активной, силовой работы щитом в СМБ

Практика: Виды активной силовой работы щитом («толчок», «удар», «наложение», «зацеп»). Комбинации атакующих действий мечом и щитом. Имитация атаки для сбоя в ритме движений противника.

2.7. Специфические приемы в СМБ: уклонения, рипосты, батманы, приемы обезоруживания противника

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

3. Тактики в СМБ

3.1. Комбинации атакующих и защитных действий

Практика: Тактика нападения. В поединке: Серии ударов. Удары без пауз, с паузами. Виды активной силовой работы щитом («толчок», «удар», «наложение», «зацеп»). Комбинации атакующих действий мечом и щитом. Имитация атаки для сбоя в ритме движений противника. Отвлекающие действия при подготовке атаки, ложные удары и «промахи». Техника внезапного изменения сектора атаки с помощью «переводов» и «тюльпанов». Способы перекрывания обзора противнику. Контроль атакующей руки противника. «Раздергивание» противника по уровням и секторам.

Тактика защиты. В поединке: «Глухая» защита. Защита перемещением. Комбинированная защита щитом, мечом, перемещениями. Смена ритмов атаки и защиты. Сюжетно-ролевая игра «Дорога Богатырей» (Приложение 2).

3.2. Выстраивание и своевременная смена тактики в бою

Практика: Правильное расположение на площадке. Строй. Перестроения. Круговая оборона. «Выключение» лидера. Выполнение тактических задач боевыми парами, тройками. Обход строя по флангам.

3.3. Стратегия и тактика командных боев в СМБ

Теория: Теоретические сведения о командных тактических действиях и взаимодействии в нападении и защите.

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

В командном бою: Командные тактические действия. «Правильное» расположение на площадке. Строй. Перестроения. Круговая оборона. «Выключение» лидера. Выполнение тактических задач боевыми парами, тройками. Обход строя по флангам. Сюжетно-ролевая игра «Захват крепости» (Приложение 3).

4. Соревновательная деятельность

4.1. Правила соревнований и судейства

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

Практика: Игра «Я судья» (Приложение 4).

4.2. Организация и проведение турниров

Теория: Правила поведения учащихся во время турнира. Роль судьи и секретаря и секунданта на площадке. Форма одежды.

Практика.

Участие в внутригрупповых и межгрупповых турнирах.

4.3. Итоговая диагностика

Теория: Разбор и устранение ошибок проведенных квалификационных зачетов по СФП.

Практика: Выполнение итоговых нормативов по ОФП и итоговое выполнение квалификационных зачетов СФП.

1.4. Планируемые результаты

По окончании обучения учащийся будет знать:

- роль физической культуры для укрепления здоровья и развития человека;
- общие сведения о структуре организма человека;
- историю появления и развития современного меча боя;
- общие приемы разносторонней физической и функциональной подготовленности.

Учащийся будет уметь:

- выбирать тактические решения во время поединка;
- участвовать в поединках по правилам СМБ;
- выполнять упражнения для разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- работать в группе; строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.
- применять тактику и стратегию в поединках СМБ;
- выполнять различные элементы фехтования.

Учащийся будет владеть:

- знаниями о технике безопасности на тренировочных занятиях; правил соревнований и судейства современного меча боя; о организации и проведения турниров; о стратегии и тактики командных боев; о эволюции оружия и доспехов, развития техники боя на мечах в разные эпохи.
- техникой стоек, перемещений, ударов, атакующих и защитных действий, отвлекающих действий.
- организацией судейства и проведения соревнований.
- методом игровой и соревновательной деятельности

У учащегося будет развито:

- чувство патриотизма, гордости за родной край.

РАЗДЕЛ II. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Начало учебного года с 01.09., завершение учебного года 31.05.

Программа рассчитана на 1 год обучения - 216 часов.

2.2. Условия реализации программы

Особенности для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современного мечевого боя»:

Изучение теоретического материала осуществляется в форме бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия).

Организационная часть включает подготовку инвентаря, построение. Вводная часть включает разминку, в том числе различные общеразвивающие упражнения и бег. В основную часть входят изучение техники и тактики каратэ развитие и совершенствование необходимых физических качеств. Заключительная часть включает восстанавливающие упражнения и работу с инвентарем. Общая направленность подготовки учащихся:

- постепенный переход от обучения приемам современного мечевого боя и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов и тактик;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- увеличение объема тренировочных нагрузок;

При организации тренировочного процесса необходимо помнить:

- Двигательные действия должны соответствовать полу, возрасту и физической подготовленности каждого учащегося.
- Должны учитываться величина нагрузки, интервалы отдыха, интенсивность выполнения упражнения.
- Должен быть обеспечен медицинский контроль.

Должны быть соблюдены санитарно-гигиенические требования к помещению для занятий и к личной гигиене учащегося.

Материально-техническое обеспечение:

- малый зал ДЮСШ;

- спортивный инвентарь: татами, скакалки, стойки, маты, фишки, шлем МСБ, нагрудник СМБ, мягкий тренировочный меч, скамейки гимнастические, стенка гимнастическая, обручи, футы, щит СМБ, лапы.
- Компьютер.

Информационное обеспечение:

Для реализации данной программы используются видео - уроки, мастер – классы, презентации. DVD диски с выступлениями лучших бойцов России и Мира. Наглядные пособия с изображением техник современного мечевого боя.

Кадровое обеспечение:

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю секции, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Физическая культура» без предъявления требований к стажу работы.

2.3. Формы аттестации / контроля

Формой подведения итогов реализации данной Программы являются соревнования и сдача контрольных нормативов. Кроме внутренних соревнований, учащиеся могут участвовать в муниципальных и краевых соревнованиях в соответствии с планом работы спортивной школы. В учебном плане часы на участие в соревнованиях не отводятся, но образовательная организация предусматривает и организует данный вид мероприятий.

Уровень освоения знаний, умений, навыков, учащихся проверяют в течение всего периода обучения на основании устных опросов, бесед, тестирования, наблюдений, турниров, соревновательных боев, контрольных точек, результатов сдачи зачетов, предусмотренных учебным планом.

Аттестация (сдача контрольных нормативов) учащихся проводится 2 раза в учебном году:

входной контроль – сентябрь-октябрь,

текущий контроль – в течение учебного года;

итоговая аттестация – апрель-май и является обязательной для всех педагогов и учащихся.

Проведение входного контроля (диагностики) осуществляется самим педагогом, данные по каждому учащемуся заносятся в протокол по каждой учебной группе (объединению).

Текущий контроль

Текущий контроль успеваемости проводится с целью определения показателей тренировочной и соревновательной деятельности; определения исходного уровня состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности, функциональных возможностей учащихся.

Основными задачами проведения текущего контроля являются: осуществление контроля за состоянием здоровья, привитие гигиенических навыков и привычек неукоснительно выполнять рекомендации врача, - определение уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся.

Основными формами текущего контроля успеваемости являются: - контрольные тренировки, - соревнования, Текущий контроль проводится качественно без установления оценок.

Итоговая аттестация

К итоговой аттестации допускаются учащиеся, освоившие Программу в полном объеме в соответствии с учебным планом. Итоговая аттестация проводится в форме сдачи контрольных нормативов по ОФП СФП и зачет по теории.

2.4. Оценочные материалы

Спортивным нормативом считается определенное испытание, которое должен пройти учащийся. В программе используются нормативы по общефизической и специальной физической подготовке для учащихся возрастом 12-15 лет.

2.5. Методические материалы

Формы: учебно-тренировочные занятия; беседы; просмотр соревнований.

Приёмы и методы: словесный; наглядный; методы мотивации и стимулирования; методы контроля.

Дидактический материал: видеоматериалы, наглядные пособия.

Методы обучения:

1. Словесные методы – составляют основу обучения. Наиболее широко используют объяснения, указания, команды, оценку техники, разбор и анализ, пересказ задания, а также беседы и лекции.

2. Наглядные методы – включают показ (натуральную демонстрацию изучаемого способа) и наглядные пособия (плакаты, схемы, таблицы, видеоманускрипты).

3. Практические методы – предусматривают непосредственное выполнение изучаемого движения либо в целом, либо по частям, в зависимости от сложности.

Основные формы организации занятия:

- Групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- Работа по индивидуальным планам;
- Участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах;
- Медико-восстановительные мероприятия и медицинский контроль;
- Тестирование.

Педагогические технологии, используемые в образовательной деятельности:

- Здоровьесберегающие технологии;
- Групповые технологии;
- Игровые технологии.

Ссылки на ресурс yandex Диск:

1.Оценочные материалы (ссылка <https://disk.yandex.ru/i/6mS3Jf4nE3vkLQ>).

2.Правила соревнований по современному мечевому бою (ссылка <https://disk.yandex.ru/i/nUIZXxziHW4QEA>).

3.Построение русской рати. Стратегия и тактика боя (ссылка <https://cloud.mail.ru/public/5nop/YkocqJHAd>).

2.6. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Нормативные документы

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.12г.
- 2. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб.пособие для студентов вузов [текст] / Ю.Д, Железняк, П.К.Петров. – Москва: Академия, 2001. – 264 с..
- 3. Теория и методика физической культуры: учебник [текст] / под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – Москва: Советский спорт, 2004. – 464 с.
- 4. Теория и методика физического воспитания [текст] / Под редакцией Ашмарина Б.А. – Москва, 1990.

Список литературы для учащихся:

- 1. Кох И.С. «Сценическое фехтование» М., 2007. 254с
- 2. Ричард Ф. Бертон «Книга мечей», М., 2006. 398с
- 3. Ричард Ф. Бертон «Мастера и школы фехтования», М., 2006. 381с

Интернет ресурсы:

- 1. Федерация Современного Мечевое Боя России <https://www.фсмб.рф/> (дата обращения 23 августа 2023 год);
- 2. Федерация Современного Мечевое Боя России ВК <https://vk.com/federationsmb> (дата обращения 23 августа 2023 год).

Сюжетно-ролевая игра «ГОРЫНЫЧ»

Цель: развитие специальных физических качеств.

Задачи: -способствовать сплочению коллектива;

- вовлечь учащихся в учебно-тренировочный процесс по средствам сюжетно-ролевых игр;

-воспитать стремление к выполнению поставленной цели.

Методическое сопровождение: Былина о Добрыне Никитиче и змее Горыныче (<https://cloud.mail.ru/public/5iZr/aL94CqB3Q>).

Место проведения: спортивный зал

Адресат: учащиеся возраста 12-15 лет

Количество игроков: 15

Особенности проведения: Педагог использует былинку как одну из фольклорных форм, позволяющую узнать историю. Былины издавна являются хорошим помощником для того, чтобы различить добро и зло. Былина используется как вводная часть игры.

Планируемые результаты:

-учащиеся вовлечены в учебно-тренировочный процесс;

-учащиеся владеют специальными физическими качествами;

-учащиеся стремятся выполнить поставленную перед собой цель.

Ход игры:

Приветствие учащихся, краткая инструкция ТБ, повествование былины и объяснение правил игры.

Учащиеся разделяются на отряд-богатырей и Змея Горыныча. Богатыри, применяя свои знания и навыки СМБ пытаются отрубить три головы змея, в каждую голову по 10 попаданий. Как только Змей Горыныч пропускает 10 попаданий по одной из голов меняется снаряжение: 1 голова превращается в щит, 2 голова превращается в меч, по итогу сруба 3 головы игра заканчивается. Примечание: после потери змеем Горынычем 2 головы, змей может наносить акцентированные удары по богатырям, приводя их во временное оцепенение (5 сек).

Разбор игровых ситуаций. Подведение итогов. Рефлексия.

Сюжетно-ролевая игра «ДОРОГА БОГАТЫРЕЙ»

Цель: развитие координации движений учащихся.

Задачи:-расширить такие двигательные возможности как реакция, ловкость и координация;

-дать учащимся знания былин, для того чтобы лучше понять русский народ, его историю и быть патриотом своей страны;

-воспитать высокие морально-волевые качества личности;

Методическое сопровождение: Былина (сказ) о Трех Богатырях (ссылка <https://cloud.mail.ru/public/XWkJ/kbMRVowJ>).

Место проведения: спортивный зал

Адресат: учащиеся возраста 12-15 лет

Количество игроков: 15

Особенности проведения: Педагог использует былинку как одну из фольклорных форм, позволяющую узнать историю. В этой былинке герои (Богатыри) учат добру, отзывчивости, патриотизму.

Планируемые результаты:

-Учащиеся знают былины;

-у учащихся будут развито чувство патриотизма;

-у учащихся будут развиты морально-волевые качества;

-учащиеся будут уметь выполнять точные и контролируемые движения.

Ход игры:

Приветствие игроков, краткая инструкция ТБ, повествование былинки и объяснение правил игры.

Учащиеся делятся на две команды. Первая команда-защитная, вторая команда – атакующая. В ходе игры первая команда, применяя возможность разностороннего вооружения современного мечевого боя (безопасные стрелы и луки, мечи, копья) осуществляет охрану лабиринта, моста или иной дороги с какими-либо защитными укреплениями. (гимнастические маты и тд) Вторая команда –преодолевающая все

возможные препятствия, участвуя в боях с защитной командой продвигается вперед от фишки до фишки. Богатыри защитники и атакующие имеют по 2-3 жизни (в зависимости от длины моста, дороги), каждая новая жизнь начинается с начала пути. По завершению штурма команды меняются местами.

Разбор игровых ситуаций. Подведение итогов. Рефлексия.

Сюжетно-ролевая игра «ЗАХВАТ ФЛАГА»

Цель: Развитие физических качеств во время силовых приемов работы с щитом, в массовом бою.

Задачи: -развить внимание и чувства пространства во время массового боя;

-содействовать овладению двигательных умений и навыков необходимых в поединках, как в массовых, так и в личных;

-обучить учащихся основам техники и тактики во время боя и применение их на практике.

Методическое сопровождение: Информация о построении русской рати. Стратегия и тактика боя (ссылка <https://cloud.mail.ru/public/5nop/ҮкocqJHAd>).

Место проведения: спортивный зал

Адресат: учащиеся возраста 12-15 лет

Количество игроков: 15

Особенности проведения: Исходя из древнерусских традиций, построение во время боя означало- организованный боевой порядок, в противоположность массе и толпе. На основании этих традиций педагог применяет такие виды построения как «чело», «правая и левая рука». Построение в игре используется для дисциплины учащихся и тактики боя.

Планируемые результаты: -учащиеся будут владеть необходимыми двигательными умениями и навыками для участия в поединках;

-учащиеся будут уметь работать в группе;

-учащиеся будут уметь выбирать тактические решения во время массового боя;

-Учащиеся будут знать о тактике и технике построений и перестроении.

Ход игры:

Приветствие игроков, краткая инструкция ТБ, объяснение правил игры и построение Русской рати.

Учащиеся делятся на две команды В ходе игры команды применяя возможность разностороннего вооружения современного мечевого боя (безопасные стрелы и луки, мечи, копья) должны захватить вражеский флаг. У всех участников по 1

жизни. Сражение продолжается до полного истребления соперника или захвата флага. По завершению штурма команды меняются местами.

Разбор игровых ситуаций. Рефлексия. Подведение итогов.

Сюжетно-ролевая игра «Я СУДЬЯ»

Цель: обучение учащихся судейским знаниям с последующей возможностью применения на практике полученных знаний.

Задачи: -дать учащимся основы знаний по правилам соревнований и судейским командам, и жестам в СМБ;

-развить навыки общения у учащихся;

-совершенствовать боевые навыки учащихся.

Методическое сопровождение: правила соревнований по СМБ (ссылка на ресурс yandexДиск <https://disk.yandex.ru/i/nUIZXxziHW4QEA>)

Место проведения: спортивный зал

Адресат: учащиеся возраста 12-15 лет

Количество игроков: 15

Планируемые результаты:

-учащиеся знают правила соревнований, судейские команды и жесты СМБ;

-учащиеся умеют применять полученные знания судейства и жестов на практике;

-учащиеся будут владеть навыками общения в группе;

- учащиеся будут владеть боевыми навыками.

Ход игры:

Приветствие игроков, краткая инструкция ТБ, объяснение правил игры.

Учащиеся делятся на две команды. Первая команда-учащиеся, вторая команда – судьи. В ходе игры вторая команда применяет свои судейские знания, а первая команда совершенствует свои боевые навыки, после того как все во второй команде отсудили бои, команды меняются ролями.

Разбор игровых ситуаций. Рефлексия. Подведение итогов.