

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»
(МАУДО «ЦДТ»)

«Челядьлөн творчество шөрин»содтөдтөдөмлунсетанмуниципальной
асшөрлунеучреждение
(«ЧТШ» СТС МАУ)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол
от 20.03.2018 г. № 1

УТВЕРЖАЮ
Директор

Синица Н.С. Старцева

21.03.2018 г.



Дополнительная общеобразовательная программа -
дополнительная общеразвивающая программа

«Спортивный мечевой бой для начинающих»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Коротаев Артем Евгеньевич

Сыктывкар, 2018

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа -дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный мечевой бой для начинающих» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Дополнительная общеобразовательная программа-дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный мечевой бой для начинающих» составлена на основе авторской методики 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).

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

Особенность современного мечевого боя, как вида единоборств в том, что он способствует развитию воли к победе, целеустремленности и умению соревноваться по правилам, не поощряя агрессивность. Занятия современным мечевым боем позитивно воздействуют на формирование таких личностных качеств занимающихся, как активная жизненная позиция, поведение в соответствии с общепринятыми нормами морали, гражданской и спортивной этикой. СМБ обладает огромным потенциалом с точки зрения педагогики и патриотического воспитания. В основу тренировочного и соревновательного процесса заложен принцип взаимного уважения спортсменов.

Отличительные особенности программы.

СМБ, как вид спорта, обладает:

1. Оригинальными спортивными правилами, регламентирующими организацию соревнований и подготовку спортсменов;
2. Авторскими методиками и специализированными программами подготовки спортсменов разного возраста;

3. Официальной сеткой соревнований от городского и регионального до всероссийского уровня, организуемых в крупнейших городах России;
4. Специально разработанным набором спортивной экипировки и снарядов, необходимых для тренировок и соревнований;
5. Набором критериев оценки, позволяющих объективно определить уровень технической и физической подготовки спортсмена;
6. Собственной системой подготовки и аттестации инструкторов и судей;
7. Специально разработанной и регламентированной системой организации Спортивной площадки для проведения соревнований и аттестационных упражнений.

В боевых искусствах на сегодняшний день отсутствуют соревновательные аналоги СМБ, что позволяет говорить о его уникальности. Уникальность в том, что правила этого вида спорта универсальны для всех возрастов, а экипировка и снаряжение позволяют проводить спортивные поединки в полный контакт, рискуя получить лишь синяки или ссадины если снаряжение будет плохо подогнано.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный мечевой бой для начинающих» адресована детям школьного возраста (5 – 7 лет). Заниматься по программе могут мальчики и девочки на добровольной основе, без специального отбора и предварительной подготовки, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям.

Объем программы. Всего 144 часа в год.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий.

Основные формы проведения занятий:

- аудиторные формы: учебное занятие, беседа, игра, конкурс, тест, зачет, самостоятельная работа, практическая работа и др.
- внеаудиторные формы: экскурсия, поход, соревнования, самостоятельная работа, массовые воспитательные мероприятия, социальные акции и др.

Срок освоения программы один учебный год.

Режим занятий. Занятия по программе проводятся 4 раза в неделю.

Исходя, из санитарно-гигиенических норм (СанПиН 2.4.1.3049-13) продолжительность 1 часа занятий для учащихся возраста 5 – 6 лет – 25 минут, 6 – 7 лет – 30 минут.

1.2.ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – формирование интереса к освоению техник современного мечевого боя, получение учащимися общих представлений о средневековой культуре, искусстве фехтования.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**.

Обучающие:

- дать общие представления о средневековой культуре, оружии, актуализировать знания о фехтовании;

- научить владению навыками фехтования в категориях меч - меч, меч - баклер, меч –щит.

- создать условия для получения детьми знаний умений и навыков фехтования в процессе обучения;

- дать возможность детям при помощи взрослого узнать о различных школах фехтования и историю холодного оружия;

- стимулировать детей к изучению практических методов реконструкции средневековья;

- закрепить в самостоятельной деятельности умение фехтования и изучения новых тактик и стратегий боя на мечах;

- дать возможность применить на практике полученные знания о реконструкции и фехтовании в целом;

- закрепить знания полученные на практических и теоретических занятиях в рамках соревнований и фестивалей.

Развивающие:

- начать работу по развитию специализированных навыков фехтования;
- продолжать развивать выносливость, формировать патриотическое отношение к своей стране и ратному делу, совершенствовать силу ловкость и специальные умения в области реконструкции;

- развивать познавательный интерес к историческому прошлому своей страны;

- развивать самостоятельность в тренировочном процессе;

- формировать умение анализировать, распознавать, выделять и решать различные задачи обучающего процесса;

- создать условия для всестороннего развития личности;

- способствовать развитию специализированных навыков фехтования (логического мышления, пространственного воображения, памяти, наблюдательности, умения правильно обобщать данные и делать выводы, сравнивать, умения составлять план и пользоваться им, и т. д.);

- развивать умения высказывать свою точку зрения.

Воспитательные:

- содействовать воспитанию личности ребенка как здорового умного и доброго патриота своей страны;

- воспитывать умение соперничать, добиваться назначенных целей, адекватному поведению во время проведения тренировок, турниров, и других мероприятий и т.д.;

- обеспечить высокую творческую активность при выполнении практических задач реконструированы предметов быта;

- создать условия, обеспечивающие воспитание спортивно ориентированной молодежи;

- развивать инициативу творчества на теоретических занятиях по СМБ;

- воспитывать уважение к старшим, родителям, учителям и окружающему миру;

- формировать ценностные ориентиры: активной жизненной позиции, доброты, любви, семьи, верности и трудолюбия;
- средствами занятия приобщать детей к искусству, науке, здоровому образу жизни и культуре общения.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план

№ п\п	Название темы, раздела	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Техника безопасности на тренировках по СМБ. Входящая диагностика.	2		2
2.	Краткие сведения об эволюции оружия и доспехов, развития техники боя на мечах в разные эпохи.	2		2
3.	Обучение технике СМБ и ее совершенствование			
3.1	Обучение базовым стойкам и перемещениям, виды хватов меча и дистанций боя. Управление дыханием, упражнения на развитие выносливости		18	18
3.2	Обучение атакующим действиям. Сектора атаки, классификация видов ударов		20	20
3.3	Постановка правильной техники ударов, силы и скорости ударов на различных видах манекенов		22	22
3.4	Обучение защитным действиям (базовые защиты мечом, щитом и мечом, специфические виды защит)		16	16
3.5	Обучение технике выполнения отвлекающих действий при «подготовке» атаки		10	10
3.6	Виды активной, силовой работы щитом в СМБ		12	12
3.7	Специфические приемы в СМБ: уклонения, рипосты, батманы, приемы обезоруживания противника		10	10
4.	Обучение тактике в СМБ и ее совершенствование			
4.1	Комбинации атакующих и защитных действий		10	10
4.2	Обучение выстраиванию и своевременной смене тактики в бою		4	4
4.3	Стратегия и тактика командных боев в СМБ	2	2	4

5.	Правила соревнований и судейства	2		2
6.	Организация и проведение турниров	2	2	4
7.	Промежуточная и итоговая аттестация	2	2	4
	ИТОГО:	12	132	144

1.3.2.Содержание учебного плана

1.Введение. Инструктаж по ТБ. Техника безопасности на тренировках по СМБ. Входящая диагностика.

Теория. Постановка целей и задач. Знакомство с понятием спортивный мечевой бой. Инструктаж по правилам дорожного движения, пожарной безопасности; работа с колющими и режущими предметами, действия в случае возникновения ЧС; правила поведения учащихся в ЦДТ. Техника безопасности на тренировках по СМБ. Входящая диагностика.

2.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.

3.Обучение технике СМБ и ее совершенствование.

Практика. Общеразвивающие и специальные упражнения для развития физических качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости, координации.

Развитие физических качеств средствами фехтования (поединки, игровые упражнения, подвижные игры со спортивными мечами и щитами, отработка приемов, групповые боевые упражнения).

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

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

4. Обучение тактике в СМБ и ее совершенствование.

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.

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

Тактика защиты. В поединке: «Глухая» защита. Защита перемещением. Комбинированная защита щитом, мечом, перемещениями. Смена ритмов атаки и защиты.

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

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

5. 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.

6. Организация и проведение турниров

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

7. Промежуточная и итоговая аттестация

Уровень освоения знаний, умений, навыков, учащихся проверяют в течение всего периода обучения на основании результатов сдачи зачетов, предусмотренных учебным планом. В зачетные требования (в объеме пройденной программы) входят:

Теория. Знание теории и истории фехтования.

Практика. Выполнение зачетных упражнений по технике боя; владение техникой.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения данного курса у учащихся будут сформирована следующая группа результатов.

Предметные результаты:

Ученик будет:

- иметь общее представление о тактиках и стратегиях СМБ;
- уметь выполнять различные элементы фехтования;
- знать исторические данные о быте жизни и развитии оружия средневековой эпохи;
- применять полученные знания на практике, а так же в процессе участия в различных фестивалях и турнирах.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Ученик научится:

- организовывать полученный материал во время практических и теоретических занятий;
- планировать свои действия направленные на максимальное получение знаний;
- определять цель занятия и выстраивать план для ее достижения;
- соотносить с учебным материалом, картины изображающие средневековье;
- оценивать спарринг для уточнения ошибок и их устранения.

Познавательные УУД:

Ученик научится:

- предполагать влияние исторических событий на жизнь человека;
- анализировать, сравнивать, группировать знания средневековой жизни;
- находить ответы на поставленные педагогом задачи;
- представлять информацию изученную самостоятельно по справочникам военной – исторической реконструкции;
- передавать содержание прочтенного материала в энциклопедиях.

Коммуникативные УУД:

Ученик научится:

- участвовать в диалоге со сверстниками и преподавателем;
- оформлять свои мысли в решение поставленных задач;
- отвечать на вопросы по средневековой истории;
- слушать и понимать информацию, терминологию СМБ и реконструкции;
- участвовать в паре в различных тренингах при изучении технике фехтования;
- уметь обосновывать свои действия во время практических занятий и спаррингах, а так же свои выводы по историческим данным.

Личностные результаты:

У ученика будут сформированы:

- мотивация к изучению различных тактик, стратегий и приемов СМБ;
- познавательный интерес к изучению истории своей страны;
- установка на здоровый образ жизни;
- чувство товарищества, целеустремленности, дружбы, доброты;

- ориентация на результат в области СМБ;
- самооценка и обеспечит разумную уверенность в себе
- позиция всесторонне развитой личности.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе проводятся на базе Центра детского творчества. Занятия организуются в зале художественной гимнастики и 400 кабинете соответствующих требованиям САНПиН и техники безопасности.

В кабинете имеется следующее учебное оборудование:

Спортивные мечи - 15 шт.

Щиты спортивные - 8 шт.

Скакалки – 10 шт.

Шлема Ш11 – 8 шт.

Мешки болгарские тренировочные – 4 шт.

Мячи медицинские – 6 шт.

Деревянные мячи - 10 шт.

Методическое обеспечение.

Информационно-методическое обеспечение:

1. Справочники исторической реконструкции.
2. Энциклопедии оружия и истории.
3. Стенды и плакаты исторической реконструкции в электронном виде.

2.2. МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Учебная программа реализуется в форме лекций, практических занятий, самостоятельных занятий. В лекциях раскрывается базовая техника боя различных народов в различные эпохи и краткие сведения о развитии и эволюции оружия и доспехов, история развития спортивных видов фехтования в России. Кратко освещаются методические основы обучения технике и тактике боя в СМБ.

На практических занятиях учащиеся изучают технические и практические приемы, терминологию, организацию, правила и судейство соревнований.

Самостоятельная подготовка учащихся предусматривают изучение программного материала по дополнительной рекомендуемой литературе, включают работу над разработкой тактики ведения поединка, выполнение

домашних заданий и участие в организации и проведении соревнований и турниров по СМБ.

Самостоятельные задания способствуют дополнительному более глубокому изучению программного материала, разработку и изготовление тренажерных устройств и тренировочных приспособлений для обучения технике и тактике боя в СМБ.

Учащиеся работают над материалом изучаемого курса программы на групповых тренировках, а также в процессе выполнения самостоятельных заданий. Проводятся показательные уроки и товарищеские встречи с командами из других секций.

Теоретические знания, полученные на занятиях по данной программе, закрепляются практически, так как без определенных навыков использовать эти знания в различных жизненных ситуациях довольно сложно, а иногда и просто невозможно. Поэтому работа детского объединения направлена на формирование опыта применения приобретенных знаний в практической деятельности.

Практические занятия проводятся в виде тренировок учебно-методического характера, на которых учащиеся овладевают техникой и тактикой СМБ, особенностями судейства, приобретают знания в области методики обучения.

Большое внимание в тренировочном процессе уделяется развитию навыков самоконтроля и управления эмоциями в стрессовых ситуациях, прививаются нормы благородства и уважения к сопернику в поединке.

В учебно-воспитательном процессе используются элементы педагогических технологий: технология развивающего обучения, коллективного взаимообучения, проектной деятельности, игровые технологии, проблемно-поисковая технология.

Формы учебной работы фронтальная, индивидуальная, групповая, в парах.

Методы обучения словесный: устное изложение, беседа; наглядный: показ видеоматериалов, иллюстраций, исполнение педагогом, наблюдение, работа по образцу и др.; практические: тренинг, тренировочные упражнения, практическая работа и др.

Средства обучения визуальные: аудиовизуальные: фильмы, телевидение, видео сюжеты.

Специфика структуры занятия.

Занятие состоит из трех частей: вводной, основной, заключительной.

Вводная часть занятия

- организация начала занятия, сообщение темы и плана занятия.
- проверка имеющихся у детей знаний и умений и их подготовка к изучению новой темы.

Основная часть занятия

- ознакомление с новыми знаниями и умениями.
- упражнения на освоение и закрепление знаний, умений, навыков по образцу, а так же их применение в сходных ситуациях.

Заключительная часть занятия

- подведение итогов занятия, формулирование выводов.

2.3. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Определение уровня освоения программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации МАУДО «ЦДТ».

Для определения фактического состояния образовательного уровня проводится промежуточная и итоговая аттестация.

Цель промежуточной и итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей учащихся и их соответствия с прогнозируемым результатом программы. В целях определения результатов и качества освоения программы необходима система мониторинга, то есть систематического контроля уровня знаний, умений, навыков и компетентностей учащихся.

Система контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения программы и внести своевременно коррективы. Результаты диагностики качества освоения программы вносятся в протоколы промежуточной и итоговой аттестации.

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости

Виды аттестации, сроки проведения	Цель	Содержание	Форма проведения	Критерии
Входящая диагностика. Текущий контроль успеваемости. Сентябрь	Отследить начальную спортивную подготовку соответственно возрасту	Выполнить три упражнения. 1. Отжимание 2. Подтягивание 3. Приседание	Зачет	Выполнение соответственно таблицы 1.1 ФСМБ В – полный объем. С – на 3 меньше от полного объема. Н – на 6 меньше от полного объема.
Текущий контроль успеваемости. В течение года	Отследить тренированность ученика в спаррингах.	Выполнение фехтовальных упражнений во время спарринга усвоенных на предыдущих занятиях.	Зачет	Выполненные упражнения. 5 – полный объем упражнений. 4 – не полный объем упражнений. 3 – упражнение не освоены для выполнение во время спарринга.

Промежуточная аттестация. Декабрь	Сдача нормативов аттестационной комиссии	Выполнить три упражнения. 1. Отжимание 2. Подтягивание 3. Приседание	Зачет	Выполнение соответственно таблицы 1.1 ФСМБ 5 – полный объем. 4 – на 3 меньше от полного объема. 3 – на 6 меньше от полного объема.
Итоговая аттестация. Апрель	Сдача нормативов фехтовальных упражнений.	Выполнить 5 фехтовальных упражнений	Зачет	Выполнение 5 – 5 упр. 4 – 4 упр. 3 – 3 упр.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно – правовые документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://graph-kremlin.consultant.ru/page.aspx?1646176>
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html>
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70731954/>
4. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/14644/>
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. //Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. –М.: Просвещение, 2009.
7. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>

8. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р) [Электронный ресурс]. –Режим доступа:
<http://government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>
9. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа:<http://base.garant.ru/70183566/#ixzz45zZVrQVh>

Список литературы для педагога

1. Кузин В.В., Полиевский С.А., Глейберман А.Н. 500 игр и эстафет. Физкультура и спорт, 2000. 304 с.
2. Кох И.С. «Сценическое фехтование» М., 2007. 254 с.
3. Кондратьев В. Антонович А. «Историческое фехтование», М., 2002
4. Попов А.В., Хайко В.Е. Спортивные игры в коллективе. К.: Здоровье, 1989. 133 с.
5. Ричард Ф. Бертон «Книга мечей», М., 2006. 398 с.
6. Ричард Ф. Бертон «Мастера и школы фехтования» М., 2006. 381 с.
7. Мишенев С.В. «История фехтования. На пути к вершине» СПб., 1995. 223

Список литературы для учащихся

1. Ричард Ф. Бертон «Книга мечей», М., 2006. 398 с.
2. Ричард Ф. Бертон «Мастера и школы фехтования» М., 2006. 381 с.
7. Мишенев С.В. «История фехтования. На пути к вершине» СПб., 1995. 223