Работа ученицы 3 «б» класса школы МОУ «СОШ №73»

Аитовой Лиана

руководитель Е.С. Данилюк

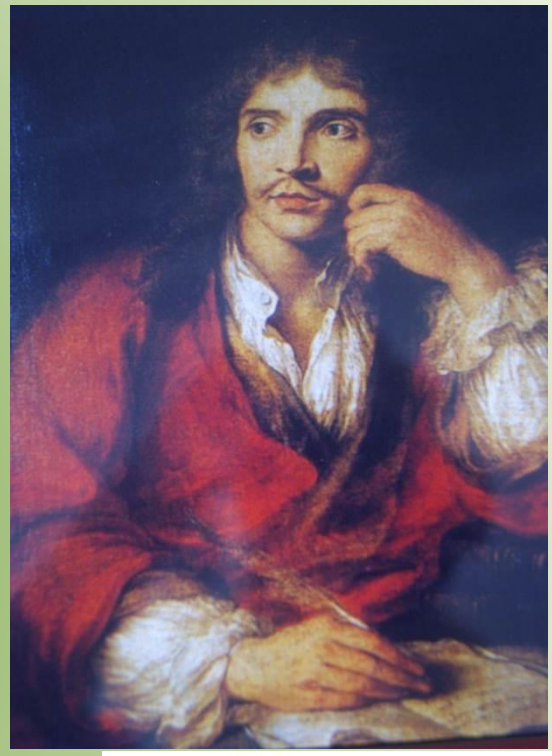
Содержание

Толковый словарь.
Цитата.
Виды фехтования.
Особенности шпаги.
Боевая стойка.
Форма фехтовальщика.
Мама-тренер.
Заключение.

/

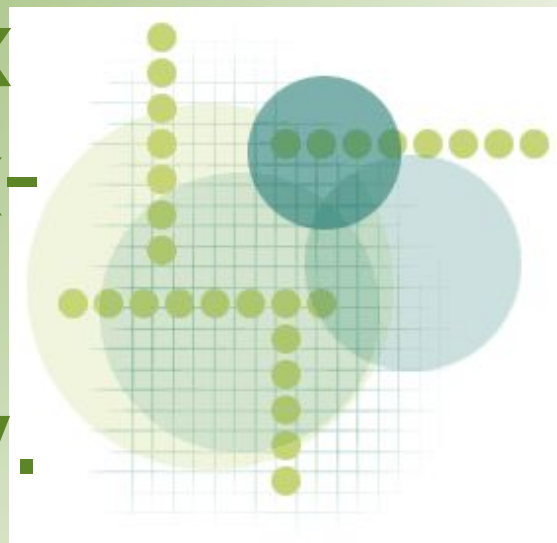
Фехтование (сражаться, бороться)-система приёмов владения ручным холодным оружием в рукопашном бою, на несение и отражения ударов. Так же фехтованием называют и сам процесс боя с использованием холодного оружия (как с реальным, так и с учебно-тренировочным, спортивным,сценическим...

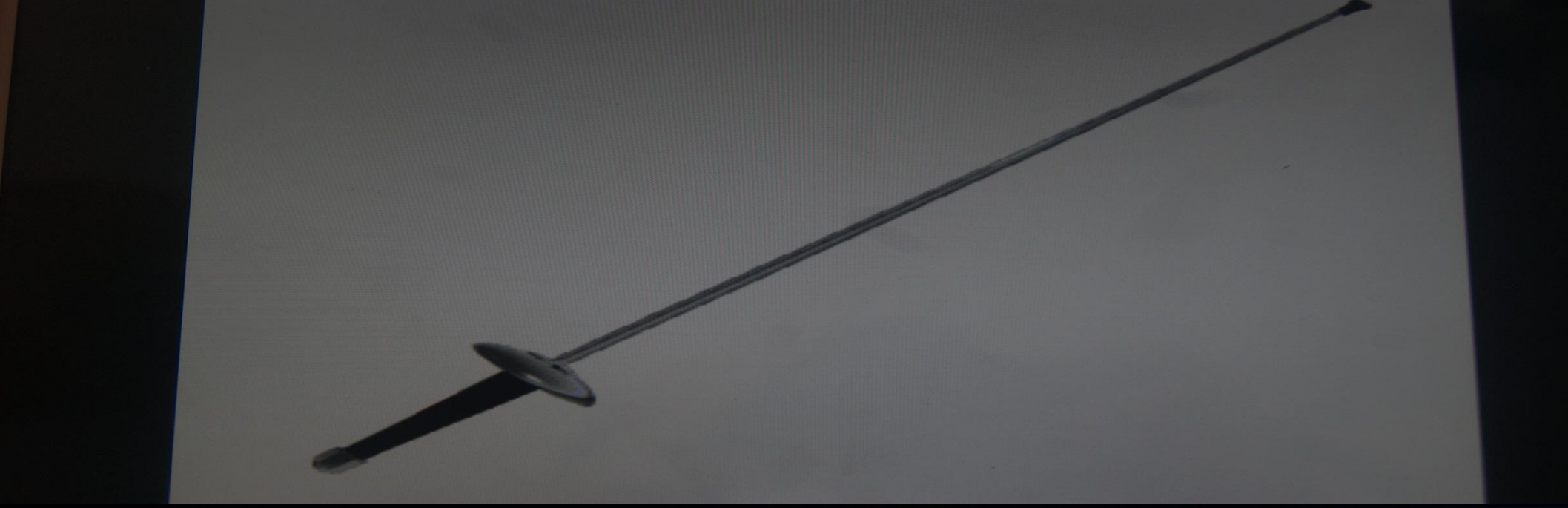
Фехтование-есть искусство наносить удары, не получая их. Необходимость ударить противника, избегая его ударов, что делает искусство фехтования чрезвычайно сложным,ибо к глазу, который видит и предупреждает, к рассудку, который обсуждает и решает, к руке, которая выполняет, необходимо прибавить точность и быстроту, чтобы дать жизнь оружию.

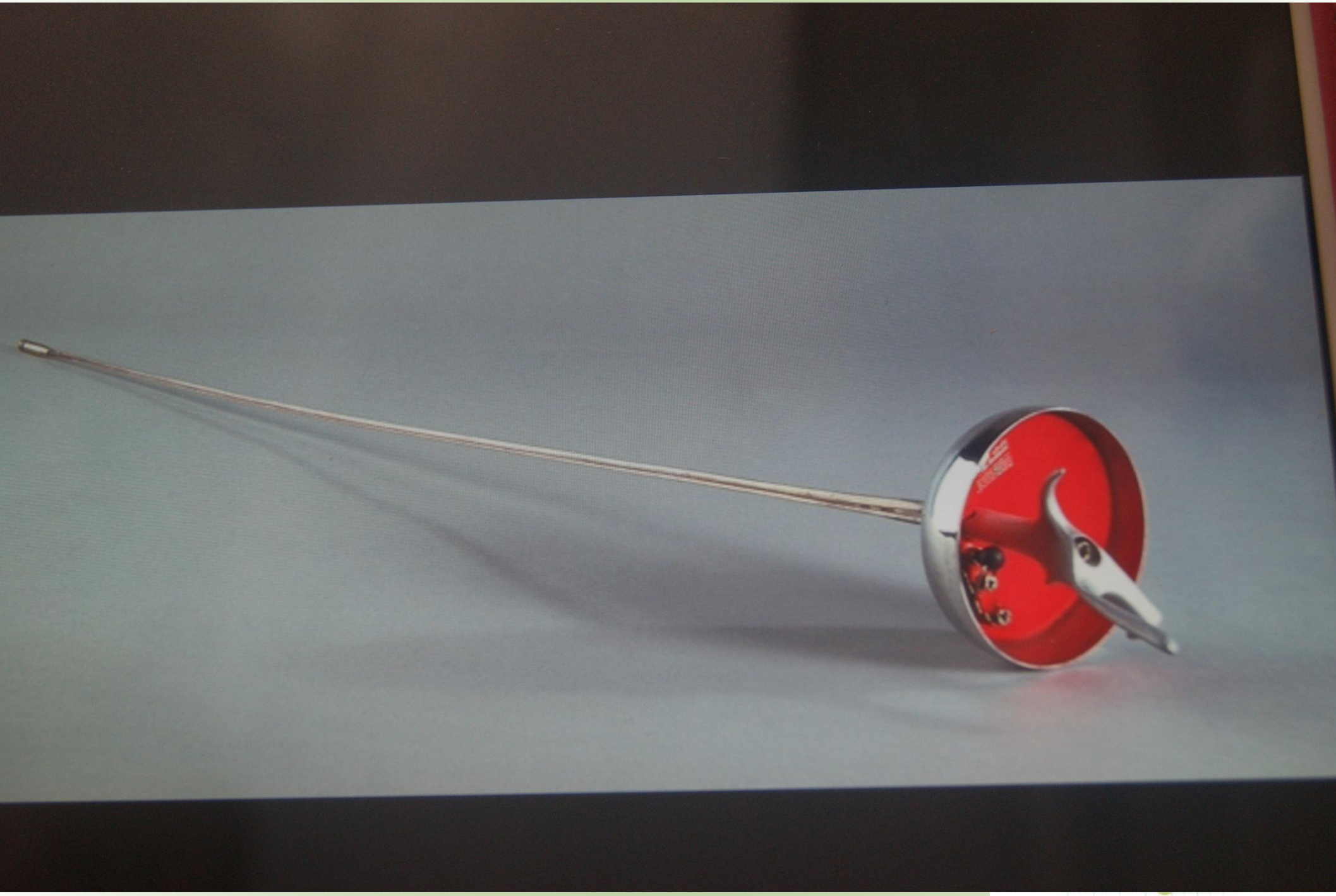


Мольер

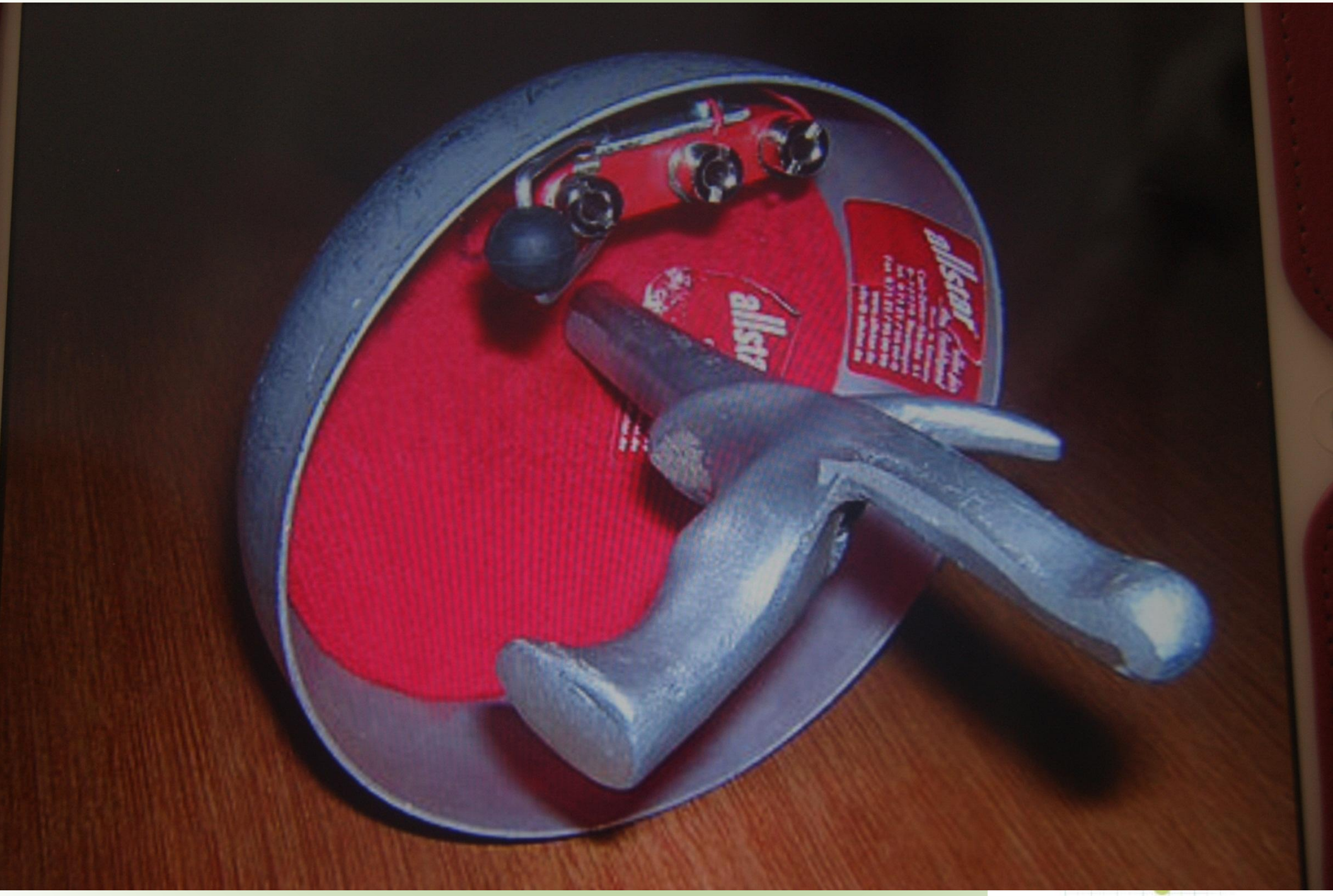
Различаются следующие виды спортивного фехтования в зависимости от используемого оружия фехтование на рапирах фехтование на саблях фехтование на шпагах- про которое я поподробнее расскажу.





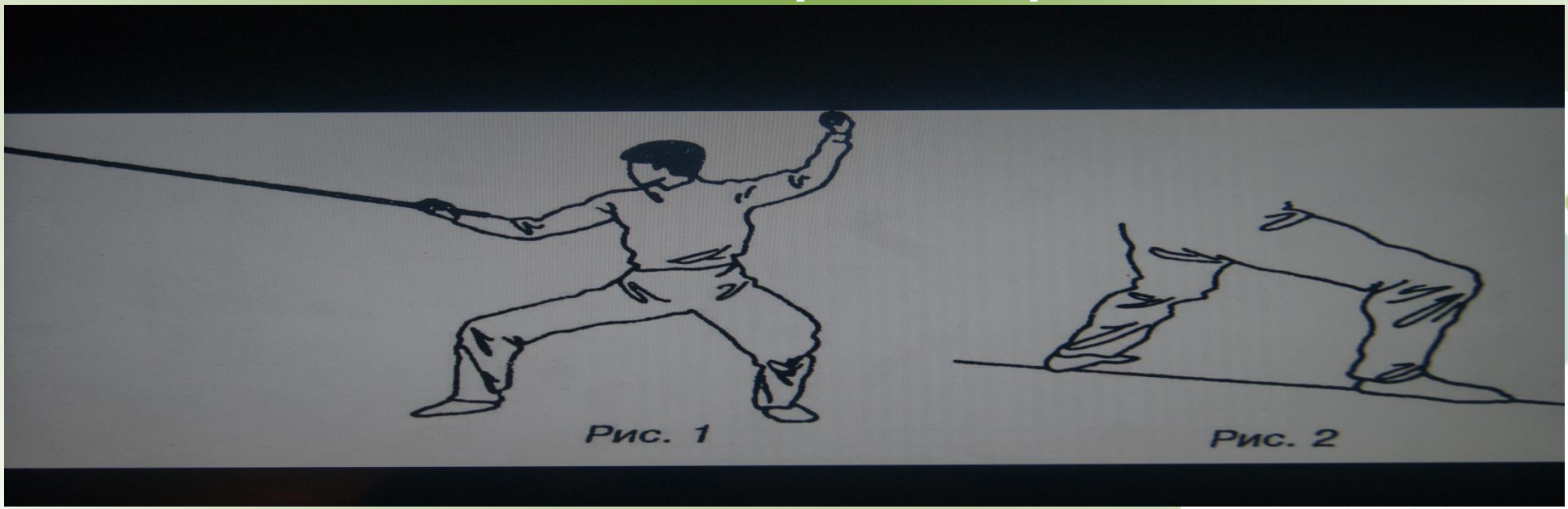


Главной особенностью шпаги является наличие сложной гарды, хорошо защищающей руку, именно эта гарда позволяет без риска для пальцев использовать защиты, основанные на коротких лаконичных движениях.



Боевая стойка- основное положение тела фехтовальщика в бою. В положении боевой стойки фехтовальщик угрожает противнику, наступает на него, защищается и отступает. Это положение тела сложилось исторически, как наиболее целесообразное для ведения боя. Поэтому обучение фехтование начинается именно со стойки, в дальнейших тренировках на качество боевой стойки следует обращать особое внимание.

Начинать обучение следует с постановки ног. Правая нога ставится вперед на расстояние, примерно равное длине двух ступней бойца; носок направлен прямо вперед. Левая нога разворачивается на пятке носком влево, под прямым углом к правой стопе. Каблук левой ноги должен находится на одной прямой с носком и каблуком правой.



Моя мама с самого детства занималась фехтованием, потому что ей это очень нравилось. А уже сейчас стала тренером по фехтованию на шпагах для детей.