

# Военно-патриотический центр «Рекрут»

Филиал: Клуб исторического фехтования «Северная звезда»

## Введение

**Цель:** Развитие и популяризация знания и понимания истории и культуры Древней Руси и Российской Империи.

Программа занятий включает в себя теоретическую и практическую подготовку.

**Теоретическая часть включает в себя изучение:**

1. Истории Руси (зарождение государства Древняя Русь 10-12 века, объединение Русских княжеств в 13-14 веках, переход от Московского княжества к Российской Империи в 15-17 веках);
2. Быта, одежды, уклада жизни Древней Руси (период 10-14 века);
3. Оружия и доспехов Древней Руси (до появления огнестрельного оружия);
4. Посещение музеев и исторических мест являющихся знаковыми для возникновения Русского государства;
5. Техники безопасности при тренировке с макетами холодного и древкового оружия и стрельбе из лука.

**Практическая часть занятий включает в себя:**

1. Курс занятий по программе: «Подготовительная гимнастика фехтовальщиков»;
2. Курс занятий: «Обращение с макетами холодного и древкового оружия и его применение, стрельба из луков эпохи 10-14 веков»;
3. Воссоздание одежды, предметов быта, макетов оружия и доспехов Древней Руси (10-14 веков);
4. Участие в тематических мероприятиях:
  - Фестивалях реконструкторов средневековья;
  - Участие в общегородских мероприятиях;
  - Проведение показательных выступлений;
  - Возможно участие детей в соревнованиях на мягком (поролоновом) оружии.

Занятия по теоретической части проводятся в форме лекций и бесед, как во время специально проводимых теоретических занятий и экскурсий, так и во время проведения практических занятий.

Практические занятия по курсам «Подготовительная гимнастика фехтовальщиков» и «Обращение с макетами холодного и древкового оружия и его применение, стрельба из луков эпохи 10-14 веков» проводятся в спортивном зале и, на специально оборудованных площадках по программе курса. Практические занятия по воссозданию одежды, предметов быта, макетов оружия и доспехов проводятся в специально оборудованных помещениях. Участие в тематических мероприятиях происходит по согласованию и по приглашению организаторов мероприятий.

# **«Обращение с макетами холодного и древкового оружия и его применение, стрельба из луков эпохи 10-14 веков»**

## **Введение**

Программа «Обращение с макетами холодного и древкового оружия и их применение» направлена на изучение различных видов оружия и обучение обращению с оружием. К изучению данной программы допускаются лица, проходящие обучение, по курсу «Подготовительная гимнастика фехтовальщиков».

Целью программы является: изучение видов холодного, древкового и стрелкового оружия (луков, арбалетов) периода 10-14 веков; особенности применения каждого вида оружия в различных ситуациях; приобретение навыков владения оружием.

Обучение проводится на макетах оружия. Демонстрация оружия приближенного к настоящему проводится после прохождения техники безопасности обращения с оружием.

## **Разделы обучения**

### **1. Техника безопасности**

Техника безопасности при обучении работы с макетами оружия во время проведения занятий.  
Правила организации самостоятельных занятий по освоению владения оружием.  
Ответственность и возможные последствия применения оружия.

### **2. Короткое клинковое оружие - Нож (макет)**

Нанесение ударов ножом.  
Защита от ударов ножом без оружия.  
Защита от ударов ножом с применением подручных средств.  
Защита от ударов ножом с помощью ножа.  
Комплексные упражнения с ножом.  
Фехтование на ножах.

### **3. Среднее клинковое оружие - Меч, сабля, шпага (макеты)**

Нанесение ударов и защиты с помощью меча и сабли.  
Защиты от удара мечом или саблей с помощью меча (сабли) и щита.  
Фехтование на мечах, саблях и шпагах.

### **4. Длинное рубящее и колющее оружие - Шест (имитация копьё, топора и бердыша)**

Нанесение ударов и защиты с помощью шеста.  
Защиты от ударов шестом с помощью меча и щита.  
Фехтование на шестах.

### **5. Щит**

Умение правильно защищаться щитами различных форм и размеров.  
Применение щита вместе с макетами коротким клинковым оружием.  
Применение щита вместе с макетами средним клинковым оружием.  
Применение щита вместе с макетами рубящего и колющего оружия.

## **6. Лук**

Правила организации тренировочных площадок для стрельбы из лука.

Техника безопасности во время проведения занятий по стрельбе из лука.

Стрельба из луков периода 10-14 веков.

## **7. Работа в строю и индивидуальные поединки**

Умение действовать различными видами оружия, как в строю, так и в поединках один-на-один.

## **«Показательные выступления»**

Целью проведения показательных выступлений является демонстрация полученных знаний и достижений в процессе занятий обучающимися и вовлечением в процесс обучения желающих заниматься.

В показательных выступлениях могут принимать участие обучающиеся достигшие результатов в процессе обучения.

Программа показательных выступления формируется исходя из возможностей мероприятия, в рамках которого проводятся выступления.

### **Основная программа показательных выступлений.**

#### **1. Тематический лагерь**

- Установка палатки.
- Организация кострище.
- Размещение элементов интерьера: стол, лавки, глиняная посуда, мечи, щиты, доспехи.
- Участники в одеждах периода.

#### **2. Площадка для поединков на поролоновых дубинках**

- Показательный поединок на поролоновых дубинках между обучающимися.
- Поединок между желающими попробовать.

#### **3. Лучное стрельбище**

- Проведение соревнования по стрельбе между обучающимися.
- Обучение стрельбе из лука всех желающих.

#### **4. Стенд для метательного оружия**

- Проведение соревнования по метанию между обучающимися.
- Обучение метанию всех желающих.

#### **5. Кузнечный уголок**

- Демонстрация работы кузнеца.
- Ковка изделий быта, макетов оружия.

#### **6. Выступления обучающихся**

- Комплексные упражнения без оружия
- Демонстрация поединка без оружия против одного и нескольких противников без оружия
- Демонстрация поединка с элементами обезоруживания
- Комплексные упражнения с оружием
- Фехтование на макетах оружия
- Демонстрация владения оружием: нанесение ударов по различным мишеням
- Рыцарский поединок