

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра
фехтування, боксу
та національних одноборств

**Основи техніки, тактики та методики навчання
фехтуванню на шпагах**

**Лекція для студентів
2 курсу**

Підготував:
доцент Бусол В.А.

План

1. З історії розвитку фехтування на шпагах.
2. Характерні риси фехтування на шпагах.
3. Зброя та спорядження фехтувальника на шпагах.
4. Техніко-тактичні особливості фехтування на шпагах.
5. Основи оптимізації підготовки фехтувальників-шпажистів.

1. З історії розвитку фехтування на шпагах

Історія виникнення і подальшого вдосконалення шпаги як бойової, а потім спортивної зброї пройшла через багато ступенів розвитку людського суспільства.

Як бойова холодна зброя шпага почала втрачати своє утилітарне значення у XIX сторіччі і почала розповсюджуватись як спортивна зброя. До програми Олімпійських ігор фехтування на шпагах було включено у 1900 році, у той час як рапирне і шабельне фехтування, які мали більше розповсюдження, були включені до програми I Олімпіади у 1896 році. З тієї пори шпажне фехтування включається до усіх чемпіонатів світу та Олімпійських ігор. З розширенням у 1996 році олімпійської програми з'явилися два види змагань серед шпажистів (шпага чоловіки, шпага жінки) з меншою кількістю учасників (три особи у команді замість п'яти). Першим переможцем Олімпіади на Шпагах (серед чоловіків) був кубинець Рамон Фonet (1900 рік, Париж). Першою переможницею Олімпіади на шпагах серед жінок стала французенка Лаура Флесель (1996 рік, Атланта).

Вперше командна першість на шпагах розігрувалась на чемпіонаті світу 1906 року. Перемогу одержали шпажисти Франції, які на наступних чемпіонатах світу та Олімпійських іграх багаторазово ставали переможцями в особистих та командних першостях. Не меншого успіху досягли у цьому виді фехтування шпажисти Італії. Суперництво цих двох національних фехтувальних шкіл відіграло значну роль у формуванні спортивного фехтування на шпагах. Особливо бурхливими темпами шпажне фехтування стало розвиватися після 1931 року, коли були проведені перші міжнародні змагання за допомогою електрифікованого суддівства. З цих пір шпажне фехтування стало завойовувати все більше і більше прихильників. При цьому за останні роки цей вид став самими розповсюдженим серед фехтувальників. На чемпіонатах світу та Олімпійських іграх останні два десятиліття у змаганнях на шпагах приймає участь найбільша кількість спортсменів та команд у порівнянні з іншими видами зброї. Об'єктивізація суддівства у фехтуванні на шпагах привела до двох важливих наслідків. По-перше, різко зросла привабливість шпаги як єдиного на той час виду фехтування, в якому до нуля був зведений авторитет суперника. По-

друге, проявився зміст фехтування на шпагах: боротьба за виграш часу, незалежно від ефективності чи складності попередніх дій.

Раніше фехтування на шпагах відрізнялось примітивністю техніки та тактики. Характерним для шпажного бою було тривале пересування по доріжці, “полювання за рукою противника”, рідке застосування захистів та відповідей. Плеяда італійських шпажистів(брати Манджиаротті, Англезіо, Павезі, Бертенетті, Дельфіно, Пелегріно) внесла у шпажний бій динамізм і різноманітність бойових дій, схожих за своєю структурою на ті, які застосовуються у рапірному фехтуванні. Що собою представляло класичне фехтування на шпагах на принципах “італійської школи”? У технічному плані це був особливий варіант фехтування на рапірах. Необхідність надійно діяти важкою зброєю призвела до того, що шпажисти у більшості випадків використовували ортопедичну рукоятку-пістолет. У перших підручниках з фехтування, виданих у 50-х роках, так визначається структура навчання фехтувальника-шпажиста: “Підготовлений рапірист після деякої спеціальної підготовки стає добрим шпажистом”. Попередня підготовка на рапірі, як обов’язковий етап навчання шпажиста, передбачалась програмою ДЮСШ 1960 року, яка була керівним документом до 1968 року.

Представлення про доцільність такого підходу до навчання та манери бойових дій шпажистів закріпилась при допомозі перших значних успіхів радянських фехтувальників, які діяли у такій манері. У 1959 році вперше чемпіоном світу в особистій першості став радянський шпажист Хабаров, два роки пізніше радянські спортсмени Костава, Люлін, Хабаров, Черніков завоювали командну першість світу. Ані тренери збірної команди, ані автори навчальних посібників довго не звертали уваги на появу у фехтуванні на шпагах нової тенденції застосування дій, з самого початку направлених на випередження зброї суперника. Бійці цього стилю орієнтувались не на схему широкого діапазону технічних дій, розробки складних зав’язок, а на дії зненацька, які руйнують складну логіку фехтування. Кінцевою метою було не обіграти суперника технічно, а передовсім випередити його. Однак результативність їх і інших шпажистів нового типу розглядалась не стільки як особистий успіх, скільки як прикрі прорахунки фехтувальників, які працювали у

класичній манері. Тренери не звертали уваги і на те, що бійці цього напрямку вміло використовували особливості вдосконаленого шпажного обладнання – більш гнучкі клинки. Дії таким обладнанням дозволяли обійти навіть правильно поставлений захист, проникнути у простір, здавалось би, повністю закритий гардою. Навіть поява яскравого спортсмена, як Г. Крисс, який використовував нові тенденції фехтування, залишилось без прискіпливого аналізу тренерів та теоретиків. З ім'ям українського шпажиста Г. Крисса пов'язані видатні успіхи вітчизняного шпажного фехтування. Він п'ять разів ставав чемпіоном СРСР в особистому заліку, у 1971 році став чемпіоном світу. Два рази був чемпіоном світу у команді. Єдиний олімпійський чемпіон (1964, Токіо) в особистих змаганнях серед українських шпажистів.

Г. Крисс, безумовно, був представником шпажної класики ближнього майбутнього, одним з її заставників.

Слід відмітити високий рівень майстерності і своєрідну школу українських шпажистів. До них відносяться олімпійський чемпіон, чемпіон світу Г. Крисс, учасник Олімпійських ігор у Монреалі О. Биков, призер та чемпіон світу С. Парамонов, переможці Кубка Європи та міжнародних змагань Й. Витебський, О. Гарін, чемпіони першостей Малій, Горбачук, Семенихін. Вже цього року перший серйозний успіх мали шпажисти-жінки, ставши срібними призерами чемпіонату Європи 1998 року у складі: Гаріна, Выборнова, Титова, Міронюк, які повторили свій успіх 1995 року.

Викликає велику повагу сумлінна робота тренерів на чолі з патріархом шпажного фехтування Колчинським, тренерів Парамонова, Шахбазяна, Гаріна, Білокопитова, Семенюки, Авербаха та теоретиків-науковців Парамонова, Сладкова.

2. Характерні риси фехтування на шпагах

Фехтування на шпагах відноситься до найстаріших видів двобою з холодною зброєю, який проніс через багато віків практично без змін (виключена лише загроза нападу) чарівність дуельного фехтування. Фехтування на шпагах – колючий вид зброї. В процесі поєдинку спортсмену для перемоги необхідно першому нанести 5

уколів за 3 хвилини (або 15 за 9 хвилин в “олімпійці”), стараючись при цьому не отримати їх самому. У цьому виді практично немає обмежень стосовно місця нанесення уколів (крім потилиці), немає обмежень і в засобах рухової діяльності спортсмена.

Ці моменти у правилах змагань трактуються наступним чином. Усі частини тіла фехтувальника (крім потилиці) вважаються поверхнею ураження. Тому уколи, нанесені у будь-яку частину тіла, фіксуються і зараховуються. Фіксація уколів у фехтуванні на шпагах здійснюється спеціальним електрофіксатором, який реєструє якість уколів (укол має бути нанесений у поверхню ураження з силою не менше 750 грамів) та їх часові співвідношення. Електрофіксатор реєструє обопільні уколи, якщо різниця між ними у часі буде менше 0,04 секунди. Якщо різниця у часі між уколами буде більше 0,05 секунди, то апарат зафіксує укол, який був нанесений раніше. В процесі поєдинку на шпагах має рацію той спортсмен, який раніше нанесе укол. У випадках, коли уколи нанесені і зафіксовані одночасно, обом спортсменам зараховується по уколу. Ця обставина вносить ряд відмінних моментів, які не зустрічаються в інших видах фехтування. Можливість наносити уколи в усі частини тіла ставлять спортсменам підвищені вимоги до володіння різноманітною технікою атакуючих дій та вміння їх доцільно використовувати у різних ситуаціях бою. У фехтуванні на шпагах є технічні прийоми, які є специфічними лише для даного виду. Будь-які дії шпажиста мають бути дуже точними, повинні виконуватись з різними швидкостями та вирізнятися легкістю та економічністю. Шпажисти повинні дуже швидко вловлювати та передбачати постійні зміни відстані до цілі, вміти співвідносити з ними свої рухи, володіти високим відчуттям мікроінтервалів часу (для випередження противника в атаках, контратаках або повторних діях). Відчуття і передбачення є дуже характерними для шпажистів і особливо впливають на тактику ведення бою.

У шпажистів мають бути високі показники інтенсивності та зосередження уваги, її розподілу та переключення.

Фехтувальник на шпагах – це атлет: сильний і дуже швидкий, спритний, кмітливий і рішучий, який має велику витримку, вміє нав'язувати свої технічні та

тактичні переваги та розумно ними користуватись, вмюючи також приховати свої наміри та бути у своїх діях несподіваним для противника. Для поєдинку шпажистів характерним є часте використання тактичних різновидів атакуючих дій – повторних та контратак, які виконуються самостійно або в поєднанні різних варіантів атакуючих і захисних дій. Контратаки використовуються як з метою виграшу фехтувального темпу, так і без виграшу, але наносяться уколи, як правило, з опозицією. Після будь-якої невдалої атаки або дії у відповідь (після захисту) шпажисти часто пробують нанести уколи у повторних діях. Різноманітність та результативність повторних атак і контратак за способом виконання і місцю нанесення уколів вимагає від шпажистів шукати контрміри проти таких дій. Такими є атаки з дією на зброю (батмани, напівколові та колові захвати зброї, уколи з опозицією, протиставлення своєї зброї зброї противника). Внаслідок цього з'являється величезна кількість варіантів боротьби і контрборотьби двох спортсменів, які перетворюють процес поєдинку у своєрідну “гру двох інтелектів”, на фоні великої рухової активності, сильно прикрашену емоціями фехтувальників. Поєдинки проходять на різних дистанціях, які навмисно створюються спортсменами. В залежності від техніко-тактичних можливостей спортсмена та завдань, які вирішуються у процесі поєдинку, бої можуть проводитись у дуже високому темпі або повністю у відносно спокійній, позиційній боротьбі, з миттєвими спалахами активності при нанесенні уколів.

В офіційних змаганнях поєдинки шпажистів проводяться на полі бою шириною 1,8-2 м, довжиною 14 м. Поле бою покрито електропровідною доріжкою, які не дозволяє фіксувати уколи, нанесені у підлогу. При проведенні боїв на помості його поверхня має бути вище полу не більше ніж на 60 см. Ширина помосту має бути не менше 2,5 м, а довжина не менш 20 м. Обслуговують поєдинок двох спортсменів суддівська бригада на чолі зі старшим суддею.

Спостерігаючи за поєдинками шпажистів і порівнюючи їх з фехтуванням на рапірах, можна помітити, що шпага з кожним роком набуває свій особистий стиль, по зовнішній манері та змісту відходить від рапірної класики.

3. Зброя та спорядження фехтувальника-шпажиста

Шпага – це масивна та порівняно важка спортивна зброя, її вага не повинна перевищувати 770 г, а загальна довжина – 1100 мм. Шпага повинна відповідати нормативним вимогам правил змагань, бути зручною в бою та тренуванні, надійною і безвідмовною у роботі. Електрифікована шпага складається із наступних частин: електрокінцівки, клинка, гарди, рукоятки, м'якої прокладки, штепсельної колодки (трійника) та противагової гайки. Електрокінцівка з'єднується зі штепсельною колодкою двома дротиками, проклеєними по верхньому пазу клинка шпаги. До шпаги додається особистий електричний шнур.

Кінцівка шпаги складається з металевого полого циліндру та голівки зі стержнем (які кріпляться у спеціальній втулці, але відокремлені від неї ізоляційною прокладкою). На стержні голівки розміщена контактна пружина. Голівка кріпиться до циліндра двома маленькими гвинтиками і має можливість рухатися по відношенню до циліндра. В основі циліндру розташована ебонітова шайба з двома латунними контактами. Під час уколу під дією прикладеної сили (більше 750 г) голівка кінцівки утоплюється, замикаючи електричний ланцюг. Після уколу під дією сили зворотної пружини голівка кінцівки повертається у вихідне положення. Голівка кінцівки має бути циліндричною і закругленою на краях радіусом 0,5 мм або мати фаску 0,5 мм під кутом 45°. Діаметр голівки допускається розміром 8 мм \pm 0,05 мм. Загальний та необхідний хід голівки кінцівки під час уколу дорівнює 1,5 мм. Вона повинна здійснювати шлях не менше 1 мм до моменту замикання електричного ланцюга (хід включення) і ще 0,5 мм після замикання ланцюга (додатковий хід).

Клинок шпаги виготовляється зі спеціальної сталі. Його довжина має бути не більше 900 мм. У перетині – трьохгранної конфігурації. З кожної сторони по всій довжині проходять пази. Максимальна ширина кожної грані не повинна перевищувати 24 мм. Кінець клинка має колове січення діаметром не менше 4 мм, на яке нанесена різьба з довжиною не менше 6 мм. В процесі бою згин шпаги не може перевищувати 10 мм (від вертикальної площини). Клинок повинен бути еластичним (коливання в межах від 45 до 60 мм).

На міжнародних змаганнях допускаються клинки, сертифіковані ФІЕ. Фірма, яка має такий сертифікат – ALLSTAR. На клинку стоїть рік, до якого діє сертифікат.

Ефес (гарда) служить для захисту кисті озброєної руки від прямих влучень. Діаметр її має бути не більше ніж 135 мм, а глибина від 30 мм до 55 мм. Місце входження клинка в гарду зміщено від її центру на відстань 35 мм. Загинати гарду заборонено тому що гарда не повинна затримувати або чіпляти кінець зброї противника.

Штепсельна колодка (трійник і м'яка прокладка) розміщуються між гардою та рукояткою. Прокладка захищає, з одного боку, пальці озброєної руки від натирання гардою, а з іншого, захищає електропроводку біля гарди від пошкоджень. Трійник має три отвори, які потрібні для контакту зі штирями особистого шнура. Один з крайніх отворів відстоїть від центрального на 15 мм, а другий – на 20 мм. До перших двох отворів підключаються два провідники від кінцівки зброї. Третій контакт з'єднується з металеву масою шпаги.

Рукоятка шпаги буває двох видів – проста (французька) і типа пістолет (бельгійська). Допустима довжина усіх видів рукояток 180 мм, а разом з гайкою – не більше 235 мм.

Особистий шнур складається з трьох ізольованих один від одного проводів, які прикріплюються з кожного боку до спеціальної вилки, яка має три штиря, підключена до трійника шпаги, з одного боку, і до спеціальної колодки шнура котушки, з іншого. Шнур має відповідати наступним вимогам: надійно забезпечувати передачу струму, не заважати спортсмену при виконанні дій і не збільшувати площу поверхні ураження. Якщо випадкове відключення контактної вилки від трійника відбувається одночасно з отриманим уколом, то такі уколи зараховуються. Тому спортсменам слід за допомогою спеціальних пристосувань прикріплювати вилку особистого шнура до трійника шпаги.

Спеціальна перевірка зброї на змаганнях

Згідно з правилами змагань, фехтувальники на шпагах зобов'язані до початку змагань пройти контроль особистої зброї у експерта з електросигналізації, а в процесі змагань надавати її старшим суддям для перевірки по першій їх вимозі.

Контроль зброї та її маркування проводиться за 1-2 дні до початку змагань з цього виду. Спортсмен, який опинився на полі бою зі зброєю, яка не має відмітки про перевірку, не допускається до змагань. При проведенні контролю експертами перевіряються розміри зброї, еластичність шпаг, норми ходу включення та виштовхуюча сила пружини кінцівки шпаги. Для перевірки розмірів зброї та її окремих частин виготовляється спеціальний шаблон. Еластичність клинка вимірюється шляхом порівняння двох положень кінцівки – вільного і навантаженого. До клинка, закріпленого у горизонтальному положенні на відстані 70 мм від кінця зброї, підвішується вага 200 гр (на відстані 3 см від кінця шпаги). Норми ходу включення та виштовхування пружини кінцівки вимірюються за допомогою спеціального еталона і щупа (0,5 мм, 750 гр).

4. Техніка і тактика фехтування на шпагах

Техніка численних положень та рухів у фехтуванні на шпагах є досить складною. Ці положення та рухи, виходячи з логіки фехтування, можна умовно розділити на головні та фонові. Основне призначення фонових положень та рухів – забезпечити успіх у виконанні головних рухів. Тому що кінцева і головна ціль двобою на фехтувальній доріжці є нанесення уколів, то до головних можна віднести усі рухи, які виконуються з цією метою. Основні положення та рухи шпажного фехтування:

I група (техніка тримання шпаги, стійка зі зброєю по команді “Струнко”, салют партнеру, положення “підвись”, способи прийняття бойової стійки та повернення з неї назад, положення “вільно” та “збір”).

II група (пересування кроками вперед, назад, схресні кроки вліво, вправо, назад, випаді різноманітної довжини, атаки “стрілою”).

Уколи: прямий укол, уколи з опозицією, уколи з кутом, уколи закидом.

Атаки: прості атаки, атаки з фінтами, атаки з дією на зброю, комбіновані атаки.

Захисти, відповіді: прості, складні.

Зустрічні напади: контратаки, ремізи.

Фехтування на шпагах до самого останнього часу в Західній Європі називалось бойовим фехтуванням. Це пояснюється тим, що правила ведення бою на шпагах і особливості самої зброї наближують за формою цей вид фехтування до умов дуельного поєдинку.

Для фехтування на шпагах характерні два основних моменти:

- 1) правила дозволяють наносити укол у будь-яке місце противника (крім потилиці);
- 2) відсутність у правилах бою критерію тактичної правоти.

Питання – хто раніше доторкнеться противника вістрям шпаги – єдина турбота фехтувальника на шпагах, яка визначає усю тактику ведення бою. Випередження уколу підноситься у вищий критерій. Укол противника, нанесений всього на 1/20 секунди пізніше уколу атакуючого, вже не фіксується апаратом.

Бажання бійця на шпагах випередити противника на абстрагований від реальної бойової практики відрізок часу призводить до деякого спрощення технічного репертуару – використання уколів прямо.

Тактичною альтернативою “голового випередження” є спроба своїм уколом затримати або зовсім відсторонити укол противника з допомогою опозиції. Обопільні уколи призводять до того, що боєць, який має перевагу у рахунку, прямує до обопільних уколів. Бій на шпагах проходить у частих спробах вразити уколом руку, на фоні яких бійці здійснюють глибокі виходи в атаки на віддалені частини поверхні ураження (тулуб, нога). Приводом та початком для глибоких атак є взятий захист від спроби противника завдати укол в руку. Основним засобом оборони в бою на шпагах є контратака, яка призводить до широкого використання атак другого наміру. Відповіді у цих атаках, як правило, набувають характер розвинутої атаки у відповідь кидком, в якій взятий захист переходить у захват і укол з опозицією. Особливо велике місце у фехтуванні на шпагах займають здвоєні уколи (ремізи).

Багато великих майстрів-фехтувальників при обороні використовують не захист з контрвідповіддю, а здвоєні уколи з опозицією. Яскраво виражена у фехтуванні боротьба за мізерне за часом випередження надає виключне значення відчуттю бою, швидкісній орієнтації, яка тут у значній мірі носить характер простої

рухової реакції. Цією обставиною пояснюється менша стійкість результатів у шпажистів в порівнянні з іншими фехтувальниками.

З цього виходить, що для шпажистів головне – це вибір моменту початку дії, а потім дія на випередження. При невдачі в атаці йому не треба міняти характер дій і переключатися на прийняття захисту. Він може виконати повторну дію з метою випередження атаки у відповідь суперника. У цьому випадку докладна оцінка часових характеристик у діях суперника скоріше призведе до виграшу, ніж швидке переключення з одних дій на інші.

При дослідженні якостей особистості спортсменів виявлено, що фехтувальників на шпагах відрізняє агресивність та напористість у змагальній боротьбі, деяка схильність до незалежності у поглядах і діях. Однак ця особиста риса виявлена у шпажистів в меншій мірі, ніж у рапіристів і шаблїстів. Фехтувальники на шпагах є емоційними у змагальній боротьбі, в результаті чого не завжди успішно керують своєю поведінкою у стресових ситуаціях. Недовірливі та стримані. Як правило, стримані у своїх діях. У змаганнях цілеспрямовані. Найбільш замкнуті серед усіх фехтувальників, більш прості і безпосередні при оцінці суспільних явищ. Це дає підстави для більшої впевненості у своїх здібностях вирішувати конкретні життєві і змагальні проблеми. Вимагають підтримки тренера і товаришів, інакше можуть знизити ефективність своєї діяльності.

5. Основи оптимізації підготовки шпажистів

На відміну від правил фехтування на рапірах і шаблях у фехтуванні на шпагах немає обмежень стосовно поверхні ураження – наносити уколи можна у будь-яку частину тіла, крім потилиці. Відсутня також тактична правота. Достатньо випередити суперника на 1/24 секунди, щоб апарат зафіксував нанесення уколу однією стороною, що автоматично приводить до блокування електричного ланцюга другої сторони. Уколи, нанесені одночасно, зараховуються обом шпажистам. Як бачимо, вільний вибір місця нанесення уколу, часу виконання бойової дії має

створити своєрідну методику підготовки шпажиста, відмінну від інших видів фехтування.

Суть фехтування на шпагах – це боротьба за виграш часу, незалежно від ефективності або складності попередніх дій. Якщо рапірист має завжди пам'ятати про тактичну правоту, то шпажисту необхідно у першу чергу прорахувати корисність того чи іншого завершального руху з точки зору електроапарату.

Час, на протязі якого наноситься укол, тісно пов'язаний з місцем, куди направлене вістря шпаги. Тому у шпажиста повинно бути високорозвинутим просторово-часове сприйняття.

Підготовка фехтувальників у цьому виді зброї складається з двох компонентів.

Перший – здібність достеменно точно атакувати та захищатися, відбивати, захватити зброю суперника, володіти легкістю та варіативністю пересування на доріжці.

Другий – вміння орієнтуватися у просторі та часі при нанесенні уколів.

Оптимізацію фехтування на шпагах можна розглядати у тенденції пристосування дій, з самого початку скерованих на випередження зброї суперника. Бійці цього стилю мають орієнтуватися не на схему широкого діапазону технічних дій, розробки складних зав'язок, а на дії зненацька, які руйнують складну логіку фехтування. Розуміючи логіку дій спортсмена, який фехтує у класичній манері, треба будувати бій всупереч цій логіці, вміло використовуючи зручні для спортсмена представлення про стійку, дистанцію, ламану лінію бою. Як приклад може служити фехтувальний центр у Таубербишофсхаймі під керівництвом тренера Є. Бека. Лозунг тренера – раціоналізм та творчість правильним є те, що дає результат.

Зупинимось на деяких техніко-тактичних аспектах.

В плані пересування слід віддати перевагу швидким крокам-стрибкам, які дозволяють спортсмену у будь-який момент відійти назад або вийти в атаку “стрілою”. Тим самим складаються передумови для дії з незручних положень, які руйнують традиційну логіку бойових дій. Крім того, у новій ситуації борець середнього зросту може конкурувати з високим фехтувальником. Слід звернути

увагу на швидкість пересування, часту зміну дистанції бою, маневреність бою. Особлива увага приділяється положенню руки. Поряд з класичним положенням руки у шостій лінії, слід вміти забирати руку та ширше використовувати інші позиції. Забирання руки призводить до різкого зниження уколів в неї, а також зменшення атаки з дією на зброю.

У технічному арсеналі шпажиста велике значення відіграє проста атака. Шпажисти стали частіше вибирати не ближню частину поверхні ураження, а тулуб і вирішують це завдання у значній мірі за рахунок простих атак. Говорячи про прості атаки, слід пам'ятати, що у сучасному поєдинку на шпагах це – лише фінальна частина, яка завершує велику підготовчу роботу.

Велике значення у шпажному фехтуванні слід приділяти контратаці. Але я хочу підкреслити вміння чергувати контратаки з добре поставленими захистами.

Особливу увагу слід приділити повторенням та повторним атакам. Збільшуючи кількість повторень, спортсмен має вміти добре захищатись після їх виконання. Вміння спортсмена наносити повторення у різні сектори та після виконання атак стає ефективним способом нанесення уколів.

Серед захистів, які використовують шпажисти, основну вагу слід приділити б; 4; 2, які в основному перекривають усі лінії для нанесення уколу противником.

З тактичної сторони особливе значення має формування тактичного мислення фехтувальника-шпажиста.

На першому місці іде вивчення прийому з аналізом вірогідних варіантів його пристосування в різних ситуаціях бою. На другому етапі проходить закріплення дій під час роботи в парах. Наступними етапами в освоєнні бойової дії буде включення її в учбові та тренувальні бої, а потім і у змагальну діяльність.

Особливе місце у формуванні тактичного мислення займає фехтувальний бій та наступний його аналіз. Однак тренер не повинен орієнтуватися на те, що всі учні зможуть правильно тактику проведеного бою і свої дії у ньому.

Важливе місце у формуванні тактичного мислення займає процес взаємодії тренера та спортсмена під час змагальних боїв. На практиці можна спостерігати різні варіанти поведінки як тренера, так і спортсмена. Є тренери, які пригнічують

ініціативу спортсмена, постійно вносять свою корекцію у дії фехтувальника на доріжці і є спортсмени, які не визнають будь-якого втручання у творчий процес поєдинку. Це є крайнощі.

На перший план висуваються дії тренера, направлені на виведення спортсмена на рефлексивний аналіз поєдинку. Можливі конкретні рекомендації по тактичній побудові бою. Як правило, малоефективними є поради з виконання будь-яких загальних настанов типу: зберись, точніше коли, збери пальці тощо.

У боях у найбільш концентрованій формі проявляються різнохарактерні вимоги до спортсмена, близькі до обставин офіційних змагань.

Особливе місце у підготовці шпажистів займає ведення вільних боїв з установкою вести різноманітне технічне та тактичне єдиноборство з противником без фіксування переможця. Відсутність підрахунку отриманих та нанесених уколів становить вільний психологічний фон поведінки спортсмена, дозволяє концентрувати увагу на технічній, тактичній, вольовій стороні дій.

Велике значення у розширенні репертуару шпажиста відіграють наступні конкретні завдання: нанесення уколів у конкретний сектор, виконання потрібної кількості уколів у відповідь (після захистів), використання ухилів.

Має значення і підбір партнерів для вирішення у боях тренувальних завдань. Поєдинок зі слабшим за класом шпажистом відкриває можливості для контролю за техніко-тактичними деталями бойових дій, швидкістю та точністю реакцій. У тренувальних боях з сильнішим за майстерністю противником увагу необхідно зберігати в основному на тактичне, вольове єдиноборство.

Бої також можуть бути: 1. На значну кількість уколів (3x5, 10x10); 2. З дефіцитом часу; 3. На кінці доріжки; 4. Бої з вибуванням; 5. Бої на 1 укол.

Слід звернути увагу на кількість боїв на протязі тренувального заняття.

Можна вважати, що тенденція пошуку та формування бойової підготовки виключно швидких, гостро відчуваючих бій спортсменів буде протиставлятися стратегії фундаментальної та специфічної підготовки шпажистів на підставі вдосконаленої техніки і нового уявлення про розвиток тактичного мислення.

Рекомендована література

Основна:

1. Аркадьев В. Тактика в фехтовании / В. Аркадьев. – Москва : Физкультура и спорт, 1969.
2. Парамонов С. Подготовка шпажиста / Парамонов С. В. – Киев : Здоров'я, 1986. – 136 с.
3. Фехтование : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. Д. А Тышлера. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – 332 с.
4. Турецкий Б. В. Поединок фехтовальщиков / Б. В. Турецкий. – Киев : Здоров'я, 1985.

Допоміжна:

5. Бріскін Ю. Диференціація техніко-тактичної підготовки фехтувальників на шпагах з урахуванням способів управління зброєю / Бріскін Юрій, Смирновський Сергій, Пітин Мар'ян // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. – № 2. – С. 27–31.
6. Бріскін Ю. Обґрунтування програми диференціації техніко-тактичної підготовки фехтувальників на шпагах з урахуванням способів управління зброєю / Юрій Бріскін, Сергій Смирновський, Мар'ян Пітин // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – Івано-Франківськ, 2017. – Вип. 25/26. – С. 30–35.
7. Бріскін Ю. А. Системне оцінювання готовності спортсмена до оптимального рішення в конфліктній ситуації змагального двобою / Ю. А. Бріскін // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 1998. – № 1. – С. 3–4.
8. Бріскін Ю. Техніко-тактичні дії фехтувальників-шпажистів високої кваліфікації в умовах змагальної діяльності / Бріскін Юрій, Смирновський Сергій, Семеряк Зоряна // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 3. – С. 18 – 21.
9. Запорожанов В. А. Контроль в спортивной тренировке / Запорожанов В. А. – Киев : Здоровье, 1988. – 144 с.
10. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – Москва : Физкультура и спорт, 1966. – 200 с.
11. Інноваційні засоби підготовки спортсменів у фехтуванні : монографія / Бріскін Ю. А., Задорожна О. Р., Пітин М. П. [та ін.]. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 282 с.
12. Келлер В. С. Тренировка фехтовальщиков / В.С. Келлер, Д.А. Тышлер. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
13. Келлер В. С. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки / В. С. Келлер // Современная система спортивной подготовки : сб. науч. тр. – Москва : СААМ, 1995. – С. 41–50 .
14. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Г. В. Коробейников, Є. Н. Приступа, Л. Г. Коробейнікова, Ю. А. Бріскін. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 312 с.

15. Пристрій для технічної підготовки фехтувальників : патент 87020 Україна : МПК А63В 69/02 (2006.01) / Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Задорожна О. Р., Смирновський С. Б. – № а201311306 ; заявл. 23.09.2013 ; опубл. 27.01.2014, Бюл. № 2.

Інформаційні ресурси інтернет:

16. Електронний каталог ЛДУФК. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/book/index.php>
17. Електронний репозитарій ЛДУФК. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
18. Фехтование : правила соревнований / утв. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 127 с. – Режим доступа: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10144>
19. Improvement of technical and tactical training of qualified women epee fencers / Zoryana Semeryak, Yuriy Briskin, Ivan Karatnyk, Valeriy Melnyk, Viktoria Pasichnyk, Maryan Pityn // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – Suppl. 17, is. 4, art 216. – P. 2116–2122. – Access mode: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10693>
20. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 13(2), art 32. – P. 195 –198. – Access mode: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10459>
21. Pityn M. Theoretical training in fencing: state and prospects of researches / Maryan Pityn, Yuriy Briskin, Olga Zadorozhna // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2012. – № 3. – С. 23 – 28. – Access mode: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10464>
22. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers / Briskin Yuriy, Pityn Maryan, Zadorozhna Olha, Smyrnovsky Serhiy, Semeryak Zoryana // Journal of physical education and sport. – 2014. – Vol. 14, is. 3. – P. 337–341. – Access mode: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10464>