

Целевое обучение уколам для применения в ближнем бою на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки фехтовальщиков-рапиристов

Федоров Владимир Геннадьевич, доктор педагогических наук, профессор

Чурин Виктор Михайлович, кандидат педагогических наук

Деев Андрей Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент

Шаламова Олеся Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент

Борисов Тимофей Игоревич

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Цель исследования – повышение результативности соревновательных поединков юношей в фехтовании на рапирах при акцентированном применении уколов в условиях ближнего боя.

Методы и организация исследования. Оценка результативности реализуемых боевых действий в процессе соревновательных поединков в фехтовании на рапирах осуществлялась методом видеорегистрации с последующей расшифровкой при помощи нотационной записи. Педагогический эксперимент проводился 6 месяцев, группа тренировалась 4 раза в неделю по 4 часа.

Результаты исследования и выводы. Разработаны специализированные задания для реализации в учебно-тренировочном процессе с юношами-рапиристами, направленные на освоение уколов в специфических условиях ближнего боя в ходе защитных и повторных действий, что способствовало повышению результативности фехтовальных поединков.

Ключевые слова: фехтование на рапирах, ближний бой, учебно-тренировочный этап, многолетняя спортивная подготовка

Targeted training in thrusting techniques for close-distance engagement in the long-term preparation of foil fencers

Fedorov Vladimir Gennadevich, doctor of pedagogical sciences, professor

Churin Viktor Mikhailovich, candidate of pedagogical sciences

Deev Andrey Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Shalamova Olesya Viktorovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Borisov Timofey Igorevich

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The purpose of the study is to improve the effectiveness of competitive bouts of young male fencers in foil fencing with an emphasis on the use of thrusts in close combat conditions.

Research methods and organization. The assessment of the effectiveness of the combat actions carried out during competitive foil fencing bouts was conducted using video recording, followed by transcription using notational recording. The pedagogical experiment was conducted over 6 months, with the group training 4 times a week for 4 hours each session.

Research results and conclusions. Specialized exercises have been developed for implementation in the training process with young foil fencers, aimed at mastering thrusts in specific close combat conditions during defensive and repeated actions, which contributed to improving the effectiveness of fencing bouts.

Keywords: foil fencing, close combat, training stage, long-term athletic training

Введение. Современное спортивное фехтование значительно помолодело. Спортсмены юношеского возраста часто принимают участие во Всероссийских соревнованиях среди взрослых фехтовальщиков, при этом юноши чувствуют себя недостаточно уверенно, что вполне естественно, особенно в специфических условиях ближнего боя. Ближний бой в параграфе 5 действующих правил по виду спорта

«фехтование» рассматривается как фрагмент поединка, в рамках которого фехтовальщики могут естественным образом пользоваться своим оружием, а старший судья на поле боя имеет возможность контролировать их действия. Это конкретно предусматривается правилами соревнований, утвержденными приказом Минспорта России от 08.08.2016 № 944 и уточненными в редакции от 14.11.2025.

В данном контексте результативность поединка во многом определяется качественным исполнением уколов, технике которых уделяется самое пристальное внимание. Так, развивая данную проблематику, говорится об определенной трансформации техники нанесения уколов в фехтовании на рапирах [1], целенаправленно исследуются факторы, активно влияющие на точность уколов в процессе фехтовальных поединков на рапирах [2], предметно разрабатывается методика совершенствования точности уколов у фехтовальщиков-рапиристов на этапе спортивной специализации [3], в том числе в рамках специализированной подготовки фехтовальщиков в годичном цикле тренировки [4].

В этом ряду исследований обособленно отмечается, что в условиях ближнего боя, когда дистанция критическая и, чтобы избежать столкновения с соперником, то есть предотвратить непосредственную остановку боя, зачастую проблематично нанесение уколов общепринятым способом. При этом эффективность достигается целенаправленным применением в соревновательных поединках уколов повышенной сложности у фехтовальщиков высокой квалификации, реализуемых на существенно ограниченных в пространстве дистанциях [5].

Для результативного выполнения приема необходимо непрерывно и одновременно направлять острие оружия в цель, меняя положение кисти, что лишает соперника возможности вовремя среагировать. Амплитуда движения в лучезапястном суставе при выполнении укола может быть различной.

При выполнении укола вооруженная рука способна атаковать не только в стандартных плоскостях, но и по диагональной траектории, поражая смежные сектора (как наружный, так и внутренний) в одном движении. Однако при анализе программного материала спортивной подготовки, в частности, по фехтованию на учебно-тренировочном этапе многолетней подготовки, в содержательной части в прямой постановке раздела, посвященного обучению техническим приемам и боевым действиям, не предусматривается обучение нанесению уколов в ситуации ближнего боя, чему и посвящено настоящее исследование.

В данном контексте обосновываются специализированные задания, реализуемые в процессе учебно-тренировочных занятий, направленные на применение уколов фехтовальщиками-рапиристами в специфических условиях ближнего боя. Это позволяет формировать способность к эффективному ведению соревновательного поединка на ближней и сверхближней дистанции, а также повышает результативность ответных действий.

Цель исследования – повышение результативности соревновательных поединков юношей в фехтовании на рапирах при акцентированном применении уколов в условиях ближнего боя.

Методика и организация исследования. В процессе исследования реализовывалось педагогическое наблюдение, предусматривающее получение информации об используемых средствах ведения фехтовального поединка в условиях сорев-

нований юношами-рапиристами, а именно: атаки, защиты-ответы, контратаки, ремизы. В качестве метрологических критериев были приняты объем (V%) и результативность (R%) применяемых боевых действий. При этом основным показателем считалась доля уколов, выполняемых в специфических условиях ближнего боя. Для анализа соревновательных боев использовались два метода: видеозапись и графическая нотационная запись.

В ходе наблюдений с января по май 2025 года просмотрено свыше 78 поединков на соревнованиях, включенных в официальный календарь РСОО «Федерация фехтования Санкт-Петербург».

Главная задача педагогического эксперимента определялась тем, что специализированные задания для освоения уколов, применяемых в ближнем бою и включенных в учебно-тренировочный процесс, будут способствовать формированию у занимающихся навыков результативных действий в экстремальных условиях фехтовального поединка.

Эксперимент проводился на базе ДЮСШ по легкой атлетике и фехтованию Выборгского района города Санкт-Петербурга. Экспериментальная группа состояла из 12 фехтовальщиков-рапиристов (возраст – 14-15 лет, спортивная квалификация – 1 разряд и КМС). Учебно-тренировочные занятия проводились 4 раза в неделю по 4 часа. Исследование проходило с 10 января 2025 г. по 1 июня 2025 г.

В содержание учебно-тренировочных занятий внедрены специализированные задания, целенаправленно обеспечивающие обучение юношей-рапиристов успешно действовать в ситуации ближнего боя.

В подготовительной части учебно-тренировочного занятия акцентировалось внимание на работе с использованием подсобных снарядов (мишеней), где реализовывались следующие специализированные задания:

1. Дистанция для нанесения укола прямо с шагом вперед. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища влево (поворачивается к мишени правым боком (для правши)), имитирует взятие 1 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

2. Дистанция для нанесения укола прямо с шагом вперед. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища вправо (поворачивается к мишени левым боком (для правши)), имитирует взятие 5 защиты (согнув кисть в лучезапястном суставе так, чтобы клинок оружия был направлен в верхний сектор) и наносит укол углом в мишень снизу вверх. Дозировка: 2-3 минуты.

3. Дистанция для нанесения укола прямо с шагом вперед. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, имитирует взятие 9 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

4. Дистанция средняя. Спортсмен в боевой стойке с выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища влево (поворачивается к мишени правым боком (для правши)), имитирует взятие 1 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

5. Дистанция средняя. Спортсмен в боевой стойке с выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища вправо (поворачивается к мишени левым боком (для правши)), имитирует взятие 5 защиты (согнув кисть в лучезапястном суставе так, чтобы клинок оружия был направлен в верхний сектор) и наносит укол углом в мишень снизу вверх. Дозировка: 2-3 минуты.

6. Дистанция средняя. Спортсмен в боевой стойке с выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, имитирует взятие 9 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

7. Дистанция дальняя. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища влево (поворачивается к мишени правым боком (для правши)), имитирует взятие 1 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

8. Дистанция дальняя. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, совершает поворот туловища вправо (поворачивается к мишени левым боком, имитирует взятие 5 защиты (согнув кисть в лучезапястном суставе так, чтобы клинок оружия был направлен в верхний сектор) и наносит укол углом в мишень снизу вверх. Дозировка: 2-3 минуты.

9. Дистанция дальняя. Спортсмен в боевой стойке с шагом вперед выпадом наносит укол в мишень прямо. Затем, закрываясь вперед, имитирует взятие 9 защиты и наносит укол углом в мишень сверху вниз. Дозировка: 2-3 минуты.

В основной части учебно-тренировочного занятия при совершенствовании технико-тактических действий в индивидуальном уроке применялись следующие специализированные задания, выполняемые с регламентируемыми режимами деятельности (дозы работы и паузы отдыха) [6], учитывая стиль ведения боя спортсменами [7]:

1. Дистанция средняя. Спортсмен: позиция 6. Тренер: позиция 8. Спортсмен атакует прямо в верхний внутренний сектор с выпадом. Тренер берет 4 защиту с шагом назад и дает ответ одной рукой. Спортсмен, закрываясь вперед, совершает поворот туловища влево (поворачивается к тренеру правым боком (для правши)), берет 1 защиту и наносит укол тренеру углом сверху вниз, изменяя угол в лучезапястном суставе. Дозировка: 3-5 минут.

2. То же из маневрирования. Инициатива у спортсмена. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 5-7 минут.

3. Дистанция дальняя. Тренер: позиция 8. Спортсмен: позиция 6. Тренер с шагом вперед выполняет обман прямо. Спортсмен с выпадом выполняет перехват в 4. Тренер выполняет 4 защиту. Спортсмен, закрываясь вперед, совершает поворот туловища влево (поворачиваясь к тренеру правым боком (для правши)), берет 1 защиту и наносит укол углом сверху вниз, изменяя угол в лучезапястном суставе. Дозировка: 5-7 минут.

4. То же из маневрирования. Инициатива у тренера. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 5 минут.

5. Дистанция средняя. Спортсмен: позиция 6. Тренер: позиция 7. Спортсмен атакует прямо в верхний внутренний сектор с выпадом. Тренер берет 4 защиту с шагом назад и дает ответ одной рукой. Спортсмен, закрываясь вперед, совершает поворот туловища вправо (поворачивается к тренеру левым боком (для правши)), берет 5 защиту и наносит укол тренеру углом снизу вверх, изменяя угол в лучезапястном суставе. Дозировка: 4 минуты.

6. То же из маневрирования. Инициатива у спортсмена. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 4 минуты.

7. Дистанция дальняя. Тренер: позиция 8. Спортсмен: позиция 6. Тренер с шагом вперед выполняет обман прямо. Спортсмен с выпадом выполняет перехват в 4. Тренер выполняет 4 защиту. Спортсмен, закрываясь вперед, совершает поворот туловища вправо (поворачиваясь к тренеру левым боком (для правши)), берет 5 защиту и наносит укол углом снизу вверх, изменяя угол в лучезапястном суставе. Дозировка: 4 минуты.

8. То же из маневрирования. Инициатива у тренера. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 5 минут.

9. Дистанция средняя. Спортсмен: позиция 6. Тренер: позиция 8. Спортсмен атакует прямо в верхний внутренний сектор с выпадом. Тренер берет 4 защиту с шагом назад и дает ответ одной рукой. Спортсмен, закрываясь вперед, выполняет 9 защиту и наносит укол, изменяя угол в лучезапястном суставе вооруженной руки в верхний внутренний сектор сверху вниз. Дозировка: 5 минут.

10. То же из маневрирования. Инициатива у спортсмена. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 4 минуты.

11. Дистанция дальняя. Тренер: позиция 8. Спортсмен: позиция 6. Тренер с шагом вперед выполняет обман прямо. Спортсмен с выпадом выполняет перехват в 4. Тренер выполняет 4 защиту. Спортсмен, закрываясь вперед, выполняет 9 защиту и наносит укол, меняя угол в лучезапястном суставе вооруженной руки в верхний внутренний сектор сверху вниз. Дозировка: 5 минут.

12. То же из маневрирования. Инициатива у спортсмена. Выбирает момент и начинает упражнение. Дозировка: 4 минуты.

Результаты исследования. Педагогический эксперимент проводился в рамках подготовки фехтовальщиков-рапиристов 14-15 лет (n=12) к соревнованиям: турнирам по календарю РСОО «Федерация фехтования Санкт-Петербург» и Первенству России (г. Тула, 23.05.2025).

В течение шести месяцев в тренировочный процесс спортсменов внедрялись специализированные задания, направленные на освоение техники выполнения и применения в бою уколов в ситуации ближнего боя. Эффективность методики оценивалась путём анализа показателей объёма (V) и результативности (R) главных боевых действий, а также применения сложных уколов в специфических условиях ближнего боя.

Результаты исследований объёма и результативности применяемых технико-тактических действий в процессе соревновательных поединков (табл. 1) и реализации уколов в условиях ближнего боя (табл. 2) оценивались в процессе контрольных соревнований:

в начале эксперимента (февраль 2025 г.) – Чемпионат СЗФО и турнир «Звездный старт»;

по окончании (май 2025 г.) – турнир «Белые ночи» и Первенство России среди юниоров до 24 лет.

Анализируя показатели объёма и результативности применения технико-тактических действий спортсменами экспериментальной группы в условиях соревновательного поединка, можно констатировать, что объёмы атак и защитно-ответ-

ных действий достоверно уменьшились: с $V=52,11\%$ до $V=48,92\%$ и соответственно с $V=25,34\%$ до $V=22,43\%$ при $P<0,05$. Их результативность достоверно увеличилась: с $R=45,25\%$ до $R=54,72\%$ и соответственно с $R=37,64\%$ до $R=46,66\%$ при $P<0,05$.

Таблица 1 – Показатели объема и результативности технико-тактических действий фехтовальщиков-рапиристов 14-15 лет в процессе соревновательных поединков (%)

Боевые действия	Объем (V)		Достоверность различий (p)	Результативность (R)		Достоверность различий (p)
	Среднее значение (M)			Среднее значение (M)		
	Показатели эксперимента			Показатели эксперимента		
	До	После		До	После	
Атаки	52,11	48,92	$p<0,05$	45,25	54,72	$p<0,05$
Защитно-ответные действия	25,34	22,43	$p<0,05$	37,64	46,66	$p<0,05$
Контратаки	13,09	18,19	$p<0,05$	43,11	47,27	$p<0,05$
Ремизы	9,86	10,86	$p>0,05$	26,11	26,49	$p>0,05$

Полученные данные свидетельствуют о более рациональном использовании технических приемов, что проявилось в повышении эффективности защитно-ответных и подготовительных действий в атаках при существенном снижении их общего объема.

Результативность контратакующих действий показала статистически значимое изменение в сторону улучшения при увеличении объема их применения с $V=13,09\%$ до $V=18,19\%$ при $P<0,05$. При этом в повторных действиях достоверных различий не выявлено.

Таблица 2 – Показатели объема и результативности уколов, применяемых в специфических условиях ближнего боя фехтовальщиками-рапиристами 14-15 лет, в процессе соревновательных поединков (%)

Результативность уколов, применяемых в ближнем бою						
Боевые действия	Объем (V)		Достоверность различий (p)	Результативность (R)		Достоверность различий (p)
	Среднее значение (M)			Среднее значение (M)		
	Показатели эксперимента			Показатели эксперимента		
	До	После		До	После	
Атаки	8,61	13,92	$p<0,05$	40,07	49,38	$p<0,05$
Защитно-ответные действия	31,34	40,43	$p<0,05$	40,46	52,45	$p<0,05$
Контратаки	7,29	9,49	$p<0,05$	33,25	47,47	$p<0,05$
Ремизы	3,86	4,11	$p>0,05$	31,11	31,22	$p>0,05$

Следует отметить, что с целенаправленным применением уколов в ближнем бою достоверно увеличилось ($p<0,05$) в трёх из четырёх типов реализации боевых действий, а именно: в атаках (с $V=8,61\%$ до $13,92\%$, $R=40,07\%$ до $49,38\%$), в защитно-ответных действиях (с $V=31,34\%$ до $40,43\%$, $R=40,46\%$ до $52,45\%$). В контратаках также наблюдается положительная динамика по двум анализируемым показателям (V и R).

Особенно результативными сложные уколы становятся в защитно-ответных действиях – ключевых средствах борьбы в «ближнем бою», когда дистанция

резко сокращается. В то же время, в повторных атаках значимого роста ни в количестве попыток, ни в их эффективности не наблюдается.

Выводы. Применение фехтовальщиком-рапиристом уколов в специфических условиях ближнего боя способствует эффективному решению технико-тактических действий непосредственно в момент атаки, за счёт изменяющегося выведения вооружённой руки и изменения угла сгибания в лучезапястном суставе, что позволяет обойти защиту соперника и нанести укол в неудобную для него область поражаемой поверхности. Это достигается реализацией в учебно-тренировочном процессе специализированных заданий, которые способствуют целенаправленному формированию навыков эффективного ведения боя на ближней и сверхближней дистанции и повышают результативность ответных действий.

Список источников

1. Мовшович А. Д. Трансформация техники нанесения укола в современном фехтовании на рапирах // Психология и педагогика спортивной деятельности. 2023. № 3 (66). С. 37–39. EDN BKTZDW.
2. Мухина Ю. А. Факторы, влияющие на точность укола в фехтовании на рапирах // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры : сб. материалов V Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. Казань, 16–17 февраля 2023 г. Т. 1. Казань : Поволжский гос. ун-т физической культуры, спорта и туризма, 2023. С. 455–458. EDN VCETSO.
3. Дедловская М. В., Золотухина И. А., Мухина Ю. А. Методика совершенствования точности укола фехтовальщиков-рапиристов на этапе спортивной специализации. DOI 10.24412/2305-8404-2024-12-79-87 // Известия Тульского гос. университета. Физическая культура. Спорт. 2024. № 12. С. 79–87. EDN DCXHTC.
4. Шаламова О. В., Фактор Э. А. Специализированная подготовка фехтовальщиков в годичном цикле тренировки // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 24–25 марта 2015 г. Санкт-Петербург, 2015. С. 51. EDN UAOZCD.
5. Шустиков Г. Б., Федоров В. Г., Деев А. В. Применение уколов повышенной сложности в фехтовании на рапирах // Научно-методические проблемы спортивного фехтования : сб. науч. ст. XII Всерос. науч.-практ. конф., Арзамас, 14 апреля 2017 года. Арзамас, 2017. С. 42–49. EDN YKZYKL.
6. Чурин В. М. Определение длительности интервалов отдыха и построение режимов деятельности в индивидуальных уроках с юношами-рапиристами на этапе совершенствования спортивного мастерства // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 7 (185). С. 442–446. EDN BIFJZG.
7. Борисов Т. И., Чурин В. М. Технико-тактическая подготовка фехтовальщиков с учетом индивидуального стиля ведения боя // Теоретические и практические проблемы физической культуры и спорта : материалы Всерос. науч.-практ. конф., Ижевск, 22–24 ноября 2024 г. Ижевск, 2024. С. 284–289. EDN ZFTAEM.

References

1. Movshovich A. D. (2023), "Transformation of injection technique in modern foil fencing", *Psychology and pedagogy of sports activity*, № 3 (66), pp. 37–39.
2. Mukhina Yu. A. (2023), "Factors influencing the accuracy of the injection in foil fencing", *Problems and prospects of physical education, sports training and adaptive physical culture*, V. 1, Kazan, Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism, pp. 455–458.
3. Dedlovskaya M. V., Zolotukhina I. A., Mukhina Yu. A. (2024), "Methodology for improving the accuracy of rapier fencing at the stage of sports specialization", *Izvestiya Tuls'kogo gosudarstvennogo universiteta. Physical Culture. Sport*, No. 12, pp. 79–87, DOI 10.24412/2305-8404-12-79-87.
4. Shalamova O. V., Factor E. A. (2015), "Specialized training of fencers in a one-year training cycle", *Materials of the final scientific and practical conference of the faculty of the P.F. Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg*, March 24–25, 2015, Saint Petersburg, p. 51.
5. Shustikov G. B., Fedorov V. G., Deev A.V. (2017), "The use of injections of increased complexity in foil fencing", *Scientific and methodological problems of sports fencing*, Arzamas, pp. 42–49.
6. Churin V. M. (2020), "Determination of the duration of rest intervals and the construction of activity modes in individual lessons with rapier boys at the stage of improving sports skills", *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, № 7 (185), pp. 442–446.
7. Borisov T. I., Churin V. M. (2024), "Technical and tactical training of fencers, taking into account the individual style of combat", *Theoretical and practical problems of physical culture and sports*, Izhevsk, pp. 284–289.

Информация об авторах: **Федоров В. Г.**, профессор кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, SPIN-код: 8506-7881. **Чурин В. М.**, доцент кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, SPIN-код: 1922-0973. **Деев А.В.**, доцент кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, SPIN-код: 4100-8596. **Шаламова О. В.**, заведующий кафедрой теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, SPIN-код: 1727-2480. **Борисов Т.И.**, ассистент кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, SPIN-код: 6383-2498. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 26.01.2026. Принята к публикации 19.02.2026.