



Мероприятие в рамках  
общеуниверситетской  
научной сессии

Дни науки  
МГПУ-2024

ИСПО им. К.Д. Ушинского  
колледж им. С. Я. Маршака

г. Москва,  
ул. Б. Академическая, 77а, стр. 1

27 марта

## *Мастер – класс:* «Спочан – современная технология физического воспитания студентов»



На мастер-классе  
участники познакомятся с  
данним видом спорта,  
особенностями  
организации и проведения  
элементов данной  
дисциплины в рамках  
физической культуры.



**Боевые искусства** —огромный пласт мировой культуры, важный источник гражданского воспитания и приобщения к вечным ценностям человечества—вобрали в себя мудрость тысячелетий. Это та сила, которая способна внести большой и позитивный вклад в оздоровление студенческой молодежи, улучшая их физическое развитие, укрепляя самооборону и повышая физическую культуру

<https://www.iprbookshop.ru/16398.html>

Стандарт

**ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ  
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ  
ПО ВИДУ СПОРТА**

**ВОСТОЧНОЕ БОЕВОЕ ЕДИНОБОРСТВО**



Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «восточное боевое единоборство»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22 декабря 2015 г. №1225/. — Саратов: Вузовское образование, 2019. — 29 с. — ISBN 978-5-4487-0560-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87540.html>

В настоящее время восточные единоборства всё более значительное влияние оказывают на повседневную жизнь современного человека в виде занятий в физкультурно-спортивных группах, участия в спортивных соревнованиях, а также выполнения лечебных гимнастик, оздоровительных и прикладных систем самозащиты для людей разного возраста.



Борисова М.М., Ашхотов А.В. "МИРНЫЙ" БОЙ

Обруч. Образование: ребенок и ученик. 2014. № 3. С. 40-42.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=21744068>

**Спочан — это безопасное фехтование.**

Спорт чанбара (Спочан) — один из видов восточных единоборств, созданный в Японии в 1970-х годах на основе самурайского поединка. Чанбара — это фехтование на безопасных аналогах холодного оружия: кинжалах, коротких и длинных, двуручных и парных мечах, шестах, алебардах и копьях. **Само слово Чанбара на японском языке означает звон ударов мечей.**



Спочан — единственный вид восточных единоборств, в котором с любого возраста и при любом уровне подготовки можно принимать участие в соревнованиях различного уровня — от районных турниров до Чемпионата мира (Токио).



*Бажанов А. С., Сайфуллина А. М.* Современный мечевой бой как эффективный метод развития координационных способностей школьников // Студенческая наука и XXI век. 2021. Т. 18. № 1-2(21). С. 33–35.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=48119799>

*Бажанов А. С.* Современный мечевой бой как средство приобщения молодого поколения к истории и спорту // Студенческая наука и XXI век. 2019. Т. 16. № 1-2(18). С. 210–212. 2. <https://elibrary.ru/item.asp?id=45795843>

В статье представлена информация о современном виде спортивного единоборства - спортивному мечевому бою с использованием безопасного вооружения, который призван формировать потребность в здоровом образе жизни, осуществлять гармоничное развитие личности, способствовать физическому совершенствованию. В боевых искусствах на сегодняшний день отсутствуют соревновательные аналоги современного мечевого боя, что позволяет говорить о его уникальности.



Историю своего происхождения СМБ берет с древнейших времен, когда воины сражались на мечах. Культура поединка один на один получила особый толчок в развитии в эпоху Средневековья. В эпоху Развитого средневековья начали появляться первые манускрипты и авторские книги о технике боя на мечах Талхоффера, Майера, Лихтенауэра и многих других. Традиции мечевого боя сохранялись и дошли до наших дней, получив спортивную направленность». <https://elibrary.ru/item.asp?id=45795843>

*Дубатовкин В. И.* Практическое применение физических упражнений для подготовки к скоростно-силовым нагрузкам спортсменов современного мечаевого боя // Современные здоровьесберегающие технологии. 2021. № 4. С. 43–47.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=46445815>

<https://elibrary.ru/item.asp?id=47276690>



Увлечённость молодёжи спортом является залогом их психического и физического здоровья, высокого качества их жизни, а так же благосостояния. Все вышеперечисленные аспекты без сомнения благотворно влияют на здоровье и благосостояние нации в целом. Одним из вариантов спортивных дисциплин положительно влияющих на физическое состояние увлечённых спортсменов и любителей является - современный мечаевого боя, клубы которого были объединены Федерацией Современного Мечаевого Боя России ОСФОО ФСМБР, основанной в 2014 году Марией Давыдовой



*Мальцев И. В., Афонина Л. Е., Урженко Н. В.* Техничко-тактические приемы в современном мечевом бое // Проблемы развития физ. культуры и спорта в новом тысячелетии. 2015. Т. 1. С. 86–88.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=23148369>

Современный мечевой бой (СМБ, фехтование на безопасных мечах) представляет собой единоборство спортсменов, использующих «рубящую» технику средневековым клинковым оружием, при этом применяющих безопасный спортивный инвентарь, изготовленный из мягких полимерных материалов – «спортивный меч» и «спортивный щит». СМБ способствует физическому и интеллектуальному развитию обучающегося, совершенствованию его двигательной активности и формированию здорового образа жизни. <https://elibrary.ru/item.asp?id=23148369>



Анализ традиционного обучения восточным единоборствам дает возможность утверждать, что оно способствует гармоничному развитию духовных и физических качеств учащихся, создаёт условия для применения знаний и умений в обеспечении безопасности жизнедеятельности. Использование в традиционном обучении современных образовательных технологий значительно повышает эффективность занятий в восточных единоборствах, что создаёт условия для воспитания у спортсменов специальных психофизических качеств, их подготовки к аттестации на технический уровень и участию в спортивных мероприятиях.

<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20263200>



*Ефин А.А.* ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАСТЕР-КЛАССОВ ПО MSF «HARD» В сборнике: Физическая культура и спорт: современные тенденции, актуальные проблемы и перспективы развития. Материалы Межвузовской научно-практической конференции, посвященной 30-летию создания (факультета) института физической культуры, спорта и здоровья МПГУ. Москва, 2022. С. 77-80.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=53743597>

MSF «Hard» - это относительно новая номинация в Современном Мечевом Бое, изначально предназначенная для подготовки юношей к состязаниям в Историческом Средневековом Бое (ИСБ). Однако за 3 года после появления данной номинации было замечено, что спортсмены не умеют грамотно использовать технику кикбоксинга, ММА и современного меча в данной номинации, что говорит об отсутствии модели технико-тактической подготовки спортсменов. Данную проблему можно решить путём проведения мастер классов по MSF «Hard», по результатам которых будет построена экспериментальная технико-тактическая модель подготовки. Цель данной статьи заключается в разработке и апробации плана-конспекта мастер-класса по MSF «Hard» с учётом требований к подготовке тренировочного занятия в студенческой спортивной секции и необходимостью ознакомить студентов с правилами, техникой и особенностями ведения боя в номинации MSF «Hard» Современного меча в бою. <https://elibrary.ru/item.asp?id=53743597>



# Список литературы:

1. Борисова М.М., Ашхотов А.В. **"МИРНЫЙ" БОЙ** Обруч. Образование: ребенок и ученик. 2014. № 3. С. 40-42. <https://elibrary.ru/item.asp?id=21744068>
2. Борисова М.М. **ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ** В сборнике: Здоровьесберегающие технологии в современном образовании. Материалы III Всероссийской студенческой научно-практической конференции. Екатеринбург, 2020. С. 44-49. <https://elibrary.ru/item.asp?id=44490709>
3. Бажанов А. С. Современный мечевой бой как средство приобщения молодого поколения к истории и спорту // Студенческая наука и XXI век. 2019. Т. 16. № 1-2(18). С. 210–212. 2. <https://elibrary.ru/item.asp?id=45795843>
4. Бажанов А. С., Сайфуллина А. М. Современный мечевой бой как эффективный метод развития координационных способностей школьников // Студенческая наука и XXI век. 2021. Т. 18. № 1-2(21). С. 33–35. <https://elibrary.ru/item.asp?id=48119799>
5. Дубатовкин В. И. Практическое применение физических упражнений для подготовки к скоростно-силовым нагрузкам спортсменов современного мечевого боя // Современные здоровьесберегающие технологии. 2021. № 4. С. 43–47. <https://elibrary.ru/item.asp?id=46445815>  
<https://elibrary.ru/item.asp?id=47276690>
6. Мальцев И. В., Афонина Л. Е., Урженко Н. В. Техничко-тактические приемы в современном мечевом бое // Проблемы развития физ. культуры и спорта в новом тысячелетии. 2015. Т. 1. С. 86–88. <https://elibrary.ru/item.asp?id=23148369>
7. Мальцев И. В. Современный мечевой бой – безопасное единоборство для детей и молодежи // Физ. культура, здравоохранение и образование: материалы IX Междунар. науч.-практ. конф., посвященной памяти В. С. Пирусского / под ред. проф. В. Г. Шилько. Томск: ООО «СТТ», 2015. С. 245–247. <https://elibrary.ru/item.asp?id=24847409>
8. Давыдова М.В. **СОВРЕМЕННЫЙ МЕЧЕВОЙ БОЙ КАК ВЫСОКО МОТИВИРУЮЩИЙ И ПАТРИОТИЧЕСКИЙ ВИД ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ЕДИНОБОРСТВ** В сборнике: Современные технологии в физическом воспитании и спорте. Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Тула, 2023. С. 47-55. <https://elibrary.ru/item.asp?id=55863284>

# Список литературы:

9. Юников Н.Н., Егорычева Е.В. **СОВРЕМЕННЫЙ МЕЧЕВОЙ БОЙ КАК ВИД СПОРТА, РЕКРЕАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ** В сборнике: НАУКА СЕГОДНЯ: ФАКТЫ, ТЕНДЕНЦИИ, ПРОГНОЗЫ. материалы международной научно-практической конференции. Научный центр «Диспут». 2017. С. 75-77. <https://elibrary.ru/item.asp?id=29734370>
10. Ефин А.А. **ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАСТЕР-КЛАССОВ ПО MSF «HARD»** В сборнике: Физическая культура и спорт: современные тенденции, актуальные проблемы и перспективы развития. Материалы Межвузовской научно-практической конференции, посвященной 30-летию создания (факультета) института физической культуры, спорта и здоровья МПГУ. Москва, 2022. С. 77-80. <https://elibrary.ru/item.asp?id=53743597>
11. Айбалаев А.Ж., Иманалиев У.К. **ВОСТОЧНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА КАК СРЕДСТВО ПОЗНАНИЯ ВОСТОЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КУЛЬТУР** Вестник физической культуры и спорта. 2018. № 3 (22). С. 122-126. <https://elibrary.ru/item.asp?id=35591957>
12. Николаев П.П., Бабаян К.А., Левченко А.В. **ВОСТОЧНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА: ОСОБЕННОСТИ И ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА** OlymPlus. Гуманитарная версия. 2023. № 2 (17). С. 76-80. <https://elibrary.ru/item.asp?id=54298840>
13. Петрыгин С.Б. **ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ** В сборнике: Модернизация образования: проблемы и перспективы. Материалы XXII Рязанских педагогических чтений, посвящается 100-летию РГУ имени С.А. Есенина. 2015. С. 408-411. <https://elibrary.ru/item.asp?id=23900092>
14. Власова А.А., Савельева О.В. **ВЛИЯНИЕ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА** Скиф. Вопросы студенческой науки. 2019. № 12-1 (40). С. 41-45. <https://elibrary.ru/item.asp?id=42506845>
15. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «восточное боевое единоборство»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22 декабря 2015 г. №1225/. — Саратов: Вузовское образование, 2019. — 29 с. — ISBN 978-5-4487-0560-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87540.html>



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Презентация подготовила библиотекарь отделения  
обслуживания ФБ  
«Колледж им. С.Я. Маршака»  
Тимохина О.Л.

При создании презентации использованы материалы:

- иллюстрации (фото) из учебных и периодических изданий, хранящихся в фонде ФБ МГПУ;
- обложки книг из ЭБС, доступных для читателей МГПУ;

Сайт: <https://sportchanbara.ru/>  
<https://www.mgpu.ru/mgpukomanda/elektiv-fk/>