



## ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЯ ФЕХТОВАНИЕМ ДЕТЕЙ С МАЛОГО ВОЗРАСТА

Бекжанова Шахина Бахрамовна

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7546248>

### ARTICLE INFO

Received: 08<sup>th</sup> January 2023

Accepted: 17<sup>th</sup> January 2023

Online: 18<sup>th</sup> January 2023

### KEY WORDS

Фехтование, секции,  
физическое развитие,  
интеллектуальное  
развитие, скорость реакции,  
креативное мышление.

### ABSTRACT

*В данной статье, раскрыты положительные и отрицательные стороны занятия фехтованием у детей школьного возраста. Обозначены с какими заболеваниями детей лучше не заниматься фехтованием.*

Несомненно все виды спорта полезны для человека любого возраста, но интерес и склонность к определенному спорту формируется именно в раннем возрасте, поэтому очень важно родителям не упустить этот момент. Но перед тем как увлечь ребенка каким-либо видом спорта родители должны изучить возможности своего ребенка, это очень важно, ведь интерес и будущие успехи будут зависеть от правильного выбора.

Различные виды спорта оказывают разное влияние на ребенка, на развитие определенных его качеств и умений.

Согласно статистике фехтование для детей является одним из самых безопасных видов спорта. Фехтование развивает критическое мышление, скорость реакции и дисциплину. В секции малышей берут с 5 лет.

Фехтование благородный и красивый вид спорта. Здесь ребенок почувствует себя настоящим рыцарем и научится терпению и выдержке. Помимо этого малыш поймет, что нужно уважать противника и станет более выносливым.

Из основных плюсов фехтования на шпагах можно выделить:

Положительное влияние на интеллектуальное развитие. Уроки фехтования научат ребенка креативному мышлению, скорости реакции, наблюдательности и анализу. Школьники, занятые в этом спорте показывают отличные результаты в математических и компьютерных науках, ведь они могут не только анализировать, но и быстро просчитывать и прогнозировать исход схватки;

Положительное влияние на физическое развитие. Фехтование относится к не травмоопасным видам спорта. Более того, тренировки благоприятно скажутся на физическом развитии крохи, ведь это прекрасные кардио нагрузки, тренировка дыхательной системы и укрепление нервной системы. Также этот вид спорта позволит укрепить иммунитет и предотвратить развитие глазных болезней.



Один из главных минусов этого вида спорта – неравномерная нагрузка. Как и теннис для детей, фехтование считается одноруким спортом, вследствие чего может развиваться искривление позвоночника или неправильное формирование фигуры. Опытные тренеры, не допускают таких отклонений, давая дополнительную нагрузку на мышцы, не задействованные в поединках.

Также из минусов можно выделить серьезные психологические нагрузки во время тренировок. Ребенок должен быть внимателен и сконцентрирован, поэтому после занятий ему нужен полноценный отдых.

В целом же занятия фехтованием – это отличный способ вырастить ребенка стрессоустойчивым, целеустремленным и уравновешенным человеком.

Занятия фехтованием начинаются с изучения азов. Именно этот этап является залогом безопасности в будущем. Первые занятия – это становление шага, обучение обращению с оружием, изучение техники безопасности и оттачивание техники удара. Если этот этап обучения будет упущен, с большой вероятностью ребенок не сможет достичь результатов в спорте, и может столкнуться с серьезными травмами.

Также для обеспечения безопасности детей перед записью в секцию необходимо пройти медицинское обследование.

В фехтование не рекомендуется отдавать детей со следующими проблемами:

- Болезни глаз;
- Болезни опорно-двигательного аппарата;
- Болезни суставов;
- Астма;
- Психические заболевания.

Помимо консультации терапевта, родителям следует подумать и об оформлении спортивной страховки. Спортивная страховка для фехтования ребенку потребуется для допуска к любым состязаниям, а также позволит получить материальную компенсацию при получении травмы.

Тем самым можно сделать вывод, что фехтование поистине очень полезное занятие для детей малого возраста. Но для полной безопасности ребенка, эти требуют большой чуткости как от тренера, так и от родителей. Перечисленные выше недостатки при занятиях фехтованием у детей, должны быть предотвращены.

## References:

1. Значение, задачи и условия физического воспитания // Физическое воспитание детей дошкольного возраста / Под ред. В. И. Ядэшко и Ф. А. Сохина. — М. : Просвещение, 1978. — (Дошкольная педагогика).
2. Усов И. Н. Здоровый ребёнок : справочник педиатра. — 2-е изд. — Минск: Беларусь, 1994