

Ю.Т. Хозиков

Фехтование

**В помощь тренерам и инструкторам-
общественникам**

Москва
«Книга по Требованию»

УДК 796
ББК 75.5
Ю11

Ю11 **Ю.Т. Хозиков**
Фехтование: В помощь тренерам и инструкторам-общественникам / Ю.Т. Хозиков – М.: Книга по Требованию, 2023. – 81 с.

ISBN 978-5-458-26182-1

Книга заслуженного мастера спорта Ю.Т. Хозикова 1956 года, содержащая описание базовых элементов, некоторых атак и учебно-тренировочного процесса в фехтовании рапирой, саблей и штыком, 81 стр., много иллюстраций.

ISBN 978-5-458-26182-1

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2023
© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2023

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

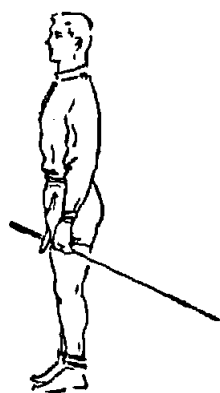


Рис. 4. Строевая стойка рапириста

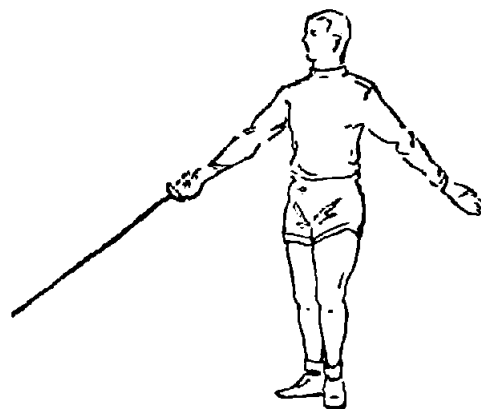


Рис. 5. Исходное положение

серединной правой стопы, а левое—над носком левой стопы. Тяжесть тела распределяется равномерно на обе ноги. Носок правой ноги обращен вперед, а левой — влево, то есть стопы находятся под прямым углом одна к другой. Туловище вертикально и обращено правым боком к противнику. Вооруженная рука полусогнута, локоть находится против правого бока и отстоит от него на длину кисти. Ступни обеих ног плотно прижаты к полу. Острие рапиры на уровне и против правого глаза (рис. 6). Команда для выполнения: «К бою — ГОТОВЬСЬ!».

Характерные ошибки. Неравномерное распределение тяжести тела на обе ноги (отягощение одной из них). Излишне широкая или узкая стойка. Слишком большое сгибание и, наоборот, недостаточное сгибание вооруженной руки. Скованность и напряженность. Неправильное положение ступней ног: носок правой ноги не обращен точно вперед, а несколько вправо-кнаружи или влево-вовнутрь, пятка левой стопы оторвана от пола, обе ступни находятся не на «боевой линии», а вне ее.

Положение «вольно» с оружием применяется в обучении для кратковременного отдыха (рис. 7). Команда для выполнения: «ВОЛЬНО!».

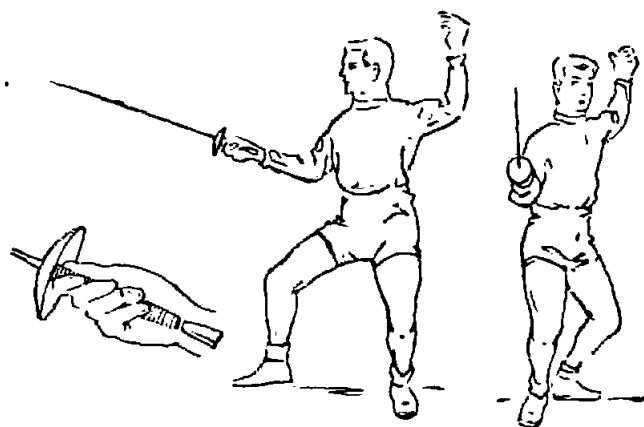


Рис. 6. Боевая стойка

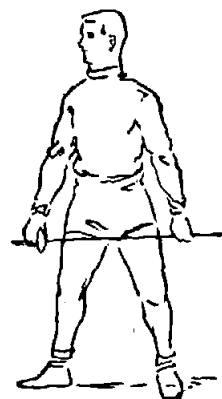


Рис. 7. Положение «вольно» с оружием

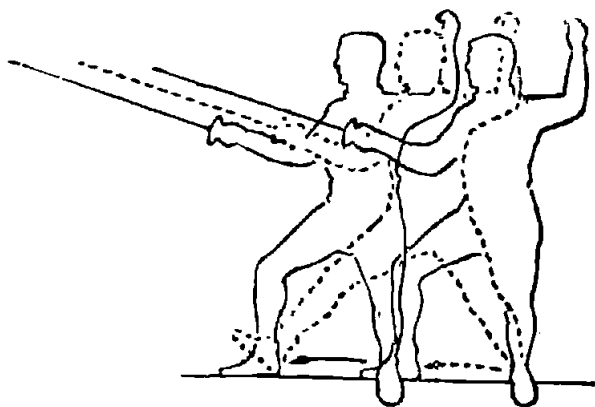


Рис. 8. Шаг вперед

левая нога (рис. 8); шаг назад выполняется в обратной последовательности: сперва назад на длину одной ступни отставляется левая нога, а затем на такое же расстояние переставляется назад правая нога. Двойной шаг вперед состоит из последовательных шагов левой и правой ногой. Левая нога становится немного впереди правой, сохраняя носок повернутым влево. Затем правая нога выносится вперед на такое же расстояние (рис. 9), двойной шаг назад выполняется так же, как и двойной шаг вперед, но в обратной последовательности: сперва правая нога ставится позади левой ноги, сохраняя носок обращенным вперед, а затем левая нога, сохраняя носок развернутым влево, переставляется на такое же расстояние за правую ногу. Основные требования при выполнении шагов вперед и назад: сохранение в результате передвижения правильного расстояния между ногами, отсутствие колебания туловища и нарушения в положении боевой стойки. Скачок вперед выполняется как и шаг вперед, но настолько резко, что фехтующий на мгновение оказывается летящим вперед. При соединении скачка вперед с выпадом правая нога, приземляясь, только слегка касается передней части ступни пола и сразу выносится в выпад. Скачок назад выполняется как двойной шаг назад, но так же резко, как и скачок вперед. При-

Передвижения. Все виды передвижений применяются в целях изменения дистанции между противниками. Передвижения могут производиться вперед и назад. Существуют следующие виды передвижений: шаг вперед — правая нога выставляется вперед на длину ступни и становится сначала на пятку, а потом и на всю ступню, одновременно на такое же расстояние переставляется вперед и

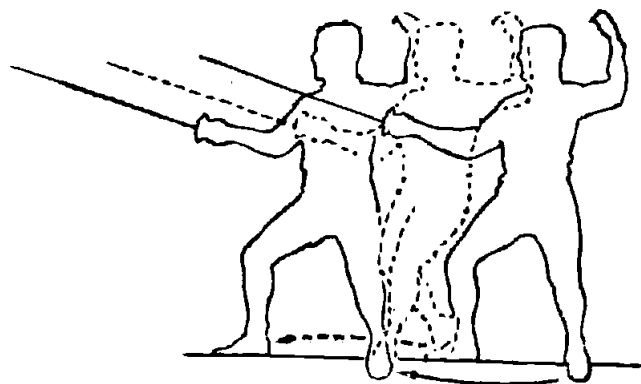


Рис. 9. Двойной шаг вперед

земление осуществляется вначале на правую, а затем на левую ногу. Возможно приземление и одновременно на обе ноги. Команды для выполнения передвижений: «Шаг (двойной шаг, скачок) ВПЕРЕД (НАЗАД)!».

Характерные ошибки. Нарушение при передвижении положения боевой стойки: значительное изменение ее ширины и глубины, недостаточные мягкость и легкость передвижений; значительное

изменение положения оружия — нарушение типовых позиций.

Позиции — это положения оружия, закрывающие один из секторов поражаемого пространства и представляющие конечные положения соответствующих защит. Позиции также могут применяться в целях вызова противника на определенное действие. Всего позиций восемь. Из них в начальное обучение входят четыре: шестая, которая в то же время является основной боевой стойкой (рис. 6); четвертая, седьмая и восьмая (рис. 10). Шестая позиция закрывает верхний наружный сектор; четвертая — верхний внутренний; восьмая — нижний наружный и седьмая — нижний внутренний. Команда для принятия и перемены позиций: «В четвертую (вторую и т. д.) позицию — ЗАКРОИСЬ!».

Характерные ошибки. Нарушение при перемене позиций установленных границ по вертикали (высоко или низко) и по горизонтали (излишне широко); сильное сжимание рукоятки оружия взамен свободного и мягкого держания.

Атака уколом прямо без выпада. При этой атаке основным является выпрямление вооруженной руки при уколе и отчетливое нанесение укола острием, с прогибом клинка вверх. Укол наносится прямолинейно в открытый сектор, в конечном положении укола кисть находится на высоте плеча, острие рапиры — чуть ниже (рис. 11). Команда для выполнения: «Прямо без выпада — КОЛИ!».

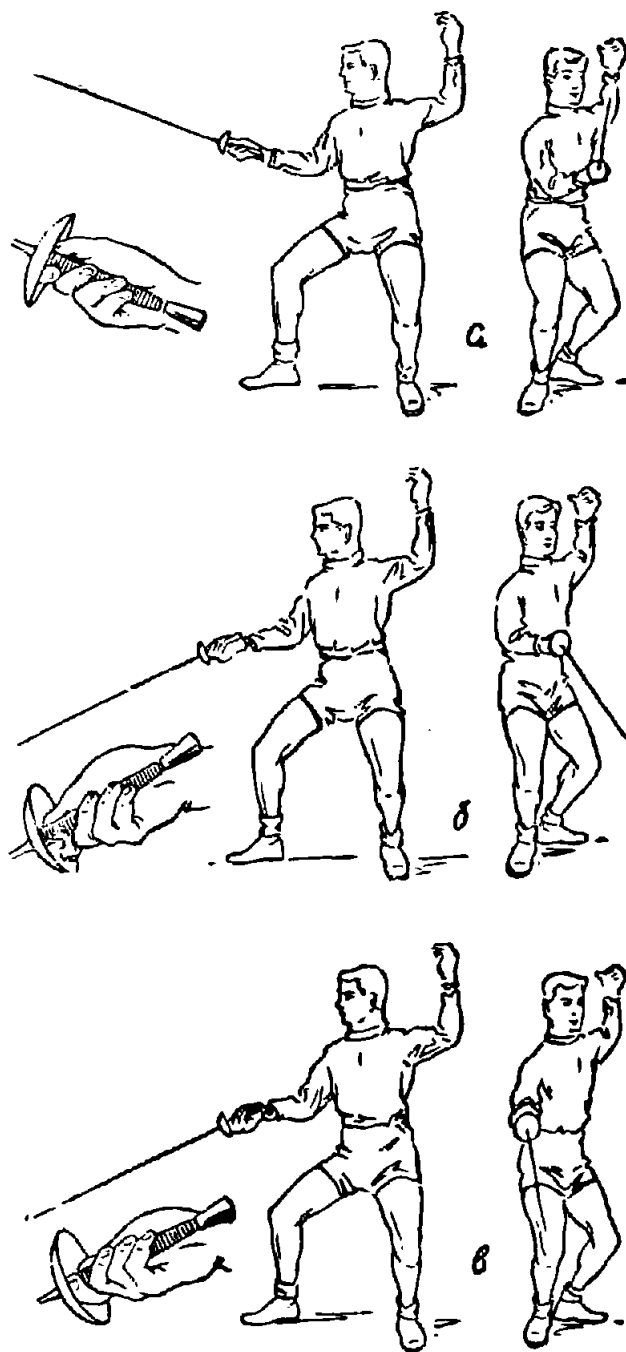


Рис. 10. Фехтовальные позиции: а) четвертая; б) седьмая; в) восьмая

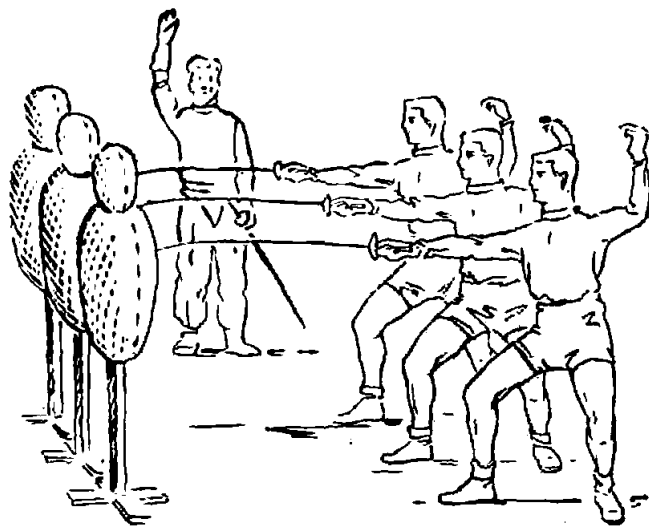


Рис. 11. Укол прямо без выпада (момент из группового одностороннего обучения); выполнение укола по сигналу тренера

Характерные ошибки. Наклон корпуса вперед и выпрямление ног. Несточное нанесение укола, напряжение плеча вооруженной руки.

Атака уколом прямо с выпадом выполняется так же, как и предыдущая, но сопровождается выпадом. Одновременно с вытягиванием в сторону укола вооруженной руки, резким разгибанием левой ноги в коленном суставе и выносом правой ноги вперед производится выпад. В положении выпада левая нога полностью выпрямлена и опирается о пол всей ступней, правая нога в коленном суставе согнута и образует прямой угол. Стремительности выпада помогает разгибание и отмах назад левой руки (рис. 12). Команда для выполнения: «Прямо—КОЛИ!» Возвращение назад в боевую стойку осуществляется перестановкой правой ноги назад при активном сгибании левой. Вооруженная рука сгибается и занимает положение одной из позиций. Левая рука сгибается в локте, помогая этим всему движению. При возвращении в боевую стойку вперед правая нога остается на месте, а левая переставляется вперед.

Команда для возвращения из выпада в боевую стойку: «ЗАКРОЙСЬ! (вперед ЗАКРОЙСЬ!)».

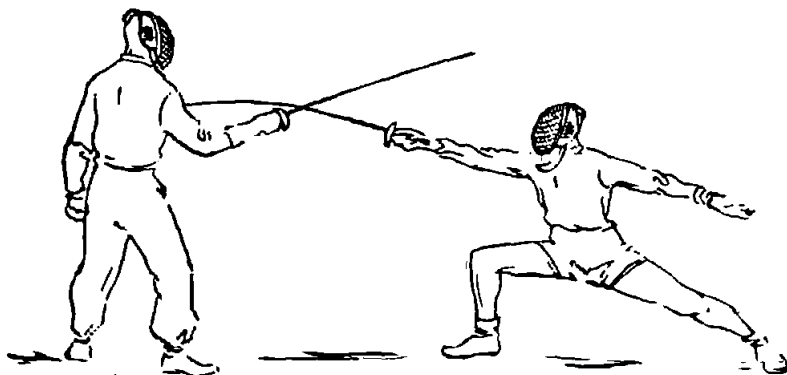


Рис. 12. Укол прямо с выпадом (момент из индивидуального урока)

Характерные ошибки. Недостаточно активное разгибание коленного сустава левой ноги при выпаде; неправильный выпад — недостаточно горизонтальное положение бедра правой ноги, высокое положение таза, отсутствие прямого угла в правом коленном суставе; неполное выпрямление левой ноги; отрыв ее ступни от пола в конечной фазе выпада; запоздалое вытягивание вооруженной руки; излишний наклон туловища вперед с отягощением правой ноги; неполное выпрямление и движение назад левой руки. При возвращении в боевую стойку: замедленное и недостаточно активное сгибание левой ноги; отсутствие отталкивания правой ногой; задержка туловища впереди; замедленное сгибание вооруженной руки и принятие ею неправильного положения в одной из позиций; задержка в сгибании левой руки; нарушение правильного расстояния между ногами при боевой стойке; неправильная постановка ступней ног: смещение их с «боевой линии», отрыв пятки левой ноги от пола, смещение правого носка, напряжение плеча вооруженной руки.

Атака уколom с переводом применяется, когда оружие и рука противника преграждают путь прямому уколу. При выполнении этой атаки из верхних позиций оружие противника обводят снизу и рапиру посылают виброобразно вперед — из нижних позиций оружие обводят сверху. Наиболее широко применимы уколы с переводом из верхних позиций. Команда для выполнения: «Переводом — КОЛИ!» (рис. 13).

Характерные ошибки. Перевод выполняется широко без продвижения острия вперед; напряжение плеча с участием в действии не только пальцев и кисти, но и всей руки.

Атака уколom с переносом применяется в тех же случаях, что и атака уколom переводом, но если противник держит рапиру острием ниже обычного. Перенос осуществляется пальцами и отчасти кистью с незначительным сгибанием руки в локте, причем при переносе из шестой позиции большую роль будет играть кисть (допускается некоторое сгибание руки в локте); при переносе из четвертой позиции в его выполнении участвуют одни пальцы. Клинок рапиры переносится сверху острия клинка против-

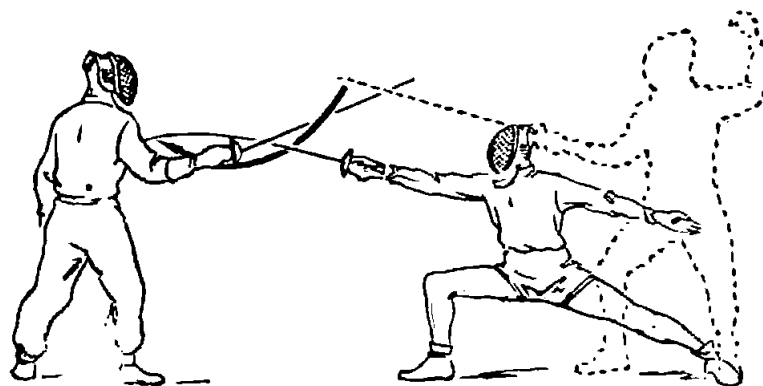


Рис. 13. Атака уколom с переводом (момент из индивидуального урока)

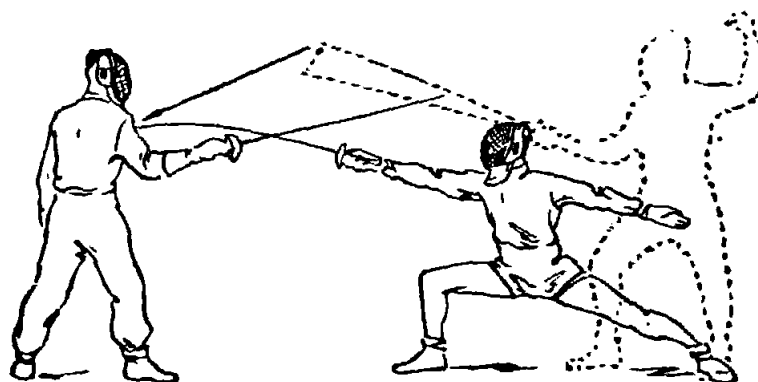


Рис. 14. Атака уколом с переносом (момент из индивидуального урока)

ника, возможно уже — ближе к его клинку. Само движение переноса должно быть с направлением острия вперед (рис. 14). Команда для выполнения: «Переносом — КОЛИ!».

Характерные ошибки. Движение переноса производится широко; перенос осуществляется «всей рукой» без использования пальцев и кисти; рука значительно сгибается в локте.

Повторная атака применяется, если противник не принимает атаку и отступает назад. Нападающий из боевой стойки делает выпад; затем в момент отхода противника принимает боевую стойку вперед и повторяет атаку с выпадом. Команда для выполнения: «Прямо коли, — вперед закройсь — КОЛИ!».

Характерные ошибки. Замедленный уход в боевую стойку вперед; задержка в повторении атаки; плохое выполнение выпада.

Атака броском применяется с дальней дистанции. Движение сходно со взятием низкого старта. Начальное движение вперед сообщается толчком обеих ног. Первой отрывается от пола и выносятся вперед левая нога, правая одновременно разгибается и продвигает тело вперед. Укол наносится до постановки левой ноги на гол. Движение вперед прекращается несколькими тормозящими шагами (рис. 15). Команда для выполнения: «Атака броском прямо (переводом) — КОЛИ!».

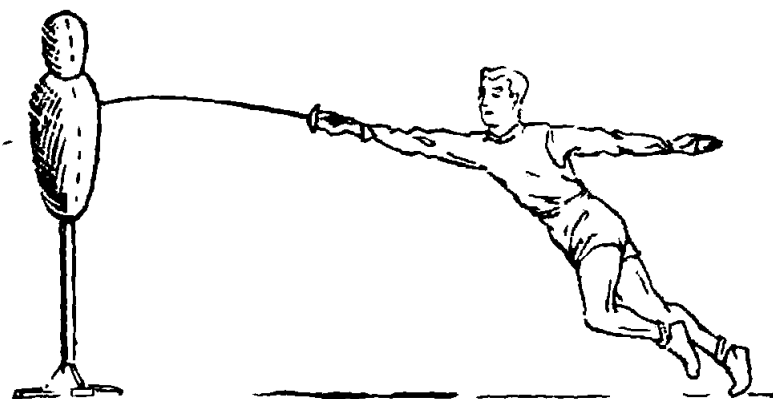


Рис. 15. Атака броском (момент самостоятельной тренировки с использованием чучела)

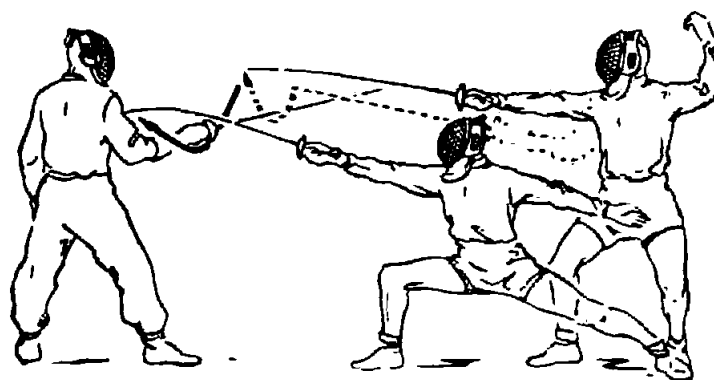


Рис. 16. Сложная атака — обман укола переводом в верхний внутренний сектор — укол переводом в верхний наружный сектор (момент из индивидуального урока)

Характерные ошибки. Запоздалое нанесение укола (одновременно или после приземления левой ноги); выполнение атаки грудью вперед, а не боком; недостаточный толчок обеими ногами; отсутствие торможения атаки после нанесения укола и значительное пробегание вперед.

Сложная атака применяется в целях вызова противника обманным действием на защиту для того, чтобы нанести ему с ускорением укол в открываемый сектор. На рис. 16 показан обманный укол переводом в верхний внутренний сектор и укол вторым переводом в верхний наружный сектор. Сложные атаки могут состоять из различных сочетаний обманов с уколами в различные секторы. При начальном обучении дается только общее представление о сложных атаках. Команда для выполнения — «обман переводом — переводом — КОЛИ!». .

Характерные ошибки. Обман и укол выполняются с одинаковой скоростью; движение рапиры при уколе шире обманного перевода; обман недостаточно убедителен.

Для отражения наступательных действий противника применяются защиты. Каждая защита сходна с позицией и также закрывает: шестая — верхний наружный сектор, четвертая — верхний внутренний сектор, восьмая — нижний наружный сектор и седьмая — нижний внутренний сектор (рис. 17). Защиты выполняются сильной частью клинка. В выполнении защит участвуют лучезапястный сустав и пальцы с одновременным перемещением кисти в сторону защиты: при шестой защите вправо-вверх — пальцами вверх, при четвертой —

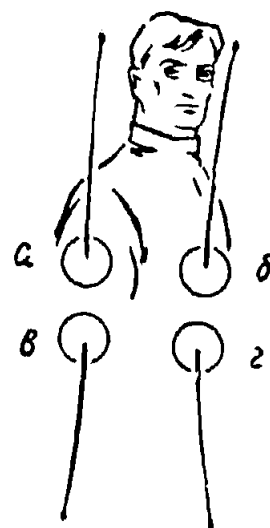


Рис. 17. Общая схема положений рапиры при защитах: а) при шестой защите, б) при четвертой защите, в) при восьмой защите, г) при седьмой защите

влево на той же высоте с пальцами влево (большой палец обращен вверх), при восьмой защите, вправо-вниз, пальцы обращены кверху, и при седьмой защите влево-вниз пальцы также обращены вверх. При выполнении верхних защит (6 и 4) и нижних защит (8 и 7) кисть остается почти на одной и той же высоте, незначительно смещаясь вверх или вниз. В последний момент защиты при соприкосновении с клинком противника пальцы, держащие рукоятку, на мгновение сжимаются, чем обеспечивается необходимое отталкивание оружия противника. Команда для выполнения: «Шестой — ЗАКРОЙСЬ!», «Четвертой — ЗАКРОЙСЬ!» и т. д. Рапира из одной защиты в другую перемещается по прямому, полукруговому и круговому направлениям (рис. 18).

Характерные ошибки. Те же, что и при взятии позиций; отсутствие фиксации защиты сжиманием пальцев; перемещение клинка не в установленных направлениях, а широким движением острия; изме-

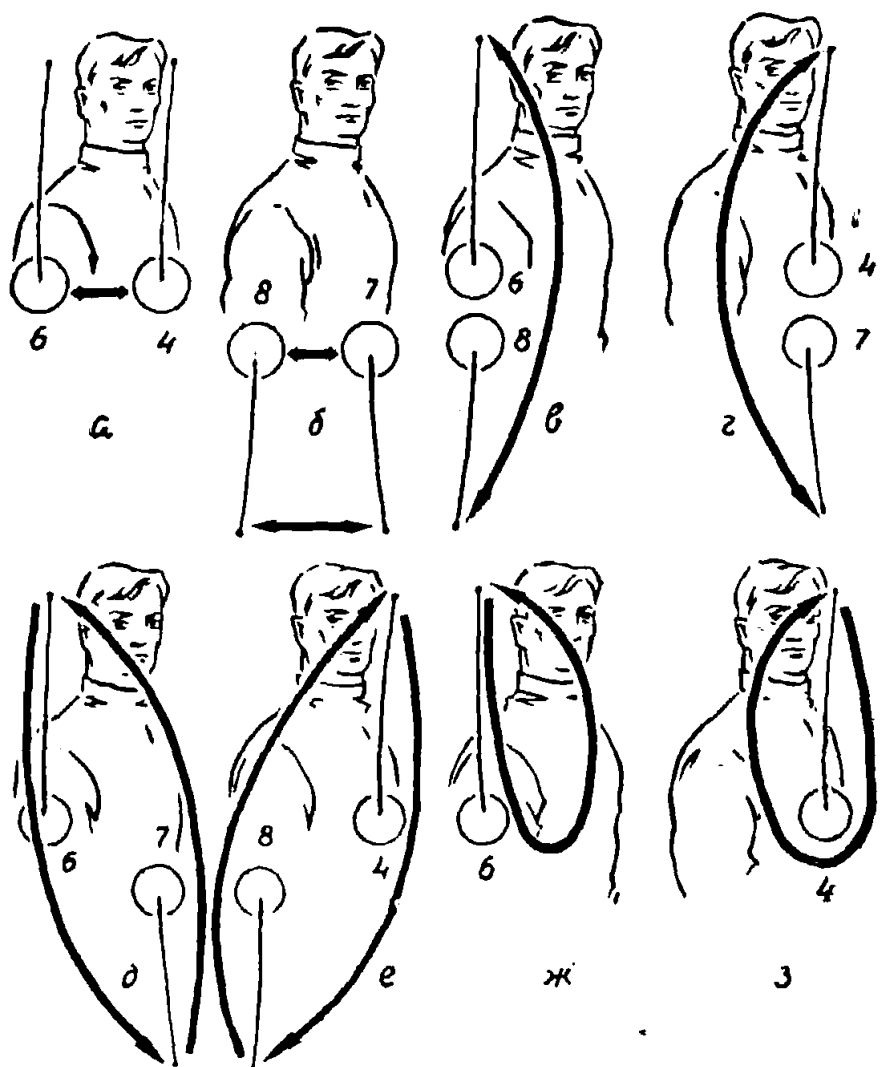


Рис. 18. Перемещение рапиры из одной защиты в другую — «путь острия»: а, б) при прямых защитах; в, г, д, е) при полукруговых; ж, з) при круговых

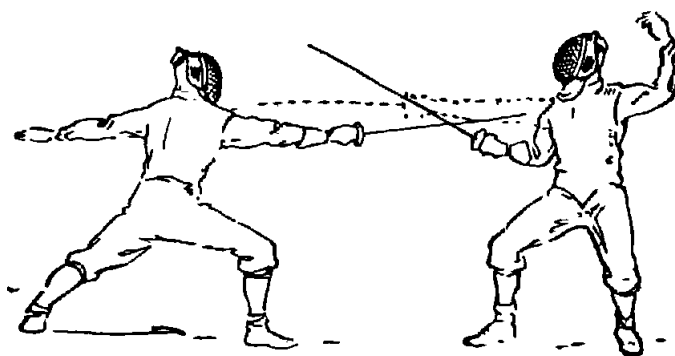


Рис. 19. Ответный укол прямо после четвертой защиты (момент из взаимопражнений.—«контров»)

нение в положении туловища (отклонение назад); выпрямление и изменение в положении ног при взятии защиты.

Ответные действия. Каждую защиту после отражения укола должен сопровождать немедленный ответный укол. Так же как и при атаке, ответные уколы могут наноситься прямо, переводом и переносом, и, в зависимости от дистанции, без выпада или с выпадом. На рис. 19 показан ответный укол после четвертой защиты. Разновидностью ответного укола является контрответ — ответ после отраженного ответа противника. Как при ответах, так и при контрответах в нанесении укола участвует только одна вооруженная рука. Корпус, левая рука и ноги при этом полностью сохраняют свое положение в боевой стойке и остаются без изменения.

Характерные ошибки. Задержка в нанесении ответного укола после защиты; смещение кисти после защиты для нанесения ответного укола; наклон вперед корпуса при ответном уколе; нарушение положения боевой стойки — выпрямление ног; отбрасывание назад-сниз левой (невооруженной) руки.

Приемы и действия фехтования на эспадронах

В фехтовании на эспадронах все основные положения: строевая стойка, исходное положение, положение «вольно», передвижения и выпад выполняются так же, как и в фехтовании на рапирах.

Держание эспадрона. Главное требование к держанию эспадрона — мягкость и отсутствие напряжения в руке. Сжимание рукоятки допускается только в момент фиксации удара (укола) или защиты. При держании эспадрона большой палец находится на пинке рукоятки, не доходя до гарды, остальные пальцы охватывают рукоятку с внутренней стороны, прижимая ее к краю ладони у основания мизинца (рис. 20).

Характерные ошибки. Большой палец упирается в гарду; сильное и постоянное сжатие рукоятки пальцами. Держание рукоятки в кулаке».

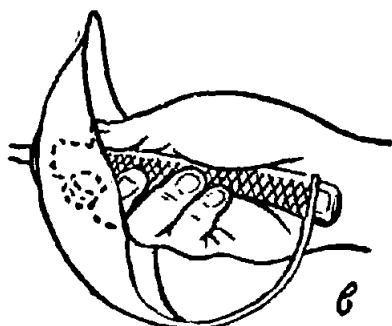
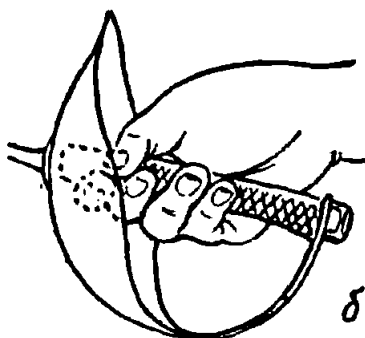
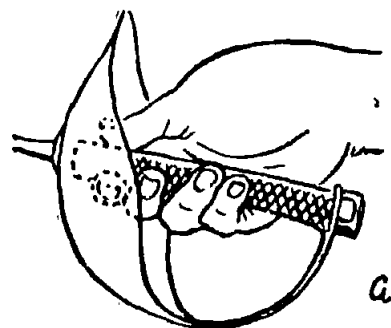


Рис. 20. Держание эспадрона: а) правильное; б, в) неправильное

Направление лезвия клинка. При действии эспадроном (позиции, удары, уколы, защиты и основные положения) клинок должен иметь определенное направление лезвия. Таких направлений шесть: вверх-вправо; вправо; вниз-вправо; вниз; вниз-влево; влево (рис. 21).

Боевая стойка выполняется путем поднятия вооруженной руки вперед и выставления правой ноги на две ступни вперед. В боевой стойке, так же как и при фехтовании на рапирах, ноги сгибаются так, чтобы правое колено находилось над подъемом правой ноги, а левое — над носком левой. Тяжесть тела распределяется равномерно на обе ноги. Носок правой стопы обращен вперед, а левой — влево. Туловище занимает вертикальное положение, вооруженная рука полусогнута, локоть против правого бока. Острие эспадрона на уровне темени и слегка правее головы. Лезвие обращено вниз-вправо (рис. 22). Команда для выполнения: «К бою — ГОТОВЬСЬ!».

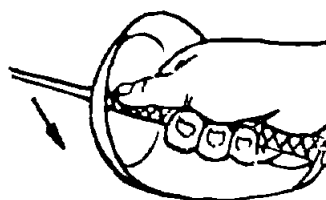
Характерные ошибки. Неравномерное распределение тяжести тела на ноги (отягощение одной из них); излишне широкая



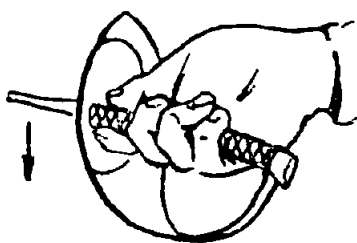
а



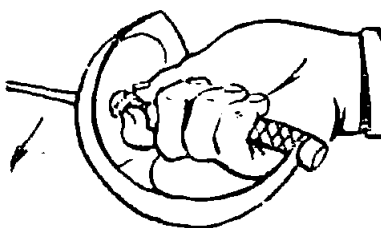
б



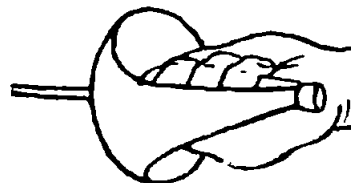
в



г



д



е

Рис. 21. Направление лезвия клинка: а) вверх — вправо; б) вправо; в) вниз — вправо, г) вниз, д) вниз — влево; е) влево