

ФЕХТОВАНИЕ

Фехтование подходит каждому, ведь для того чтобы выиграть не обязательно иметь огромную силу и обладать атлетическим телосложением. Фехтование – это, прежде всего, нестандартное мышление – способность замечать возможность и вовремя воспользоваться ею.

Фехтование уникально тем, что оно не только тренирует все группы мышц, оказывает благотворное, тонизирующее действие на организм, но также развивает интеллект, координацию, выносливость, ловкость и быстроту. Это динамичный и эмоционально насыщенный вид спорта, благодаря которому у спортсмена вырабатывается смелость, и повышается самооценка.

Маленькие спортсмены, регулярно занимающиеся фехтованием, становятся гораздо увереннее в себе. И это вполне закономерно, ведь фехтование – бесконтактное единоборство. Для того чтобы выиграть, спортсмен должен подготовиться не только физически, отлично овладеть техникой, но и психологически настроиться на победу и научиться быстро принимать решения в скоротечном бою. При этом фехтовальщик вполне может допускать промахи без серьезных последствий в отличие от других видов единоборств, где за малейшую ошибку можно получить травму. Это и придает ребенку бодрости и силу духа.

Руководитель: [Батенина Светлана Геннадьевна](#)

Приглашаются дети 7-18 лет.

[Расписание занятий](#)





[Секция Фехтования МОУ "Лицей № 2" г. Оренбург](#)