

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. ХАБАРОВСКА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ВОСХОЖДЕНИЕ»

Принята
на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2021 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор
ДЮЦ «Восхождение»

Зыкова Е.Н.
от «30» августа 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ В ЧИРЛИДИНГЕ»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 6 - 8 лет
Уровень освоения: стартовый
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель программы:
Чикватадзе Александра Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Хабаровск
2021 год

РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность и тип программы - физкультурно-спортивная, направление – чирлидинг, стартовый уровень.

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996).

6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

7. Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Положение о дополнительной общеобразовательной программе, реализуемой в Хабаровском крае (утверждено приказом КГАОУДО «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)» от 26 сентября 2019 г. №383П).

9. Постановление администрации г. Хабаровска от 25.10.2019 г. №3501 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории городского округа «Город Хабаровск».

10. Положение об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ муниципального

автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 21.03.2020 г.

11. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 12.11.2018 г.

Актуальность программы

В настоящее время растет негативная тенденция, связанная с отсутствием заинтересованности дошкольников и школьников в занятиях физическими упражнениями, что способствует снижению их двигательной активности, физической и функциональной подготовленности, что в свою очередь ведет к снижению здоровья детей. Решение этой проблемы направлено главным образом на поиск новых, нетрадиционных направлений и средств проведения занятий с учетом мотивационной сферы занимающихся.

Традиционные подходы к занятиям физической культурой нуждаются в переосмыслении их целей и задач. Федеральный закон «О физической культуре в Российской Федерации» (апрель 1999 г.) создал правовую базу для развития новых, нетрадиционных направлений физкультурно-спортивной деятельности. Программа, построенная на синтезе акробатики, спортивных танцев, аэробики, современных шоу-программ, называется «Cheerleading» (Чирлидинг) и вызывает большой интерес у детей и подростков.

Отличительные особенности программы

Программа «Хореография в чирлидинге» составлена на основе методических материалов ООО «Федерация чир спорта и чирлидинга России» по чирлидингу и правил вида спорта «чир спорт» и корректируется ежегодно в соответствии с правилами чир спорта, кроме того, в основу программы «Чирлидер» легла образовательная программа по хореографии «Грация» (автор Чикватадзе А.А.)

На занятиях учащиеся разучивают основы хореографии, необходимые для выработки правильного положения ног, рук, головы и корпуса, для развития и укрепления мышц тела. Для исполнителей любого жанра хореографии необходимым является наличие растяжки, для чего на занятиях, кроме традиционных упражнений, используются упражнения из йоги.

Кроме того в программу включены авторские методики и упражнения на развитие вестибулярной устойчивости юных чирлидеров, способствующие удержанию равновесия при выполнении танцевальных фигур, комплекс на увеличение растяжки и большое внимание уделяется развитию коммуникативных качеств учащихся, их лидерских способностей.

Педагогическая целесообразность

Регулярные занятия чирлидингом наиболее успешно расширяют задачи начального физического воспитания и закладывают прочные основы для развития физических качеств и способностей. Овладение анализом и синтезом движений тела человека, постепенное усложнение изучаемых движений, возможность использования бесконечных вариаций упражнений позволяют занимающимся чирлидингом наглядно расширять представление

о двигательных возможностях организма. Четкость, выразительность и эмоциональность выполнения упражнений чирлидинга, их техническое совершенствование способствуют эстетическому воспитанию. Чирлидинг является очень интересным, зажигательным видом спорта, что делает его привлекательным для детей в любом возрасте.

Программа направлена не только на развитие у детей мотивации к двигательной активности и совершенствование физических показателей, но и на развитие качеств личности, необходимых для общения в группе (самостоятельности, общительности, эмоциональной устойчивости, высокого самоконтроля, уверенности в себе, адекватной самооценки), и на формирование позитивных норм поведения и основ коммуникативной культуры. Личностные и коммуникативные качества развиваются целенаправленно практически на каждом занятии через беседы, акцентирование внимания и концентрации фокуса в ходе выполнения тренировочных задач.

Адресат программы: 6 – 8 лет. Для начальных занятий чирлидингом не требуются специальные физические данные, поэтому в команды младшей возрастной категории принимаются все желающие в возрасте от 6 до 8 лет, допущенные по медицинским показателям к занятиям спортом. Для занятий необходим допуск врача и письменное разрешение родителей.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю.

Объем и срок освоения программы: 144 часа на 1 год обучения.

Форма обучения: очная.

Формы организации содержания и процесса педагогической деятельности

Занятия проводятся в разновозрастной группе постоянного состава. По правилам вида спорта «Чирлидинг», к категории «младшие дети» относятся дети 6-8 лет и спортсмены для участия в соревнованиях должны достичь установленного возраста в календарный год спортивных соревнований.

На начальном этапе обучения основной упор делается на общую физическую подготовленность, базовые элементы чирлидинга и акробатики, чир-прыжки, станты и пирамиды 1-2 уровня, разрешенные правилами вида спорта «Чир спорт». После освоения программы стартового уровня и достижения соответствующего возраста, учащимся предлагается обучение по программе базового уровня.

Формы организации учебного занятия: тренировка, репетиция, дискуссия, семинар, соревнования, открытое занятие, первенство. На занятиях используются следующие формы: групповые (13 – 15 человек), звеньевые (5 – 6 человек) и бинарные.

Интегрированные и бинарные занятия предусматривают работу 2-х или нескольких педагогов - педагога по хореографии, акробатике и педагога по речи, особенно в репетиционно-постановочный период, что позволяет значительно повысить качество и максимальную насыщенность учебного занятия. Необходимость введения такой формы занятий, обусловлена тем,

что педагог по акробатике следит за точным исполнением спортивных элементов, а педагог по речи отслеживает правильность исполнения кричалок.

Преимственность содержания программы определяется последовательным изложением программного материала по этапам многолетней подготовки.

Вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок в зависимости от этапа подготовки, индивидуальных особенностей чирлидера.

Группа должна постоянно улучшать физическую форму, танцевальное мастерство, навыки общения с публикой. Чирлидинг очень разносторонний и неоднородный вид спорта, спортивная программа (номер) состоит из элементов разного уровня сложности, спортсмены в программе имеют разные роли и функции, что позволяет с успехом задействовать детей с разной подготовкой и разными физическими данными и параметрами.

При необходимости организации дистанционного обучения используются следующие формы организации на электронных платформах обучения: Онлайн тренировки в Skype и Zoom; Викторины и тесты в Google Класс; Выполнения заданий в Whatsapp.

Цель программы: развитие у учащихся физических способностей и интереса к физической активности средствами чирлидинга.

Задачи:

Личностные: сформировать интерес к спортивным и творческим занятиям.

Метапредметные: способствовать формированию навыков коллективной работы.

Предметные: сформировать начальные знания и умения из области физической культуры, спорта и чирлидинга.

Учебный план 1 года обучения

№	Раздел	Теория	Практика	Всего	Форма аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	2	Диагностика
2.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	1	1	2	
3.	Плоскостно-пространственное ориентирование, развитие музыкальности и ритмичности	4	12	16	Зачёт
4.	Базовые элементы чирлидинга	4	16	20	Зачёт
5.	Портерная гимнастика и акробатические и общеразвивающие упражнения	6	14	20	Открытое занятие
6.	Координация движений	4	18	22	Зачёт
7.	Чирь и чанты	2	8	10	Зачёт
8.	Участие в концертных программах. Показательные		10	10	Рефлексия

упражнения (22 часа).

Теория. Изучение работы мышц ног и корпуса при выполнении махов. Проучивание упражнений развивающих выворотность, силу и натянутость ног, рук и корпуса. Разучивание подготовительных упражнений, подводящих к изучению элементов акробатики.

Понятие «Станты». Изучение простейших стантов, специфики работы баз, флаеров, споттеров и кетчеров.

Практика. Поочередное поднятие ног на заданную высоту (45°, 90°). Броски ног (45°, 90°) во всех направлениях (лежа на спине, животе, боку). Упражнения для развития стопы (вытягивание и сокращение стопы) в положении сидя и лежа с поднятием и опусканием ног. Упражнения на растяжку мышц и связок в положении сидя и лежа (с использованием игрового материала), упражнения на равновесие (ласточка, затыжки). Растяжки, полушпагаты, шпагаты.

Координация движений (22 часов).

Теория. Проучивание видов шагов, бега, подскоков. Изучение прыжковых комбинаций. Правила работы мышц спины и корпуса в целом при выполнении перегибов корпуса. Правила выполнения поворотных фигур. Проучивание координационных комбинаций.

Практика. Выполнение проученных видов шагов и бега, подскоков, шаги на полупальцах, элементарные прыжковые комбинации с поворотами. Упражнения на внимание. Перегибы корпуса. Танцевальные комбинации. Поворотные фигуры. Выполнение координационных комбинаций.

Чиры и чанты (10 часов).

Теория. Проучивание Скороговорок. Правила подачи звука. Разучивание Чиров (кричалок) и чантов (повторяющееся слово или словосочетание призывающее зрителей откликнуться)

Практика. Сочинение четверостиший с заданными словами. Отработка Чиров (кричалок) и чантов.

Участие в концертных программах. Показательные выступления. (10 часов)

Практика. Учащиеся регулярно выступают на различных мероприятиях и концертах.

Соревнования, конкурсы, первенства (10 часов).

Уже с первого года обучения воспитанники принимают участие в соревнованиях различного уровня.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (10 часов).

Практика. Беседы об изучаемом и о вспомогательных видах спорта. Просмотр видео материалов. Прослушивание аудио материалов. Беседы с родителями. Тесты и упражнения направленные на формирование уверенности в себе, на позитивное восприятие окружающего мира, на формирование лидерских качеств. Кроме того большое внимание уделяется воспитательной работе и организации досуга детей. Проводятся игры направленные на сплочение коллектива, на взаимовыручку и взаимопонимание. Выходы с детьми на концерты, конкурсы, праздники и т.д.

Проходят дни именинника. Учебно-тренировочные сборы на базе загородных оздоровительных лагерей. Ведется подготовка к соревнованиям.

Репетиционно-постановочная работа (20 часов).

Практика. Ритмические разминки, включающие в себя ритмические, танцевальные движения, движения направленные на развитие координации растяжки. Занятия по акробатике, включающие в себя элементы акробатики, поворотные и прыжковые фигуры, растяжки. Силовые тренировки, на которых уделяется большое внимание укреплению всех групп мышц, укреплению функциональной системы дыхания, растяжкам. Большое внимание уделяется подвижным играм, развивающим координацию движений, быстроту реакции, выносливость и очень положительно сказывается на укреплении иммунитета учащихся.

Итоговое занятие (2 часа). Подведение итогов года, анкетирование, аттестация обучающихся. Составление индивидуальных заданий на лето.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

Личностные: у учащихся сформировано позитивное отношение к занятиям, они осознанно посещают учебные и спортивные занятия (отслеживается по таблице посещаемости).

Метапредметные: дети приобрели навыки коллективной работы со сверстниками в ходе тренировочного процесса

Предметные: улучшились показатели физического развития (уровень физической подготовки отслеживается по диагностическим листам); дети исполняют отдельные танцевальные движения и комбинации движений, знают и выполняют чир-прыжки и базовые элементы чирлидинга.

**РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
1 год обучения**

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Октябрь		Вводное занятие	Беседа - знакомство	2	
		Инструктаж по технике безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Инструктаж	2	
		Входящая диагностика	Сдача нормативов	2	Опрос
		Основные понятия чирлидинга	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
		Положение рук: лук и стрела Положение рук: К	Тренировочное занятие с игровыми	2	Педагогическое наблюдение

			элементами		
		Основные понятия чирлидинга Чир прыжки	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Рефлексия
		Ритм, музыкальность	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
		Ритм, музыкальность	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
		Понятие-Базовые движения Положение рук: л	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		«Давайте дружить»	Беседа	2	Анализ
Ноябрь		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
		Основные положения рук: подсвечник	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Основные положения рук Положение рук: сломанное Т	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Чиры	Работа в группах	2	Анализ
Декабрь		Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Чиры и Чанты	Соревнование	2	Результаты соревнования
		Проучивание шагов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Чиры и Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Отработка Чиров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Марш по кругу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Марш по кругу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Марш по кругу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с	2	Педагогическое наблюдение

			игровыми элементами		
		Перестроения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Перестроения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
		Координация движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Беседа «Мы-чирлидеры!»	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Портерная гимнастика	Игровое занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Портерная гимнастика	Игровое занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Основные положения рук Положение рук: Т	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Положение рук: К Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Питание чирлидера	Обсуждение	2	Анализ
		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		«Мама, папа с праздником!»	Праздник	2	Рефлексия
		Комбинации на развитие	Тренировочное	2	Педагогическое

		координации движений	занятие		наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
		Музыкальность	Круглый стол	2	Анализ
		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Май		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результат соревнований
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результат соревнований
		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Диагностика
		Заключительное занятие	Тренировочное занятие	2	Опрос
		ИТОГО		144	

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Контроль за освоением программы осуществляется:

- входной контроль – вводный опрос и диагностика уровня физического развития;

- промежуточный контроль по итогам первого полугодия (выполнение заданий);
- текущий контроль осуществляется на каждом занятии в процессе выполнения спортивных упражнений путем педагогического наблюдения;
- итоговый контроль – итоговая диагностика уровня физического развития.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: показательные выступления для родителей, участие в массовых, зрелищных мероприятиях, участие в спортивных соревнованиях по чирлидингу, участие в фестивалях.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Проверка *предметных результатов* осуществляется в виде вводного опроса, промежуточного (в конце полугодия) и итогового (апрель - май) контроля знаний и умений обучающихся. Все результаты вносятся в карту мониторинга результатов освоения ДООП (Приложение 1).

Входная диагностика - упражнения для определения начального уровня способностей:

- Прыжок (высота природного или приобретенного прыжка).
- Растяжка (шпагаты, складки).
- Чувство ритма.
- Память (запомнить слова).

Каждый пункт оценивается по как низкий, средний, высокий уровень. (см. Таблица 1).

Программа оценивается как эффективная если:

- В конце первого года обучения 50% учащихся имеют отличный балл, в конце второго года обучения 80% учащихся имеют отличный балл.
- Наблюдается устойчивый интерес к учебным и спортивным занятиям, который отслеживается по таблице посещаемости. В конце второго года обучения пропуски без уважительной причины отсутствуют полностью.
- Наблюдается стабильность состава занимающихся (по результатам внутреннего мониторинга сохранности контингента обучающихся);
- Наблюдается динамика роста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся (внутренний мониторинг достижений обучающихся);
- Наблюдается положительная динамика физических показателей юных спортсменов;
- Имеются положительные результаты участия в соревнованиях.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы обучения по программе:

Индивидуальная работа: самостоятельная работа, индивидуальная тренировка;

Групповая работа: творческие занятия, игровые занятия, мастер-класс и т.д.

Формы занятий: Программа предусматривает организацию детей на занятиях в различных формах: фронтальной, групповой, в парах.

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, звуковоспроизводящая аппаратура, видео аппаратура, аудио и видео материалы, гимнастическая дорожка, гимнастические маты – 2 шт., костюмы концертные - 5 комплектов, помпоны - 8 комплектов. Компьютерная техника с возможностью перехода на элементы электронной формы обучения, сетью Интернет и видеокамерой.

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Чикватадзе Александра Анатольевна.

Педагог имеет высшее педагогическое образование, владеет современными образовательными технологиями и методиками, умеет создать безопасную образовательную среду, обладает специальными личностными качествами и профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления учебно-воспитательной деятельности.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Особенности организации образовательного процесса

Методы обучения

Основные методы, используемые по программе обучения: *наглядные* (исполнения упражнений педагогом и детьми, видеоматериалов, фотографий, иллюстраций, картинок), *словесные* (устное объяснение, беседы и обсуждения выполненных работ), *практические* (наблюдение, игра, соревнования, тестирование, анкетирование, самостоятельная и творческая работа).

В целях эффективности реализации образовательной программы используются современные модификации известных методов (*частично-поискового, проблемно-поискового методов*) и приемов:

– *Создание игровой ситуации* («Придумай кричалку по ситуации», «Создай стант по уровню сложности», «Зажги зрителя!», «Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» и т.д.);

– *Создание проблемной ситуации* («Прими решение в данной ситуации», «Придумай костюм с учетом правил, возрастной категории и особенностей команды»);

– *Эвристическая беседа* («Кто, если не мы!», «Какой он, самый, самый чирлидер»);

– *Задания на совместную деятельность* на решение проблем взаимоотношений со сверстниками, развитие коммуникативных способностей (работа в парах, в тройках, в малых группах по 5 человек);

- Работа в парах по типу «Консультант – репетитор» по пройденным темам;
- *Сравнительный анализ* получившихся стантов проводится в виде конструктивного обсуждения;
- *Чир-разминка* используется как элемент актуализации знаний обучающихся и психологического настроения на работу;
- *Проектный метод* применяется при составлении личного графика соревнований, постановке дебютного репертуара;
- *Метод выбора* применяется при создании костюмов, постановке стантов, подготовке дансов.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология группового взаимодействия, технология дифференцированного обучения, технология игровой деятельности, здоровье сберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

- Разминка;
- Силовая часть;
- Растяжка;
- Прыжковая часть;
- Работа над спортивной программой;
- Заключение;

Учебно-методическое обеспечение

1. Рабочая программа, включающая календарный учебный график.
2. Планы и конспекты занятий, разработки открытых занятий и воспитательных мероприятий.
3. Инструктажи по технике безопасности.
4. Методическая литература: методические рекомендации и пособия по акробатике, пластике, хореографии, режиссуре постановочной деятельности.
5. Методические папки: «Правила вида спорта «Чир спорт», «Правила соревнований по чир спорту» (возрастная категория «Младшие дети»), «Словарь терминов» (по дисциплинам), «Правила безопасности» (по возрастным категориям и дисциплинам).
6. Карточки диагностики спортивной деятельности детей, другие материалы по мониторингу и динамике развития учащихся, контрольно-оценочные материалы.
7. Видео материалы базовых элементов, фото стантов и пирамид, зарисовки спортивных программ.
8. Регистрация на платформах Google Classroom, ZOOM, Skype для онлайн тренировок.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Дубова З.Н. учебно-методическое пособие для начинающих тренеров «Ступени чирлидинга», 2020.
2. Кравченко А.В., Бокарева Е.В. Динамика развития чир спорта (чирлидинга). – Ростов-на-Дону, 2019.
3. Кравченко А.В., Головинская С. Ю., Трофимова А. В., Иванова А.Е. Чирлидинг и чир спорт в рамках программы специальной олимпиады. Специальная олимпиада России, 2019.
4. Поляков С.Д., Хрущев С.В., Корнеева И.Т. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников – М.: Айрис пресс, 2006.
5. Соколова Э. РОО «Федерация черлидерс – группы поддержки спортивных команд»: Черлидинг. Как подготовить команду: Методическое пособие для руководителей групп черлидинга. – М., 2008.
6. Успенская Л.Б. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков – М.: Творческий центр «Сфера», 2005.
7. Учебно-тренировочная программа по черлидингу для детей детско-юношеских спортивных школ «Черлидинг»: утверждена Департаментом физической культуры и спорта г. Москвы. - М., 2010.
8. Цыба А.И.: Черлидинг в высших учебных заведениях – учебное пособие – М., 2010.

Список литературы для детей и родителей

1. Правила соревнований по черлидингу Общероссийской общественной организации «Федерация черлидинга России», Москва, 2011.
2. Вейдер С. Пилатес для идеального пресса. - Перевод с английского: Издательство Феникс, 2007.
3. Виес Ю. Б. Фитнес для всех. – Ростов на Дону: Издательство Интерпрессервис, 2006.
4. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура и здоровый образ жизни. - М.: КНОРУС, 2012.

Интернет-ресурсы

1. Официальный сайт Федерации черлидинга России <http://www.cheerleading.ru/>.
2. Официальный сайт международной федерации черлидинга <http://www.ifc-hdqrs.org/>.
3. Сайт общероссийской танцевальной организации - <http://www.ortodance.ru/>.
4. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации - <http://www.minsport.gov.ru/>.
5. Официальный сайт Министерства спорта и молодежной политики Хабаровского края - <http://www.khabkrai.ru/authorities/ministry>
6. Энциклопедия Кругосвет – <http://www.krugosvet.ru/enc/sport/CHIRLIDING.html>.

ВХОДНАЯ ДИАГНОСТИКА. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ НАЧАЛЬНОГО УРОВНЯ СПОСОБНОСТЕЙ

- Прыжок (высота природного или приобретенного прыжка)
- Растяжка (шпагаты, складки)
- Чувство ритма
- Память (запомнить слова).

После выполнения вычисляется сумма всех баллов и выставляется оценка, где: 47 -68 баллов – отлично

38-46 балл – хорошо

30 -37 баллов – удовлетворительно.

Таблица 1.

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ

№	Критерий и упражнение	Кол-во баллов	Пояснение
1.	Прыжки: Базовый Стредл Так, Пайк, Той тач,	<i>1-5 баллов</i>	Оценивается: подготовка к прыжку, высота прыжка, натянутость ног, рук и корпуса во время прыжка, правильное приземление. Общая оценка вычисляется суммой баллов 21 – 25 отлично 16 – 20 хорошо 11- 15 удовлетворительно
2.	Растяжка: 1. Складка ноги вместе 2. Складка ноги врозь 3. Шпагат продольный правый 4. Шпагат продольный левый 5. Шпагат поперечный	<i>1-5 баллов Плюс мож но заработать 3 дополнительных балла за шпагаты</i>	Оценивается по 5 бальной системе, при этом прогиб в шпагате добавляет дополнительный балл к каждому шпагату. Общая оценка вычисляется суммой баллов 22-28 баллов – отлично 16-21 балл – хорошо 10 -15 баллов - баллов
3.	Кричалка Исполнение кричалки	<i>1-5 баллов</i>	Оценивается подача голоса, умение уверенно и громко исполнять чир и чанты, взаимодействовать со зрителем.
4.	Дансы Исполнение дансов	<i>1-5 баллов</i>	Оценивается знание танцевальных комбинаций, четкое, правильное исполнение, эмоциональная подача, музыкальность исполнения.
5.	Умение работать в команде	<i>1-5 баллов</i>	Оценивается умение договариваться, проявлять инициативу, слушать других

Дается групповое задание: Придумать общую кричалку, данс или стан.		членов команды.
---	--	-----------------

КАРТА МОНИТОРИНГА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДООП

	Дисциплина Фамилия Имя	Прыжки	Растяжка	Кричалка	Дансы	Умение работать в команде	Всего
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							

КАРТА ОТСЛЕЖИВАНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

№	Фамилия Имя	Участие в соревнованиях	Участие в показательных выступлениях	Участие в делах клуба	Примечание	Итого
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						

А- активный
 С – средний показатель
 Н – низкая активность.