УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

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

Принята
на заседании
педагогического совета
от "29" августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор
ДЮЦ «Восхождение»
_____ Зыкова Е.Н.
"29" августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ В ЧИРЛИДИНГЕ»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 8 - 11 лет
Уровень освоения: базовый
Срок реализации программы: 3 года

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

г. Хабаровск
2023 год

РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы - физкультурно-спортивная, направление – чирлидинг, базовый уровень.

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273- ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
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 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».
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 13 марта 2019 г №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996).

10. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2021-2025 годы (Постановление Правительства РФ от 12 ноября 2020г. №2945-р).

11. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 7 декабря 2018 г., протокол №3).

12. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).

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

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 августа 2015 г. №АК-2563/05 «Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

15. 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).

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

17. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 11.02.2022 г.

Актуальность программы

Чирлидинг – инновационная форма в системе воспитательной работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, с пользой для развития личности в условиях дополнительного образования. Чирлидинг - это современный и массовый вид спорта, который соответствует направлению политики Министерства спорта России и пожеланиям президента России о взращивании здорового поколения детей и молодежи. Сегодня это направление в спорте пользуется большой популярностью среди детей и подростков, доступен всем группам здоровья и уровням физической подготовленности обучающихся. Чирлидинг содействует воспитанию волевых и нравственных качеств личности, способствует развитию лидерских качеств и чувства коллективизма.

Федеральный закон «О физической культуре в Российской Федерации» (апрель 1999г. создал правовую базу для развития новых, нетрадиционных направлений физкультурно-спортивной деятельности. Образовательный процесс выстраивается в постоянном взаимодействии с семьями чирлидеров не только на родительских собраниях, но и в контроле за санитарно-гигиеническими навыками, развитием волевой сферы, эмоциональной

поддержкой обучающихся на показательных выступлениях и соревнованиях. Все это определяет чирлидинг как перспективное направление дополнительного образования детей.

Отличительные особенности программы

Программа «Хореография в чирлидинге - Базовый уровень» составлена на основе методических материалов ООО «Федерация чир спорта и чирлидинга России» по чирлидингу и правил вида спорта «чир спорт» для возрастной категории «мальчики и девочки» Всероссийского реестра виров спорта 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.)

Программа, построенная на синтезе акробатики, спортивных танцев, аэробики, йоги современных шоу-программ, называется «Cheerleading» (Чирлидинг) и вызывает большой интерес у детей и подростков.

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.

Формы организации содержания и процесса педагогической деятельности

Содержание программы линейного типа, что определяется последовательным изложением программного материала по этапам многолетней подготовки.

Спортсмены - чирлидеры делятся на команды по возрастному признаку: дети, юниоры и взрослые. На программу «Хореография в чирлидинге - Базовый уровень» записываются учащиеся, прошедшие программу «Хореография в чирлидинге - Начальный уровень», а так же дети

соответствующие возрастной категории 8-11 лет (Мальчики- девочки, согласно ВРВС).

Чирлидинг очень разносторонний, разноплановый 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. Дети, которые пришли на данную программу, но не прошли подготовку по программе «Хореография в чирлидинге - Начальный уровень» зачисляются в группы и имеют свою, отличную от подготовленных детей нагрузку. Педагог на тренировке тщательно дозирует нагрузку для таких детей, и чередует ее с интервалами отдыха, постепенно подводя воспитанников к получению общей нагрузки.

На занятиях используются следующие формы: групповые (12 – 15 человек), звеньевые (5 – 6 человек), интегрированные 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, что обусловлено комплексным подходом к подготовке номеров.

Для высокомотивированных и особо успешных обучающихся имеется возможность посещение занятий по модулю программы «Групповые станты» (Приложение 2).

После освоения программы базового уровня и достижения соответствующего возраста, учащимся предлагается обучение по программе продвинутого уровня.

Адресат программы: 8-11 лет. На программу записываются учащиеся прошедшие обучение по программе стартового уровня «Хореография в чирлидинге» и дети, соответствующие спортивной возрастной категории «мальчики и девочки», пройдя предварительный просмотр и подготовку. Для занятий необходим допуск врача и письменное разрешение родителей. На начальном этапе возможны теоретические занятия.

Объем и срок освоения программы: 774 часов на 3 года обучения.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: 3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 258 часов в год (216 часов в учебном году и 42 часа в летний период).

Форма обучения: очная.

Цель программы: развитие творческого потенциала и физической культуры личности ребенка средствами чирлидинга.

Задачи:

Личностные:

1. Способствовать формированию навыков коллективной работы, коммуникативных, организаторских и лидерских навыков (чувство коллективизма, дисциплинированность, самостоятельность, упорство к достижению целей и т.д.).

Метапредметные:

2. Развить двигательные (мышечная сила, быстрота и др.), психические (ощущения, восприятие, представление, внимание, память и др.), творческие способности (художественный вкус и др.).

Предметные:

3. Углубление знаний из области чирлидинга, совершенствование спортивных навыков.

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.	Разучивание танцевального материала	6	16	22	Показательное выступление
4.	Развитие вестибулярного аппарата, поворотные фигуры	6	14	20	Зачёт
5.	Прыжки	4	18	22	
6.	Базовые элементы чирлидинга	6	30	30	
7.	Координация движений	6	16	22	Открытое занятие
8.	Развитие музыкальности и ритмичности	2	12	14	
9.	Чиры и чанты	2	6	8	Зачёт
10.	Репетиционно-постановочная работа	2	20	22	Пед. наблюдение
11.	Участие в концертных программах. Показательные выступления.		20	20	
12.	Соревнования, конкурсы, первенства		20	20	
13.	Мероприятия учебно-воспитательного характера		10	10	Рефлексия
14.	Итоговое занятие		2	2	Открытое занятие
15.	Летний блок	6	36	42	Рефлексия
	ВСЕГО	42	216	258	

Содержание программы 1 года обучения

Вводное занятие (2 часа).

Теория. Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности, повторение основ безопасного выполнения отдельных элементов и правил поведения на занятиях в целом.

Практика: Обсуждение правил безопасности, моделирование ситуаций.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль (2часа).

Теория: Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание.

Практика. Прохождение медицинских осмотров.

Разучивание танцевального материала (22 часов).

Теория. Изучение новых танцевальных движений, связок, комбинаций. Изучение различных направлений в спортивной хореографии. Проучивание дансов к спортивным и показательным программам.

Практика. Танцевальные движения, комбинации и связки усложняются.

Развитие вестибулярного аппарата, поворотные фигуры (20 часов).

Теория. Проучивание новых поворотных фигур, двойных вращений.

Практика. Усложнение поворотных фигур на середине зала. Усложнение поворотных фигур по диагонали. Двойные туры. Прыжки с поворотами на 360. Упражнения с выключением зрительного анализатора

Прыжки (22 часа)

Теория. Изучение сложных прыжков Абстракт, вокруг света. Варианты комбинирования разных прыжков и прыжков и элементов алробатики.

Практика. Исполнение сложных прыжков Абстракт, вокруг света.

Прыжки в связках, в повороте и в сочетании с элементами акробатики и другими элементами чирлидинга.

Базовые элементы чирлидинга (30 часов)

Теория. Изучение элементов в инверсии. Изучение положения наггет, Нисходящая инверсия, Тик-Так, Флэт-бэк. Освоение положений флаера уровня преп.

Практика. Исполнение элементов наггет, Нисходящая инверсия, Тик-Так, Флэт-бэк. Отработка положений флаера уровня преп.

И использование их в спортивных и показательных программах

Координация движений (22 часа).

Теория. Проучивание новых комбинаций и связок направленных на координацию движений.

Практика. Ритмические разминки (движения направленные на развитие координации растяжки). Повышается техническая сложность комбинаций, усложняются прыжковые комбинации. Поворотные фигуры координируются с исполнением прыжков и танцевальных комбинаций. Сохраняются упражнения на внимание и сложно-координационные спортивные и танцевальные комбинации.

Развитие музыкальности и ритмичности (14 часов).

Теория. Сложные ритмические рисунки, смещения и изменения темпа и музыкального размера.

Практика. На данном этапе обучения, по прежнему актуальны музыкальные игры. Кричалки с сохранением ритма. Усложняются ритмические рисунки как музыкального материала, так и самих кричалок. Прыжки и повороты со смещением ритма (усложняются не только ритмические рисунки, но и технический уровень исполнения прыжков и поворотов). Усложняются танцевальные комбинации со смещением ритма.

Чиры и чанты (8 часов).

Теория. Проучивание новых скороговорок. Работа над дыханием.

Практика. Скороговорки**.** Сочинение кричалок на заданную тему. Отработка синхронности и четкости исполнения чиров и чантов. Работа со зрителями. Введение в чиры элементов чирлидинга.

Репетиционно-постановочная работа (22 часа).

Практика. Отработка новых спортивных и показательных программ. Проучивание и отработка показательных номеров. Проучивание массовых номеров.

Участие в концертных программах. Показательные выступления (20 часов).

Практика. Учащиеся регулярно выступают на различных мероприятиях и концертах разного уровня.

Соревнования, конкурсы, первенства. (20 часов)

Воспитанники принимают участие в соревнованиях и первенствах 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. Воспитательная работа и организация досуга детей. Игры 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. Подготовка к соревнованиям.

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

Летний блок (42 часов).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ соответствующего уровня сложности и программ для детей младшего возраста, исторические аспекты развития чир спорта.

Практика. Проводятся состязания внутри клуба по различным аспектам в чир спорте (спортивные прически, сочинения дансов, кричалок, стантов), встречи с профессиональными спортсменами, воспитательные и - развивающие занятия связанные со значимыми датами страны (День России, День начала ВОВ).

Планируемые результаты

Личностные: дети овладеют навыками коллективной работы, коммуникативными и спортивными навыками.

Метапредметные: у детей укрепляется мышечный корсет, что видно по правильной осанке, повышается общефизическое состояние.

Предметные: у учащихся будут сформированы знания из области физической культуры и спорта, и специальные знания в области чирлидинга (общие знания).

2 год обучения

Учебный план 2 года обучения

№	Раздел	Теория	Практика	Всего часов	Формы аттестации/ контроля

1.	Вводное занятие	1	1	2	Диагностика
2.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	1	1	2	
3.	Разучивание танцевального материала	10	30	40	Показательное выступление
4.	Танцевальная импровизация	2	14	16	
5.	Совершенствование работы баз, споттеров и флаеров	4	8	12	Зачёт
6.	Элементы чирлидинга	8	24	32	Открытое занятие
7.	Чиры и чанты		8	8	
8.	Развитие музыкальности и ритмичности	2	10	12	Показательное выступление
9.	Репетиционно- постановочная работа		40	40	
10.	Участие в концертных программах. Показательные выступления.		20	20	
11.	Соревнования, конкурсы, первенства		20	20	
12.	Мероприятия учебно-воспитательного характера		10	10	Рефлексия
13.	Итоговое занятие		2	2	Открытое занятие
14.	Летний блок	6	36	42	Рефлексия
	ВСЕГО	36	222	258	

Содержание программы 2 года обучения

Вводное занятие (2 часа).

Теория: Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности, повторение основ безопасного выполнения отдельных элементов и правил поведения на занятиях в целом.

Практика: Обсуждение правил безопасности, моделирование ситуаций.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль (2часа).

Теория: Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание.

Практика: Прохождение медицинских осмотров.

Разучивание танцевального материала (40 часов).

Теория. Проучивание новых танцевальных связок, дансов с учетом возрастных особенностей и запросов учащихся. Изучения различных танцевальных направлений используемых для построения дансов.

Практика. Танцевальные движения, комбинации и связки усложняются, повышается динамика.

Танцевальная импровизация (16 часов)

Практика. Дети импровизируют опираясь на изученный танцевальный материал.

Совершенствование работы баз, споттеров и флаеров (12 час).

Теория. Проучивание упражнений направленных на развитие силы и выносливости баз и флаеров, способствующих более легким и эффектным заходам и спускам в стантах и пирамидах.

Практика. Усложнение взаимодействия баз, споттеров и флаеров. Винтовые способы захода и спуска.

Элементы чирлидинга (32 часов).

Теория: Проучивание элементов чирлидинга по 3 уровню сложности в соответствии с правилами вида спорта Чир спорт.

Практика: отработка и исполнение элементов чирлидинга 3 уровню сложности в соответствии с правилами вида спорта Чир спорт.

Чиры чанты (8 часов)

Теория. Проучивание речевок, и стихов. Работа над дыханием. Постановка голоса. Изучение упражнений разогревающих и подготавливающих речевой аппарат и дыхательную систему к работе с голосом.

Практика. Скороговорки**.** Сочинение кричалок на заданную тему. Отработка синхронности и четкости исполнения чиров и чантов. Работа со зрителями. Введение в чиры элементов чирлидинга.

Развитие музыкальности и ритмичности (12 часов).

Теория. Музыкальные акценты при исполнении акробатики, дансов и других элементов чирлидинга.

Практика. Уделяется большое внимание развитию музыкальности и ритмичности исполнения танцевальных комбинаций, акробатических элементов, стантов и пирамид. Усложняются танцевальные и танцевально-акробатические комбинации со смещением ритма.

Репетиционно-постановочная работа (40 часов).

Практика. Отработка новых спортивных и показательных программ. Проучивание и отработка показательных номеров. Проучивание массовых номеров.

Участие в концертных программах. Показательные выступления (20 часов).

Практика. Учащиеся регулярно выступают на различных мероприятиях и концертах разного уровня, включая краевые, Всероссийские и международные.

Соревнования, конкурсы, первенства. (20 часов)

Воспитанники принимают участие в соревнованиях и первенствах различного уровня.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (10 часов).

Теория. Беседы об изучаемом и о вспомогательных видах спорта. Прослушивание аудио и просмотр видео материалов. Беседы с родителями.

Практика. Тесты и упражнения направленные на формирование уверенности в себе, на позитивное восприятие окружающего мира, на формирование лидерских качеств. Игры на сплочение коллектива, на взаимовыручку и взаимопонимание. Большое внимание уделяется воспитательной работе и организации досуга детей. Выходы с детьми на концерты, конкурсы, праздники и т.д. Проходят дни именинника.

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

Летний блок (28 часов).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ соответствующего уровня сложности и программ для детей младшего возраста, исторические аспекты развития чир спорта, проведение соревнований для детей младшего возраста.

Практика. Проводятся состязания внутри клуба по различным аспектам в чир спорте (спортивные прически, сочинения дансов, кричалок, стантов), встречи с профессиональными спортсменами, воспитательные и - развивающие занятия связанные со значимыми датами страны (День России, День начала ВОВ).

Планируемые результаты

Личностные: дети овладеют навыками коммуникативного взаимодействия и спортивных знаний (чувство коллективизма, самостоятельность, упорство к достижению целей и т.д.).

Метапредметные: Дети демонстрируют довольно высокие показатели выносливости, скорости, физической подготовленности. Запоминают танцевальные комбинации и кричалки.

Предметные: Учащиеся овладеют знаниями из области физической культуры и спорта, специальными знаниями в области чирлидинга (Изучение новых видов спорта, освоение Базовых элементов чирлидинга, стантов и пирамид соответствующих 1-3 уровням сложности чир спорта).

Учебный план 3 года обучения

№	Тема	Теория	Практика	Всего часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие	1	1	2	Диагностика
2.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	1	1	2	
3.	Разучивание танцевального материала	10	30	40	Показательное выступление
4.	Танцевальная импровизация	2	14	16	
5.	Совершенствование работы баз, споттеров и флаеров	4	8	12	Зачёт
6.	Элементы чирлидинга	8	24	32	Открытое занятие
7.	Чиры и чанты		8	8	
8.	Развитие музыкальности и ритмичности	2	10	12	Показательное выступление
9.	Репетиционно-постановочная работа		40	40	
10.	Участие в концертных программах. Показательные выступления.		20	20	
11.	Соревнования, конкурсы, первенства		20	20	
12.	Мероприятия учебно-воспитательного характера		10	10	Рефлексия
13.	Итоговое занятие		2	2	Открытое занятие

14.	Летний блок	6	36	42	Рефлексия
	ВСЕГО	34	224	258	

Содержание программы 3 года обучения

Вводное занятие (2 часа).

Теория: Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности, повторение основ безопасного выполнения отдельных элементов и правил поведения на занятиях в целом.

Практика: Обсуждение правил безопасности, моделирование ситуаций.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль (2часа).

Теория: Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание.

Практика: Прохождение медицинских осмотров.

Разучивание танцевального материала (40 часов).

Теория. Проучивание новых танцевальных связок, дансов с учетом возрастных особенностей и запросов учащихся. Изучения различных танцевальных направлений используемых для построения дансов.

Практика. Танцевальные движения, комбинации и связки усложняются, повышается динамика.

Танцевальная импровизация (16 часов)

Практика. Дети импровизируют опираясь на изученный танцевальный материал.

Совершенствование работы баз, споттеров и флаеров (12 час).

Теория. Проучивание упражнений направленных на развитие силы и выносливости баз и флаеров, способствующих более легким и эффектным заходам и спускам в стантах и пирамидах.

Практика. Усложнение взаимодействия баз, споттеров и флаеров. Винтовые способы захода и спуска.

Элементы чирлидинга (32 часов).

Теория: Проучивание элементов чирлидинга по 3 уровню сложности в соответствии с правилами вида спорта Чир спорт.

Практика: отработка и исполнение элементов чирлидинга 3 уровню сложности в соответствии с правилами вида спорта Чир спорт.

Чиры чанты (8 часов)

Теория. Проучивание речевок, и стихов. Работа над дыханием. Изучение новых упражнений разогревающих и подготавливающих речевой аппарат и дыхательную систему к работе с голосом.

Практика. Скороговорки**.** Сочинение кричалок на заданную тему. Отработка синхронности и четкости исполнения чиров и чантов. Работа со зрителями. Введение в чиры элементов чирлидинга. Чир батлы между учащимися.

Развитие музыкальности и ритмичности (12 часов).

Теория. Музыкальные акценты в акробатике.

Практика. Уделяется большое внимание развитию музыкальности и ритмичности исполнения танцевальных комбинаций, акробатических

элементов, стантов и пирамид. Усложняются танцевальные и танцевально-акробатические комбинации со смещением ритма.

Репетиционно-постановочная работа (40 часов).

Практика. Отработка новых спортивных и показательных программ. Проучивание и отработка показательных номеров. Проучивание массовых номеров.

Участие в концертных программах. Показательные выступления (20 часов).

Практика. Учащиеся регулярно выступают на различных мероприятиях и концертах разного уровня, включая краевые, Всероссийские и международные.

Соревнования, конкурсы, первенства. (20 часов)

Воспитанники принимают участие в соревнованиях и первенствах различного уровня.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (10 часов).

Теория. Беседы об изучаемом и о вспомогательных видах спорта. Прослушивание аудио и просмотр видео материалов. Беседы с родителями. Тесты и упражнения направленные на формирование уверенности в себе, на позитивное восприятие окружающего мира, на формирование лидерских качеств. Игры на сплочение коллектива, на взаимовыручку и взаимопонимание. Большое внимание уделяется воспитательной работе и организации досуга детей. Выходы с детьми на концерты, конкурсы, праздники и т.д. Проходят дни именинника.

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

Летний блок (42 часа).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ соответствующего уровня сложности и программ для детей младшего возраста, исторические аспекты развития чир спорта, проведение соревнований для детей младшего возраста.

Практика. Проводятся состязания внутри клуба по различным аспектам в чир спорте (спортивные прически, сочинения дансов, кричалок, стантов), встречи с профессиональными спортсменами, воспитательные и развивающие занятия связанные со значимыми датами страны (День России, День начала ВОВ).

Планируемые результаты

Личностные: дети овладеют навыками коммуникативного взаимодействия и спортивных знаний (чувство коллективизма, самостоятельность, упорство к достижению целей и т.д.).

Метапредметные: Дети демонстрируют довольно высокие показатели выносливости, скорости, физической подготовленности. Запоминают танцевальные комбинации (мышечная и зрительная память), кричалки (речевая память).

Предметные: Учащиеся овладеют знаниями из области физической культуры и спорта, специальными знаниями в области черлидинга (Изучение

новых видов спорта, освоение Базовых элементов чирлидинга, стантов и пирамид соответствующих 1-3 уровням сложности чир спорта).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

Личностные:

- Демонстрируют навыки коллективной работы: договариваются, учитывая разные мнения, и приходят к общему решению в работе в команде;

Метапредметные:

- имеют крепкую физическую форму, владеют гибкостью и пластичностью тела.

Предметные:

- владеют базовыми знаниями из области чирлидинга, ориентируются в видах программах чирлидинга.

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь		Вводное занятие	Беседа	2	
Сентябрь		Инструктаж по технике безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Инструктаж	2	Опрос
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Поворотные фигуры (повторение)		2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Питание чирлидера	Обсуждение	2	Рефлексия
Сентябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Упражнения с выключением зрительного анализатора	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Ритмическая разминка	Конкурс	2	Результаты конкурса
Сентябрь		Ритмическая разминка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

Октябрь		Показательные выступления	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Ритмическая разминка	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Октябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Октябрь		Упражнения с выключением зрительного анализатора	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Tours	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Скороговорки	Конкурс	2	Результаты конкурса
Ноябрь		Виды спорта, обсуждение программ	Круглый стол	2	Анализ
Ноябрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Ноябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Ноябрь		Tours pikke	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Кричалки с сохранением ритма	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Анализ
Ноябрь		Прыжки с поворотами	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Скороговорки	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

Ноябрь		Упражнения с выключением зрительного анализатора	Тренировочное занятие с партнерским взаимодействием	2	Анализ
Ноябрь		Сочинение кричалок	Конкурс	2	Результат конкурса
Декабрь		Изучение музыкального материала со сложными ритмическими рисунками	Музыкальная гостиная	2	Мониторинг
Декабрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки с поворотами	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Изучение музыкального материала со сложными ритмическими рисунками	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки с поворотами на360	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Отработка чиров и чантов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Январь		Распределение нагрузок, правильная организация дня спортсмена чирлидера	Круглый стол	2	Анализ
Январь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Прыжки и повороты со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Проучивание и	Тренировочное	2	Педагогическое

		отработка показательных номеров	занятие		наблюдение
Январь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Январь		Абстракт	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Абстракт	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Наггет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Поворотные фигуры	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Вокруг света	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Вокруг света	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Вокруг света	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Изучение правил костюма чирлидера	Обсуждение	2	Анализ
Февраль		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Февраль		Наггет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Поворотные фигуры	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Инверсия	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Соревнования	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Соревнования	Соревнованяи	2	Результаты соревнований
Март		Показательные	Показательные	2	Рефлексия

		выступления	выступления		
Март		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Апрель		Нисходящая инверсия	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Апрель		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Флэт-бэк	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Флэт-бэк	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Отслеживание динамики физической подготовки спортсмена
Май		Заключительное занятие	Беседа	2	Опрос
ИТОГО				**216**	
Летний блок					
Июнь		«Кто, если не мы!»,	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		«Кто больше!» (Подбор	Конкурс	2	Педагогическое

		рифм)			наблюдение
Июнь		Растяжка	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Конкурс кричалок	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия
Июнь		Соревнования на лучшую чир-разминку соответствующего уровня сложности	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия
Август		Сочиняем данс	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чем чирлидинг отличается от других видов спорта?	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс костюмов с учетом правил, возрастной категории и особенностей команды	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс стантов 4 уровня сложности	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		сравнительный анализ получившихся стантов	Обсуждение	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс чир-причесок	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» (4 уровень сложности	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Какой он, самый, самый чирлидер»	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чир эстафета	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Викторина по уровням сложности элементов (1-4)	Викторина	2	Педагогическое наблюдение
Август		Сочиняем прыжковые комбинации	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Заключительное занятие	Беседа	2	Педагогическое наблюдение
ИТОГО				**42**	

2 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь		Вводное занятие	Беседа	2	
Сентябрь		Инструктаж по технике	Инструктаж	2	Опрос

		безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль			
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Поворотные фигуры (повторение)		2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Питание чирлидера	Обсуждение	2	Рефлексия
Сентябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Упражнения с выключением зрительного анализатора	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разминка со смещением ритма	Конкурс	2	Результаты конкурса
Сентябрь		Разминка со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Показательные выступления	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Ритмическая разминка	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Октябрь		Упражнения с выключением зрительного анализатора	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

Октябрь		Винты 360	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Скороговорки	Конкурс	2	Результаты конкурса
Ноябрь		Виды спорта, обсуждение программ	Круглый стол	2	Анализ
Ноябрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Ноябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Ноябрь		Винты 360	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Кричалки с сохранением ритма	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Анализ
Ноябрь		Прыжки с поворотами 360	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Скороговорки	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Прыжки с поворотами 360	Тренировочное занятие с партнерским взаимодействием	2	Анализ
Ноябрь		Сочинение кричалок	Конкурс	2	Результат конкурса
Декабрь		Изучение музыкального материала со сложными ритмическими рисунками	Музыкальная гостиная	2	Мониторинг
Декабрь		Импровизация	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Декабрь		Импровизация	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	

Декабрь		Импровизация	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Импровизация	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Отработка чиров и чантов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Январь		Распределение нагрузок, правильная организация дня спортсмена чирлидера	Круглый стол	2	Анализ
Январь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Прыжки и повороты со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Январь		Абстракт с поворотом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Абстракт с поворотом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Поворотные фигуры	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Той-тач с поворотом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Той-тач с поворотом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Обсуждение костюма, правила построения	Обсуждение	2	Анализ
Февраль		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Февраль		Той-тач с поворотом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Винты 540	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Инверсия нисходящая	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

Март		Соревнования	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с винтами	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Соревнования	Соревнованяи	2	Результаты соревнований
Март		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Март		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Апрель		Нисходящая инверсия преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так экстеншн	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так экстеншн	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так экстеншн	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Апрель		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Драйв ролл	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Драйв ролл	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Драйв ролл	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Май		Отработка	Тренировочное	2	Педагогическое

		музыкальности номера	занятие		наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Повторение	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Отслеживание динамики физической подготовки спортсмена
Май		Заключительное занятие	Беседа	2	Опрос
		ИТОГО		216	
Летний блок					
Июнь		«Кто, если не мы!»,	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		«Кто больше!» (Подбор рифм)	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Растяжка	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Конкурс кричалок	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия
Июнь		Соревнования на лучшую чир-разминку соответствующего уровня сложности	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия
Август		Сочиняем данс	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чем чирлидинг отличается от других видов спорта?	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс костюмов с учетом правил, возрастной категории и особенностей команды	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс стантов 4 уровня сложности	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		сравнительный анализ получившихся стантов	Обсуждение	2	Педагогическое наблюдение

Август		Конкурс чир-причесок	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» (4 уровень сложности	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Какой он, самый, самый чирлидер»	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чир эстафета	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Викторина по уровням сложности элементов (1-4)	Викторина	2	Педагогическое наблюдение
Август		Сочиняем прыжковые комбинации	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Заключительное занятие	Беседа	2	Педагогическое наблюдение
ИТОГО				**42**	

3 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь		Вводное занятие	Беседа	2	
Сентябрь		Инструктаж по технике безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Инструктаж	2	Опрос
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Повторение	Тренировочное занятие	2	Входящая диагностика
Сентябрь		Питание чирлидера	Обсуждение	2	Рефлексия
Сентябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Винты и баллансы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Ритмическая разминка	Конкурс	2	Результаты конкурса
Сентябрь		Ритмическая разминка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных Элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Показательные выступления	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Разучивание танцевального	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

		материала			
Октябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Ритмическая разминка	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Октябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Октябрь		Винты и баллансы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Отработка новых спортивных	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Винт 720	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Дыхательная гимнастика	Конкурс	2	Результаты конкурса
Ноябрь		Виды спорта, обсуждение программ	Круглый стол	2	Анализ
Ноябрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Ноябрь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Ноябрь		Винт 720	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Кричалки в динамических комбинациях	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Анализ
Ноябрь		Прыжки с поворотами 360	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Кричалки	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка новых спортивных элементов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Сочинение кричалок	Конкурс	2	Результат конкурса
Декабрь		Изучение направлений в современной музыке	Музыкальная гостиная	2	Мониторинг
Декабрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные	Показательные	2	Рефлексия

		выступления	выступления		
Декабрь		Винты 720 +	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	
Декабрь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Изучение музыкального материала со сложными ритмическими рисунками	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Прыжки с поворотами на540	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Январь		Распределение нагрузок, правильная организация дня спортсмена чирлидера	Круглый стол	2	Анализ
Январь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Прыжки и повороты со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Проучивание и отработка показательных номеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Январь		Прыжковая связка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Прыжковая связка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Прыжковая связка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Поворотные фигуры	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Дисциплины в чирлидинге	Обсуждение	2	Педагогическое наблюдение

Февраль		Прыжковая связка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Прыжковая связка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Обсуждение и построение костюма	Обсуждение	2	Анализ
Февраль		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Февраль		Виды программ в чир спорте	Обсуждение	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Февраль		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Поворотные фигуры	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Инверсия преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Соревнования	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Март		Прыжки в связках	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с поворотными фигурами	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Прыжки в связках с элементами акробатики	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Соревнования	Соревнованяи	2	Результаты соревнований
Март		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Март		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Апрель		Нисходящая инверсия преп и выше	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп и выше	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп и выше	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Нисходящая инверсия преп и выше	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так в динамике с изменением высоты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так в динамике с изменением высоты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Тик-Так в динамике с изменением высоты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные	Показательные	2	Рефлексия

		выступления	выступления		
Апрель		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Апрель		Фляковые инверсии	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Фляковые инверсии	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Фляковые инверсии	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Разучивание танцевального материала	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Соревнования	Соревнования	2	Результаты соревнований
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Отработка музыкальности номера	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления	Показательные выступления	2	Рефлексия
Май		Повторение	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Отслеживание динамики физической подготовки спортсмена
Май		Заключительное занятие	Беседа	2	Опрос
ИТОГО				**216**	
Летний блок					
Июнь		«Кто, если не мы!»,	Эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		«Кто больше!» (Подбор рифм)	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Растяжка	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	
Июнь		Конкурс кричалок	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия

Июнь		Соревнования на лучшую чир-разминку соответствующего уровня сложности	Соревнование	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование	2	Рефлексия
Август		Сочиняем данс	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чем чирлидинг отличается от других видов спорта?	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс костюмов с учетом правил, возрастной категории и особенностей команды	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс стантов 4 уровня сложности	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		сравнительный анализ получившихся стантов	Обсуждение	2	Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс чир-причесок	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» (4 уровень сложности	Конкурс	2	Педагогическое наблюдение
Август		«Какой он, самый, самый чирлидер»	эвристическая беседа	2	Педагогическое наблюдение
Август		Чир эстафета	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Викторина по уровням сложности элементов (1-4)	Викторина	2	Педагогическое наблюдение
Август		Сочиняем прыжковые комбинации	Соревнования	2	Педагогическое наблюдение
Август		Заключительное занятие	Беседа	2	Педагогическое наблюдение
ИТОГО				**42**	

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 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).

Каждый пункт оценивается по как низкий, средний, высокий уровень.

Диагностика предметных результатов обучения по критериям:

- владение знаниями по предмету;
- уровень физических способностей (прыжки, растяжка, кричалка, дансы) (см. Таблица 1).

Критерии оценки метапредметных результатов:

- музыкальность, координация и гибкость (ребенок выполняет танцевальные комбинации под музыку);
- память: запоминает чиры, запоминает танцевальные комбинации.

Критерии оценки личностных результатов:

- умение работать в команде.

Программа оценивается как эффективная если:

- В конце первого года обучения 50% учащихся имеют отличный балл, в конце второго и третьего года обучения 80% учащихся имеют отличный балл.
- Наблюдается устойчивый интерес к учебным и спортивным занятиям, который отслеживается по табелю 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

В основе образовательной деятельности лежит индивидуально-групповая работа, которая позволяет дифференцированно и с учетом возрастных, психологических особенностей подойти к каждому учащемуся

Занятия делятся: теоретические, практические и комбинированные, проводятся по группам и подгруппам.

Занятия проходят по плану:

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

Стимулирующим методом является поощрение (похвала, одобрение, благодарность).

Программа предусматривает освоение детьми теории и истории чирлидинга. Предполагается работа с CD дисками.

Для осуществления образовательной деятельности на занятиях используются следующие формы занятий: игра, конкурс, соревнования, показательные выступления.

В целях эффективности реализации образовательной программы используются следующие приемы:

– *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 черлидер»);

– *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 настроя 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.

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 «Мальчики и девочки»), «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.

Воспитание

Основой воспитательного процесса в ДЮЦ «Восхождение» является национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, цель воспитания в ДЮЦ «Восхождение» заключается в личностном развитии учащихся.

Образовательный процесс в детском объединении «Смайл» предполагает активное освоение компетенций по направленности программы, а также воспитание обучающихся.

Воспитательная деятельность осуществляется по основным направлениям воспитания:

- гражданское воспитание;
- патриотическое воспитание;
- духовно-нравственное воспитание;
- эстетическое воспитание;
- физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия;
- трудовое воспитание;
- экологическое воспитание;
- ценности научного познания.

Воспитательная деятельность педагога осуществляется в рамках содержания программы на занятиях в детском объединении. А также на мероприятиях, проводимых в детском объединении и центре. В число организационных форм воспитания входят конкурсы, концерты, выставки, игровые программы, квесты, проекты, творческие встречи, тематические встречи поколений, фестивали, воспитательные события, посвящённые памятным датам.

Особенностью воспитательной работы является вовлеченность в нее социальных партнеров (родителей и других сетевых партнеров). Обучающиеся и их родители включены в совместную деятельность – социальную, волонтерскую, оздоровительную и досуговую.

Педагог в своей работе ориентируется осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, природосообразности.

Результатом воспитательного процесса в детском объединении является получение каждым обучающимся необходимых социальных навыков, которые помогут ему ориентироваться в мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающим миром, продуктивнее взаимодействовать с людьми разных возрастов и разного социального положения, искать и находить выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь для себя и окружающих его людей.

План воспитательной работы в детском объединении представлен в приложении №4.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Гребенников В.А., Карпов А.И., Носенко М.А. Черлидинг в практике спортивного воспитания студентов. – Оренбург, 2013.
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. Твердовская С.В., Краснова Г.В., Васильева Н.В. Черлидинг для обучающихся в 10-11 классах общеобразовательных школ, ДЮЦ и ДЮШС. – Омск, 2008.
7. Успенская Л.Б. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков – М.: Творческий центр «Сфера», 2005.
8. Учебно-тренировочная программа по черлидингу для детей детско-юношеских спортивных школ «Черлидинг»: утверждена Департаментом физической культуры и спорта г. Москвы. - М., 2010.
9. Цыба А.И.: Черлидинг в высших учебных заведениях – учебное пособие – М., 2010.

Список литературы для детей

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 общероссиской танцевальной организации - http://www.ortodance.ru/.
4. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации - http://www.minsport.gov.ru/.
5. Официальный сайт Министерства спорта и молодёжной политики Хабаровского края - http://www.khabkrai.ru/authorities/ministry
6. Энциклопедия Кругосвет – http://www.krugosvet.ru/enc/sport/CHIRLIDING.html.

Приложение 1

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входная диагностика для вновь поступающих учеников согласно возрастной категории: упражнения для определения начального уровня способностей:

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

Каждый пункт оценивается по как низкий, средний, высокий уровень.

Диагностика предметных результатов обучения по критериям:

- владение знаниями по предмету;
- уровень физических способностей (прыжки, кричалка, дансы) (см. Таблица 1)

Критерии оценки метапредметных результатов:

- Физическая форма, гибкость, пластичность:
  - исполнение сложнокординационных комбинаций;
  - демонстрируют растяжку;

Критерии оценки личностных результатов:

- Умение договариваться, конструктивно отстаивать свое мнение.

Таблица 1.

№	Критерий и упражнение	Кол-во баллов	Пояснение
1.	**Прыжки:** Пайк, Той тач, Хедлер, Херке	*1-5 баллов*	Оценивается: подготовка к прыжку, высота прыжка, натянутость ног, рук и корпуса во время прыжка, правильное приземление.
17 – 20 отлично 13 – 16 хорошо 9- 12 удовлетворительно			
2.	**Растяжка:** 1. Складка ноги вместе 2. Складка ноги врозь 3. Шпагат продольный правый 4. Шпагат продольный левый 5. Шпагат поперечный	*1-5 баллов* *Плюс можно заработать 3 дополнительных балла за шпагаты*	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	*1-5 баллов*	Оценивается подача голоса, умение уверенно и громка исполнять чир и чанты, Использовать движения соответствующего уровня сложности, взаимодействовать со

			зрителем.
4.	**Дансы** Исполнение дансов	*1-5 баллов*	Оценивается знание танцевальных комбинаций, четкое, правильное исполнение, эмоциональная подача.
5.	**Умение работать в команде** Дается групповое задание: Придумать общую кричалку, данс или стан соответствующего уровня сложности	*1-5 баллов*	Оценивается умение договариваться, проявлять инициативу, слушать других членов команды.

После выполнения вычисляется сумма всех баллов и выставляется оценка, где:
42 -63 баллов – отлично
33-41 балл – хорошо
25 -32 баллов – удовлетворительно.

№	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.							

В конце первого года обучения 50% учащихся имеют отличный балл, в конце второго года обучения 80% учащихся имеют отличный балл.

Устойчивый интерес к учебным и спортивным занятиям отслеживается по табелю посещаемости. В конце второго года обучения пропуски без уважительной причины отсутствуют полностью.

Карта отслеживания результатов учащихся.

№	Фамилия	Участие в соревнованиях	Участие в показательных	Участие в делах клуба	Примечание	Итог

	Имя		выступлениях			
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						
27.						
28.						
29.						
30.						

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

Итоговый тест

1. Какие дисциплины в чир спорте вы знаете?
2. Какие уровни стантов вы знаете?
3. Роли спортсменов в станте.
4. Роли спортсменов в пирамиде.
5. Какой прыжок самый высокий по уровню сложности: Пайт, Той-тач, Абстракт?
6. Что такое нисходящая инверсия?
7. Что такое дроп?
8. Что такое Либерти?
9. Какие музыкальные стили наиболее подходят для чир программ?
10. Как должны действовать спортсмены на соревнованиях, если во время программы выключилась музыка?
11. Рассказать роль споттера.
12. Чем занят внешний споттре во время выступления команды?
13. Какой длины должны быть кричалка?
14. Что недопустимо в кричалке?
15. Какие есть требования к костюму в чирлидинге?
16. Какие есть требования к прическе в чирлидинге?
17. Чем отличаются чир программы от данс программ?
18. Обязательные элементы программы чирлидинг-группа.
19. Сколько человек должно быть в команде в дисциплине чирлидинг-группа?
20. Продолжительность программы в дисциплине чирлидинг-группа?

Приложение 2

МОДУЛЬ ПРОГРАММЫ «ГРУППОВЫЕ СТАНТЫ»

Пояснительная записка

Дисциплина «Групповые станты» – самостоятельная дисциплина в чирлидинге. В этой дисциплине участвуют команды, состоящие из одной стант-группы (4-5 спортсменов). В программах этой дисциплины выполняются станты и выбросы по выбору команды в соответствии с правилами. Соревнования в дисциплине могут проводиться в трёх возрастных категориях: «мальчики, девочки», «юниоры, юниорки», «мужчины, женщины».

Стант (Stunt/Mount) - поддержка флайера одной или более базой над спортивной поверхностью. Станты различаются в зависимости от количества баз (одна или несколько) и от положения флайера (на одной ноге или на двух).

Цель: развитие физического потенциала юных чирлидеров и освоение ими дисциплины «Групповые станты».

Задачи:

1. Научить группу обучающихся из 5 человек работать слаженно, четко, чувствовать всех членов группы как себя.
2. Развить силу и выносливость детей путём проработки устойчивости стантов и повышения их уровня сложности.
3. Совершенствовать исполнительские навыки путём проработки правильности, чистоты исполнения, ускорении темпа выполнения стантов.

Категория обучающихся: дисциплиной групповые станты занимаются особо успешные обучающиеся клуба.

Формы и режим занятий: 4 часа в неделю, 172 часов в год.

2 часа – акробатика, 2 часа – бинарное занятие, на котором присутствует педагог по хореографии и по акробатике, на этих занятиях отрабатываются особо сложные, зрелищные элементы, требующие постоянной, усиленной страховки. На занятиях присутствует один стант - 5 человек.

Ожидаемые результаты

Предметные

- владеют понятиями баз, флаеров, споттеров;
- выполняют станты согласно своей возрастной категории, винтовые вращения и сложные выбросы;
- держат баланс в сложных позировках (либерти, скорпион, найк, затяжка и т.п.).

Метапредметные

- применяют на соревнованиях и самосовершенствуют исполнительские навыки, добиваясь высоких результатов;
- проявляют коммуникативные и личностные навыки, способствующие созданию синергии в малом коллективе обучающихся.

Личностные

- оценивают свои и коллективные действия адекватно реальным достижениям, уважительно относится к соперникам;

- проявляют целеустремленность в достижении высоких спортивных результатов, сознательно развивают свои спортивные способности.

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Раздел программы	Теория	Практика	Всего	Форма аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Диагностика
2	Работа баз	6	20	26	Пед. наблюдение
3	Основные положения флаера	6	14	20	Пед. наблюдение
4	Страховка	6	4	10	Зачёт
5	Силовая нагрузка	2	14	16	Зачёт
6	Четкость, синхронность	-	12	12	Рефлексия
7	Способы заходов и сходов	4	14	18	Соревнования
8	Выбросы	4	12	16	Соревнования
9	Винты и Флипы	6	18	24	Отчётный концерт
10	Итоговое занятие	-	2	2	Открытое занятие
11	Летний блок	6	22	28	Рефлексия
	ВСЕГО	40	132	172	

Содержание модуля программы

Вводное занятие (2 часа). Введение в программу. В начале каждого полугодия проходит инструктаж по технике безопасности, где учащихся знакомят с основами безопасного выполнения отдельных элементов и поведения на занятиях в целом, особое внимание уделяется ответственности за жизнь и здоровье всех членов станта.

Работа баз (26 часов).

Теория. Проучиваются подготовительные, подводящие упражнения баз: спортсменов стоящих на полу и осуществляющих основную поддержку и страховку флаера.

Практика. Большое внимание уделяется синхронности, слаженности работы команды.

Основные положения флаера(20 часов).

Теория. Проучиваются основные положения флаера: верхний спортсмен, который выполняет базовые движения, принимает основные положения флаера в черлидинге и исполняет акробатические элементы, согласно уровней сложности.

Практика. Отработка основных положений флаера на различных уровнях.

Страховка (10 часов).

Теория. При работе с дисциплиной «Групповые станты» большое внимание уделяется способам и вариантам страховки, чтобы избежать возможных травм, особое внимание уделяется страховке зоны голова-плечи.

Практика. Отработка способов страховки.

Силовая нагрузка (16 часов).

Теория. Изучение упражнений, подводящих к выполнению стантов.

Практика. Большое внимание уделяется укреплению мышечного корсета, как баз, так и флаеров. Выполняются подводящие упражнения, направленные на то, чтобы подготовить спортсменов к выполнению совместных действий, выработку устойчивости и выносливости.

Четкость, синхронность (12 часов).

Практика. Только синхронная, четкая работа базовых спортсменов и флаеров может обеспечить безопасность как верхнего, так и нижних спортсменов, по этому регулярно выполняются упражнения на синхронность и четкость выполнения стантов, такие, как «Свеча» - подъем флаера на уровень над головой на решетке, без выброса и спуск его на уровень чикен, приседания баз с флаером на уровнях чикен, преп и экстеншен.

Способы заходов и сходов (18 часов).

Теория. Большое внимание уделяется способам захода флаера на базу и спуска с нее. По мере готовности спортсменов способы заходов усложняются: простой заход, заход жимом с чикен, заход жимом с пола, заход винтом, заход флиповым вращением, заброс. То же происходит и со спусками: простой сход, сход в кредл, сход винтом, сход флиповым вращением. При этом все заходы и спуски начинают проучиваться с уровня чикен, потом переходят на уровень преп, далее в экстеншен.

Практика. Отработка способов заходов и спусков.

Выбросы (16 часов).

Теория. Изучение техники выбросов, приземлений, приема флаера базами.

Практика. Техника выброса отрабатывается сначала отдельно: работа баз и работа флаера. Когда базы усвоили и научились синхронно исполнять движение баз, когда флаер усвоил и отработал работу и положения корпуса на полу, команда работает синхронно вместе в воздухе.

Винты и Флипы (24 часа).

Теория. Изучение техники выполнения винтовых и флиповых вращений.

Практика. После того, как базы и флаеры физически готовы, добавляются винтовые и флиповые вращения, которые сначала отрабатываются на полу и только потом, переходят на более высокие уровни.

Итоговое занятие (2 часа). Подведение итогов по программе. Итоговая аттестация.

Летний блок (28 часов).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ групповых стантов, просмотр и разбор видео старших стантов юниоры и взрослые.

Практика. В летний период основное внимание уделяется подготовке к летнему фестивалю, а также творческой работе. Дети сочиняют станты и связки между ними.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Модуль станты

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь		Правила поведения на занятиях групповыми стантами.	Беседа	2	Анализ
Сентябрь		Знакомство с дисциплиной	Беседа	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Страховка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Базовые движения баз	Тренировочное занятие	2	Анализ
Сентябрь		Базовые движения флаеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Страховка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Страховка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Страховка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Базовые движения баз	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Базовые движения баз	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Базовые движения баз	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Базовые движения флаеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Базовые движения флаеров	Тренировочное занятие	2	Результаты викторины
Октябрь		Базовые движения флаеров	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнований
Октябрь		Базовые движения флаеров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Заходы на 2 ноги	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Заходы на 2 ноги	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Заходы на 2 ноги	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Ноябрь		Заходы на 2 ноги	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Заходы на1 ногу	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Ноябрь		Заходы на1 ногу	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования
Ноябрь		Заходы на1 ногу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Преп	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования

Декабрь		Преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Вытянутые станты с 4 базами	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Сход в кредл с уровня преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Сход в кредл с уровня преп	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Сход в кредл с вытянутого станта	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Положение флаера - найк	Тренировочное занятие	2	Анализ
Январь		Положение флаера - скорпион	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Положение флаера – скорпион	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Положение флаера – затяжка в сторону	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Винтовые вращения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Винтовые вращения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Сход винтом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Положение флаера – лук и стрела	Тренировочное занятие	2 14	Педагогическое наблюдение
Февраль		Положение флаера – лук и стрела	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования
Февраль		Заход винтом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Заход винтом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Заход винтом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		фляковые вращения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		фляковые вращения со сходом кредл	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Перескоки на уровне прет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Перескоки на уровне прет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Перескоки на уровне прет	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Март		Перескоки на уровне прет	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Март		Перескоки на уровне прет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Сход винтом	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		фляковые вращения	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Перескоки на уровне выше прет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Перескоки на уровне выше прет	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

Март		Разучивание пргораммы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Разучивание пргораммы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Разучивание пргораммы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Разучивание пргораммы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Разучивание пргораммы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования
Апрель		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования
Май		Работа над программой	Тренировочное занятие	2	Результаты Соревнования
Май		Усложнение переходов от станта к станту	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Май		Усложнение переходов от станта к станту	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательное выступление	Показательное выступление	2	Рефлексия
Май		Усложнение переходов от станта к станту	Тренировочное занятие	2	Анализ
Май		Показательное выступление	Показательное выступление	2	Рефлексия
Май		Итоговая диагностика	Сдача программы	2	Диагностика
Май		Итоговое занятие	Подведение итогов	2	Опрос
ИТОГО				**144**	
Летний блок					
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Рефлексия
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Август		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное	2	Педагогическое

			занятие		наблюдение
Август		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Август		Подготовка к соревнованиям	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Август		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Рефлексия
Август		Чир эстафета	Соревнования	2	Рефлексия
Август		Викторина по уровням сложности элементов (1-3)	Тест	2	Рефлексия
Август		Итоговое занятие	Беседа	2	Рефлексия
ИТОГО				**28**	

Приложение №4

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
Клуба чирлидеров «Смайл» 2023-2024 учебный год

Направления воспитательной деятельности	Мероприятия в рамках образовательной и внеурочной деятельности	Время проведения	Ответственные	Примечание (Раздел, направление, модуль, тема учебного плана ДООП)
Гражданское воспитание, Патриотическое воспитание, Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия, Эстетическое воспитание	1. Показательные выступления на городских и краевых мероприятиях, посвященных чествованию лучших спортсменов города и края	Май	Лисицына А.О. Чикватадзе А.А.	- Разучивание танцевального материала - Репетиционно-постановочная работа - Участие в концертных программах. Показательные выступления. - Мероприятия учебно-воспитательного характера
	2. Знакомство с символикой РФ. Разучивание патриотического номера с ее использованием	Сентябрь – ноябрь		
	3. Чествование обладателей значков ГТО	Декабрь, май		
Гражданское воспитание, Патриотическое воспитание, Духовно-нравственное воспитание, Трудовое воспитание, Эстетическое воспитание	Праздники клуба с участием родителей:		Лисицына А.О. Чикватадзе А.А.	- Участие в концертных программах. Показательные выступления. - Мероприятия учебно-воспитательного характера
	1. Новогодние поздравления	Декабрь		
	2. Поздравление пап с праздником 23 февраля	Февраль		
	3. Поздравление мам с 8 марта	Март		
	4. Мероприятия, посвященные 9 мая	Апрель – май		
	5. Закрытие спортивного сезона	Май - июнь		
Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия, Эстетическое воспитание	Соревнования	В течении года согласно графика соревнований	Лисицына А.О. Чикватадзе А.А.	- Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль - Базовые элементы чирлидинга - Соревнования, конкурсы, первенства - Мероприятия учебно-

				воспитательного характера
Эстетическое воспитание, Экологическое воспитание, Трудовое воспитание	Выездные сборы	Июнь	Лисицына А.О. Чикватадзе А.А.	Летний блок
Трудовое воспитание	Уход и подготовка инвентаря	Ежемесячно	Лисицына А.О. Чикватадзе А.А.	- Мероприятия учебно-воспитательного характера