

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

ЦОЦ «Восхождение»
Зыкова Е.Н.

"29" августа 2023 г.

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

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 6 - 8 лет

Уровень освоения: стартовый

Срок реализации программы: 2 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 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 (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

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 исполнении 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, 172 часа в год (144 часа в учебном

году и 28 часов в летний период).

Объем и срок освоения программы: 344 часа на 2 года 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 (1, 2 год 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 (12 – 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.

Преимуществом 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.

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.	Чиры и чанты	2	8	10	Зачёт
8.	Участие в концертных программах. Показательные выступления.		10	10	Рефлексия
9.	Соревнования, конкурсы, первенства		10	10	Рефлексия
10.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	-	10	10	Рефлексия
11.	Репетиционно-постановочная работа.	-	20	20	Пед. наблюдение
12.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие
13.	Летний блок	6	22	28	Рефлексия
	ВСЕГО	29	143	172	

Содержание программы 1 года обучения

Вводное занятие (2 часа).

Теория: Введение в программу. В начале каждого полугодия на занятиях по хореографии проходит инструктаж по технике безопасности, где учащихся знакомят с основами безопасного выполнения отдельных элементов и поведения на занятиях в целом.

Практика: Обсуждение правил безопасности, моделирование ситуаций.

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

Теория: Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание.

Практика: Прохождение медицинских осмотров.

Плоскостно-временное ориентирование. Развитие музыкальности и ритмичности (16 часов).

Теория. Изучение рисунков танца (круг, линия, колонка, диагональ, прочесы). Понятие «точек» зала. Понятие такта, музыкального размера.

Ритмические рисунки, акценты, пауза.

Практика. Марш по кругу. Выполнение рисунков: круг, линия, колонка, диагональ, прочёсы. Повороты головы. Выхлопывания и вытопывания. Музыкальные игры. Кричалки с сохранением ритма.

Базовые элементы чирлидинга. Постановка корпуса, рук, ног (20 часов).

Теория. Проучивание позиций ног и рук, положения рук: на бедрах, хай-ви, лоу-ви, Т позиция, сломанное Т, лук и стрела, верхний панч (левый, правый), кинжалы, рамка, диагональ (правая, левая), К позиция (правая, левая), тачдаун (верхний, нижний), Л позиция (правая, левая), индеец. Проучивание положений кисти: клинок, кулак, клэп-хлопок, класп-хлопок. Изучение Чир-прыжки (стредл, так).

Практика. Упражнения на укрепление мышечного корсета подтянутости корпуса. Выполнение базовых элементов на бедрах, хай-ви, лоу-ви, Т позиция, сломанное Т, лук и стрела, верхний панч (левый, правый), кинжалы, рамка, диагональ (правая, левая), К позиция (правая, левая), тачдаун (верхний, нижний), Л позиция (правая, левая), индеец. Выполнение элементов с использованием разных положений кисти: клинок, кулак. Выполнение комбинаций с использованием клэп-хлопок, класп-хлопок. Чир-прыжки (стредл, так).

Портерная гимнастика и акробатические и общеразвивающие 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 поднимание 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 подниманием и опусканием ног. Упражнения на растяжку мышц и связок в положении сидя и лежа (с использованием игрового материала), упражнения на равновесие (ласточка, затыжки). Растяжки, полупагаты, 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.

Летний блок (28 часов).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ, 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 учебного года

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.

Учебный план 2 года обучения

№	Тема	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	20	26	Творческая работа
4.	Развитие вестибулярного аппарата, поворотные фигуры, координация движений	4	6	10	Зачёт
5.	Развитие музыкальности и ритмичности	4	16	20	Зачёт
6.	Базовые элементы чирлидинга	6	10	16	Зачёт
7.	Чиры и чанты	2	6	8	Зачёт
8.	Репетиционно-постановочная работа	4	18	22	Пед. наблюдение
9.	Участие в концертных программах. Показательные выступления.		10	10	Рефлексия
10.	Соревнования, конкурсы, первенства		16	16	Рефлексия
11.	Мероприятия учебно-воспитательного характера	-	10	10	Рефлексия
12.	Итоговое занятие	-	2	2	Открытое занятие
13.	Летний блок	6	22	28	Рефлексия
	ВСЕГО	34	138	172	

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 (2 часа).

Теория: Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание.

Практика: Прохождение медицинских осмотров.

Разучивание танцевального материала (26 часов).

Теория. На занятиях проучиваются танцевальные движения, комбинации и связки. Танцевальный материал подбирается по принципу от простого к сложному.

Практика. Исполнение и отработка танцевальных движений, комбинаций и связок.

Развитие вестибулярного аппарата, поворотные фигуры, координация движений (10 часов).

Теория. Проучивание поворотных фигур на середине зала, по диагонали. Туры и пируэты. Проучивание прыжков с разворотами и вращениями.

Практика. Упражнения с выключением зрительного анализатора. Различные виды шагов и бега, подскоки, шаги на полупальцах, прыжковые комбинации с поворотами. Упражнения на внимание. Перегибы корпуса. Сложно-координационные спортивные и танцевальные комбинации.

Развитие музыкальности и ритмичности (20 часов).

Теория. Сложные ритмические рисунки, акценты, пауза. Изучение музыкального материала со сложным музыкальным рисунком.

Практика. Выхлопывания и (ритмические рисунки усложняются). Музыкальные игры. Кричалки с сохранением ритма. Прыжки и повороты со смещением ритма. Танцевальные комбинации со смещением ритма. Танцевальная работа под музыку со сложными музыкальными рисунками.

Базовые элементы чирлидинга, чир-прыжки (16 часов).

Теория. Чир-прыжки – изучение (абстракт, той-тач, пайк,). Изучение элементов преп-левел-стант, рап-эраунд, Дайв-роллы.

Практика. Чир-прыжки – исполнение (абстракт, той-тач, пайк,).

Отработка и исполнение элементов преп-левел-стант, рап-эраунд, Дайв-роллую.

Чиры и чанты (8 часов).

Теория. Проучивание новых скороговорок. Изучение дыхательных упражнений.

Практика. Скороговорки. Подача звука. Сочинение четверостиший с заданными словами. Игры направленные на развитие речевого аппарата. Отработка чиров и чантов.

Репетиционно-постановочная работа (22 часов).

Практика. Ритмические разминки (танцевальные движения, движения на развитие координации, растяжки). Отработка новых спортивных и показательных программ. Проучивание и отработка показательных номеров.

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

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

Соревнования, конкурсы, первенства (16 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 (2 часа). Подведение итогов года, анкетирование, аттестация обучающихся. Составление индивидуальных заданий на лето.

Летний блок (28 часов).

Теория. Разбор нестандартных ситуаций, обсуждение правил построения программ, 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 учебного года

Личностные: Регулярно посещают тренировки, отсутствуют пропуски без уважительной причины.

Метапредметные: дети приобрели навыки бесконфликтного взаимодействия в коллективе в ходе тренировочного процесса.

Предметные: Знают новые виды и комбинации движений чирлидинга.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

Личностные: у учащихся сформировано позитивное отношение к творческим занятиям. регулярно посещают тренировки, отсутствуют пропуски без уважительной причины, добросовестно выполняют домашние задания (отслеживается по табелю посещаемости).

Метапредметные: дети приобрели навыки коллективной работы со сверстниками, научились бесконфликтному взаимодействию в ходе тренировочного процесса

Предметные: улучшились показатели физического развития (уровень физической подготовки отслеживается по диагностическим листам); дети знают основные виды и комбинации движений чирлидинга.

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма	Кол-	Форма
-------	------	------	-------	------	-------

			проведения	во часов	контроля
Сентябрь		Вводное занятие	Беседа - знакомство	2	
Сентябрь		Инструктаж по технике безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Инструктаж	2	
Сентябрь		Входящая диагностика	Сдача нормативов	2	Опрос
Сентябрь		Основные понятия чирлидинга	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Положение рук: лук и стрела Положение рук: К	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Основные понятия чирлидинга Чир прыжки	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Рефлексия
Сентябрь		Ритм, музыкальность	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Ритм, музыкальность	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Понятие-Базовые движения Положение рук: л	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		«Давайте дружить»	Беседа	2	Анализ
Октябрь		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Октябрь		Основные положения рук: подсвечник	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Основные положения рук Положение рук: сломанное Т	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Чиры	Работа в группах	2	Анализ
Ноябрь		Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Чиры и Чанты	Соревнование	2	Результаты соревнования
Ноябрь		Проучивание шагов	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Чиры и Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка Чиров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Марш по кругу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Марш по кругу	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение

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

Март		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Март		Музыкальность	Круглый стол	2	Анализ
Март		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Апрель		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результат соревнований
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Май		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результат соревнований
Май		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Май		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
Май		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Диагностика
Май		Заключительное занятие	Тренировочное занятие	2	Опрос
		ИТОГО		144	
Летний блок					
Июнь		«Кто, если не мы!»,	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Июнь		«Кто больше!» (Подбор рифм)	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Июнь		Конкурс кричалок	Соревнование		Педагогическое наблюдение
Июнь		Растяжка	Тренировка		Педагогическое наблюдение
Июнь		Растяжка	Тренировка		Педагогическое наблюдение
Август		Чем чирлидинг отличается от других видов спорта?	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс костюмов	Конкурс		Педагогическое наблюдение

Август		Конкурс стантов 1-2 уровня сложности	Соревнования		Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс чир-причесок	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Август		«Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» (1-2 уровень сложности)	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Август		«Какой он, самый, самый чирлидер»	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Август		Чир эстафета	Соревнования		Педагогическое наблюдение
Август		Заключительное занятие	Беседа		
		ИТОГО		28	

2 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
Сентябрь		Вводное занятие	Беседа - знакомство	2	
Сентябрь		Инструктаж по технике безопасности. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Инструктаж	2	
Сентябрь		Входящая диагностика	Сдача нормативов	2	Опрос
Сентябрь		Основные понятия чирлидинга	Повторение	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Положение рук (Повторение)	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Основные понятия чирлидинга Чир прыжки (Повторение)	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Рефлексия
Сентябрь		Ритм, музыкальность Определение муз. Размера.	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Ритм, музыкальность	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		Понятие-Базовые движения абстракт	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Сентябрь		«Давайте дружить»	Беседа	2	Анализ
Октябрь		Постановка корпуса	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Рефлексия
Октябрь		той-тач	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		ТОЙ-ТАЧ	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Музыкальные комбинации со смещением ритма	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Октябрь		Чиры	Работа в группах	2	Анализ

Ноябрь		Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Чиры и Чанты	Соревнование	2	Результаты соревнования
Ноябрь					
Ноябрь		Чиры и Чанты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		Отработка Чиров	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		пайк	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Ноябрь		пайк			
Ноябрь		пайк	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Винт 180	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Винт 180	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Винт 180	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Преп станты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Преп станты	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Декабрь		Координация движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Беседа «Мы- чирлидеры!»	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Декабрь		Растяжка	Игровое занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Растяжка	Игровое занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Дайв-роллы	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Январь		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Январь		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Репетиционно-постановочная работа.	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Февраль		Портерная гимнастика Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Февраль		Растяжка	Тренировочное	2	Педагогическое

			занятие		наблюдение
Февраль		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Март		Комбинации той-тач, пайк	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Питание чирлидера	Обсуждение	2	Анализ
Март		Портерная гимнастика	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		«Мама, папа с праздником!»	Праздник	2	Рефлексия
Март		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Март		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результаты соревнований
Март		Музыкальность	Круглый стол	2	Анализ
Март		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Апрель		Участие в соревнованиях	Соревнования	2	Результат соревнований
Апрель		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
Апрель		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Апрель		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие с игровыми элементами	2	Мониторинг
Май		Комбинации на развитие координации движений	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Показательные выступления.	Показательные выступления.	2	Рефлексия
Май		Растяжка	Тренировочное занятие	2	Педагогическое наблюдение
Май		Работа над номером	Репетиция	2	Педагогическое наблюдение
Май		Итоговая диагностика	Сдача нормативов	2	Диагностика
Май		Заключительное занятие	Тренировочное занятие	2	Опрос
		ИТОГО		144	
Летний блок					
Июнь		«Кто, если не мы!»,	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Июнь		Рстяжка			Тренировочное

					занятие
Июнь		«Кто больше!» (Подбор рифм)	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Июнь		Подготовка к соревнованиям			Тренировочное занятие
Июнь		Конкурс кричалок	Соревнование		Педагогическое наблюдение
Июнь		Чем чирлидинг отличается от других видов спорта?	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Июнь		Участие в соревнованиях	Соревнование		Соревнования
Август		Конкурс костюмов	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс стантов 1-2 уровня сложности	Соревнования		Педагогическое наблюдение
Август		Конкурс чир-причесок	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Август		«Придумай максимальное количество стантов без схода на одиночной базе» (1-2 уровень сложности)	Конкурс		Педагогическое наблюдение
Август		«Какой он, самый, самый чирлидер»	Эвристическая беседа		Педагогическое наблюдение
Август		Чир эстафета	Соревнования		Педагогическое наблюдение
Август		Заключительное занятие	Беседа		
		ИТОГО		28	

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.

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 №2.

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)

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

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.
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 можно 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	<i>1-5 баллов</i>	Оценивается умение договариваться,

	работать в команде Дается групповое задание: Придумать общую кричалку, танс или стан.			проявлять инициативу, слушать других членов команды.
--	--	--	--	--

После выполнения вычисляется сумма всех баллов и выставляется оценка, где:
 47 -68 баллов – отлично
 38-46 балл – хорошо
 30 -37 баллов – удовлетворительно.

КАРТА МОНИТОРИНГА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДООП

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

КАРТА ОТСЛЕЖИВАНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

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

A- активный

С – средний показатель
Н – низкая активность.

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		
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