

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования г. Хабаровска
«Детско-юношеский центр «Восхождение»

Аннотация

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Акробатика в чирлидинге»

(ссылка на полный текст:

<http://восхождение27.рф/images/documenti/documenti/programs/005.pdf> ,
<http://восхождение27.рф/images/documenti/documenti/programs/4.pdf> ,
<http://восхождение27.рф/images/documenti/documenti/programs/3.pdf> ,
<http://восхождение27.рф/images/documenti/documenti/programs/2.pdf>)

Автор-составитель:
Лисицына Алена Олеговна,
педагог дополнительного образования

г. Хабаровск
2021 год

Программа «Акробатика в чирлидинге» физкультурно-спортивной направленности, направление – акробатика, разделена на уровни и на сегодняшний день представлена четырьмя дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами, разработанными в соответствии с нормативно-правовыми документами:

«Смайлики» для детей 4-6 лет (реестр платных программ);

«Акробатика в чирлидинге» стартового уровня для детей 6-8 лет (реестр сертифицированных программ);

«Акробатика в чирлидинге» базового уровня для детей 8-11 лет (реестр бюджетных значимых программ);

«Акробатика в чирлидинге» продвинутого уровня для детей 12-17 лет (реестр бюджетных значимых программ).

Актуальность программы заключается в привлечении детей и подростков к занятиям спортом, формировании у них физической культуры, приобщение к правильному образу жизни. Чирлидинг является одновременно интересным для детей видом спорта и гармонично развивающим видом деятельности.

Акробатика является основополагающим предметом в чирлидинге, она наиболее успешно решает задачи физического воспитания детей, закладывает прочные основы для развития физических качеств и способностей учащихся, способствует повышению и совершенствованию спортивного мастерства.

Цели, и соответственно задачи, каждого уровня освоения свои:

Стартовый (ознакомительный): формирование двигательных качеств у дошкольников посредством занятий чирлидингом.

Стартовый (подготовительный): формирование физической культуры личности ребенка средствами чир-акробатики.

Базовый: развитие творческого потенциала и физической культуры личности ребенка средствами чир-акробатики.

Продвинутый: совершенствование спортивного мастерства чирлидеров средствами чир-акробатики.

Программы педагогически целесообразны, т.к. занятия по ним целенаправленно развивают не только физические, но и личностные качества. После завершения обучения, выпускники клуба чирлидеров «Смайл» вступают в клубы поддержки профессиональных спортивных команд, выбирают спортивную профессию, большинство учащихся имеют значки ГТО.

Отличительные особенности заключаются в следующем:

В программу включены современные методики и упражнения на развитие вестибулярной устойчивости учащихся, комплекс на увеличение растяжки, общей физической подготовленности, большое внимание уделяется

усложнению техники выполнения стантов, пирамид и выбросов, согласно возрастной категории правил «чир спорта», а также развитию лидерских способностей, навыков коммуникации, кооперации, самоконтроля и самооценки.

Адресат программ: дети в возрасте 4 – 17 лет, имеющие допуск врача и письменное разрешение родителей. На программу могут записаться учащиеся, которые прошли обучение по программе предыдущего уровня освоения, а также дети без специальной подготовки, соответствующие спортивной возрастной категории «мальчики и девочки» согласно ВРВС.

Дети, которые не прошли подготовку по программе предыдущего уровня освоения, имеют отличительную нагрузку от подготовленных детей. Педагог постепенно подводит учащихся к получению общей нагрузки.

Содержание и особенности организации образовательного процесса

Программа подразумевает систематическое овладение комплексом упражнений акробатики, гимнастики, чирлидинга, и включает не только занятия по акробатике, но и работу в парах, стантах и пирамидах, чир-прыжки. На занятиях уделяется особое внимание соединению всех компонентов программы.

На занятиях учащиеся учатся оценивать не только результаты, но и процесс деятельности: проводят самоанализ своего поведения во время тренировки, оценивают уровень своих знаний и практических умений, психологическую готовность к соревнованиям.

Программы соревнований по чир спорту состоят из элементов разного уровня сложности, прописанные в Правилах чир спорта. Спортсмены в программе имеют разные роли и функции (флаер – верхний спортсмен, база – спортсмен, удерживающий вес верхнего, споттер – спортсмен, который страхует верхнего), что позволяет с успехом задействовать детей с разной подготовкой, разными физическими данными и параметрами.

Используются различные формы организации занятий: групповые, звеньевые, индивидуальные.

Также проводятся интегрированные и бинарные занятия, которые предусматривают работу нескольких педагогов: по акробатике и хореографии, 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 выполнением техники спортивных элементов, а педагог по хореографии отслеживает правильность выполнения «данса» и хореографии спортивной программы в целом.

Для высокомотивированных и особо успешных обучающихся предусмотрены индивидуальные образовательные маршруты и занятия по модулю «Групповые станты» программ базового и продвинутого уровня.

Планируемые результаты

По окончании курса обучения по всем программам выпускники овладеют следующими главными, ключевыми компетенциями:

Предметные:

- знаниями из области физической культуры и спорта, большим объёмом двигательных действий, знаниями о здоровом образе жизни и личной гигиене.

Метапредметные:

- имеют установку на здоровый образ жизни, привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время.

Личностные:

- проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, навыки коммуникации и кооперации.

Для отслеживания динамики личностного роста и достижения планируемых результатов учащимися в клубе чирлидеров «Смайл» существует своя система.

В начале года проводится входная диагностика: на предмет общей физической подготовки учащегося, остаточных знаний для 2 и последующих годов обучения.

Текущий контроль и диагностика результатов обучения осуществляется на каждом занятии в процессе выполнения спортивных упражнений и фронтального опроса на усвоение теоретических знаний.

В течении года проходят соревнования, на которых дети показывают свои результаты.

В середине и конце года проводится внутриклубный турнир, который показывает результаты физической подготовленности детей, а также в конце года показательные выступления для родителей.

Личностные результаты обучающихся определяются методами: наблюдения, беседы, тестирования, опроса в ходе аттестации обучающихся и отражаются в протоколах результатов итоговой аттестации и в зачётных квалификационных книжках спортсменов. Оцениваются они по следующим показателям: освоение техники исполнения акробатических элементов, чир-прыжков, стантов и пирамид, развитие мышечной памяти, выносливости и т.д. По динамике результативности за последние 3 года видно, что показатели с каждым годом улучшаются. Также определены критерии оценки результативности программы.

Учащиеся клуба чирлидеров «Смайл» активно выступают на площадках города на мероприятиях различного уровня и являются неоднократными победителями городских, краевых и дальневосточных соревнований.

В 2017 году учащиеся клуба стали победителями международного фестиваля World Beach Open Masters в Корее в г. Самчок.

В 2018 году учащиеся клуба заняли 2 место в возрастной категории «юниоры» и 3 место в возрастной категории «дети» в соревнованиях по чирлидингу и чир спорту среди школьных клубных команд в рамках международного фестиваля «Яркие! Майские! Твои!» в г. Анапа.

В 2019 году учащиеся нашего клуба заняли 1 место в команде сборной России и 2 место в дисциплине «групповые станты» в международном фестивале World Beach Open Masters в Корее в г. Самчок.

Таким образом, в рамках программы формируется сплоченный коллектив творческих личностей, умеющих ставить цели и добиваться их, эффективно

работать в команде, способных брать ответственность на себя, нести ответственность за свои действия и результаты деятельности.