

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

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

Принята
на заседании
педагогического совета
от «31» августа 2020 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор
ДОО «Восхождение»
Зыкова Е.Н.
от «01» сентября 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СМАЙЛИКИ»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 4-6 лет
Уровень освоения: стартовый
Срок реализации программы: 1 год

Авторы-составители программы:
педагоги дополнительного образования
Чикватадзе Александра Анатольевна,
Лисицына Алена Олеговна

г. Хабаровск
2020 год

РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Классификация программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Смайлики», физкультурно-спортивной направленности, направление – чирлидинг, стартового уровня, разработана на основе анализа и обобщения зарубежного и отечественного опыта работы тренеров по чирлидингу, предназначена для детского спортивного клуба чирлидеров. При разработке программы были учтены нормативно - правовые документы:

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

2. Постановление Правительства РФ «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14).

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

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

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

6. Концепция развития дополнительного образования детей Российской Федерации 2015-2020 гг. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).

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

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

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

10. Положение об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска

«Детско-юношеский центр «Восхождение» от 21.03.2020.

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

Актуальность программы

В современных условиях развития общества особую тревогу вызывает физическая подготовленность детей дошкольного возраста. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. В этот период ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью. Чирлидинг является одновременно интересным для детей видом спорта и гармонично развивающим видом деятельности.

Отличительные особенности программы

Программа создана специально для учащихся дошкольного возраста занимающихся в подготовительной группе клуба чирлидеров «Смайл».

Программа построена на межпредметной интеграции, тесной взаимосвязи хореографии и акробатики с различными образовательными областями, такими как словесность, культурная антропология, МХК, физическая культура, социальная практика.

Педагогическая целесообразность

Программа «Смайлики» целенаправленно развивает личностные качества ребенка: упорство, трудолюбие, силу воли, ответственность, позитивное видение мира и готовит воспитанников к занятиям спортом. Программа включает занятия по хореографии, акробатике, групповой акробатике, ритмике, гимнастике, постановке голоса и речи. Внедрение элементов чирлидинга способствует развитию у дошкольников скорости реакции, точности ориентации в пространстве, укреплению кистей рук. Большое разнообразие движений, выполняемых в различных плоскостях пространства, способствует совершенствованию двигательной памяти и координационных способностей.

Адресат программы: 4-6 лет. Для начальных занятий чирлидингом не требуются специальные физические данные, поэтому в команды младшей возрастной категории принимаются все желающие в возрасте от 4 лет, допущенные по медицинским показателям к занятиям спортом. Для занятий необходим допуск врача и письменное разрешение родителей.

Объем и срок освоения программы: 34 учебных недели, 204 часа на 1 год обучения.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в группе постоянного состава. По правилам вида спорта «Чир спорт», утвержденным ООО «Федерация чир спорта и чирлидинга России», к категории «малыши» относятся дети 4-6 лет и спортсмены для участия в соревнованиях должны достичь установленного возраста в календарный год спортивных соревнований.

На занятиях используется групповая форма обучения (5-10 человек).

На начальном этапе обучения основной упор делается на общую физическую подготовленность, упражнения на гибкость, базовые элементы чирлидинга и акробатики, простейшие групповые элементы акробатики, чир-прыжки, станты и пирамиды 0-1 уровня, разрешенные правилами вида спорта «Чир спорт».

Преимственность содержания программы определяется последовательным изложением программного материала по этапам многолетней подготовки. После освоения программы «Смайлики», учащимся предлагается обучение по программам «Акробатика в чирлидинге» и «Хореография в чирлидинге» стартового уровня.

При необходимости организации дистанционного обучения с помощью различных электронных ресурсов (электронная почта, группы в Whatsapp, сервисов Google Classroom и ZOOM) проводятся видеолекции и практические занятия, консультационные занятия в чате, даётся теоретический материал, домашние задания и дополнительный материал по темам программы.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа (1 час = 25 минут).

Цель программы: формирование двигательных качеств у дошкольников посредством занятий чирлидингом.

Задачи:

Предметные:

- Сформировать у учащихся знания из области физической культуры и спорта, начальные знания в области чирлидинга.

Метапредметные:

- Содействовать физическому развитию, развитию гибкости и координации движений дошкольников через использование элементов чирлидинга.

- Сформировать навыки общения детей в коллективной деятельности.

Личностные:

- Способствовать формированию интереса к занятиям спортом, в частности чирлидингом.

- Сформировать потребности в ведении здорового образа жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Раздел	Теория	Практика	Всего	Форма аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	2	Беседа
2.	Плоскостно-пространственное ориентирование	4	8	12	Педагогическое наблюдение. Заполнение диагностических карт
3.	Постановка корпуса, рук, ног (базовые элементы чирлидинга)	4	10	14	Показательные выступления Открытое занятие

4.	Партерная гимнастика	6	14	20	Практическая работа Практическая работа Выполнение творческих заданий Конкурс
5.	Акробатика	8	30	38	
6.	Станты и пирамиды	8	20	28	
7.	Координация движений	6	20	26	
8.	Развитие музыкальности и ритмичности	4	14	18	
9.	Развитие речи	4	12	16	
10.	ОФП	6	16	22	Рефлексия
11.	Мероприятия учебно-воспитательного характера		6	6	
12.	Итоговое занятие		2	2	Открытое занятие
	ВСЕГО	53	163	204	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие (2 час). Введение в программу. В начале каждого полугодия на занятиях по хореографии и по акробатике проходит инструктаж по технике безопасности, где учащихся знакомят с правилами поведения на занятиях, основам безопасного выполнения отдельных элементов и поведения на занятиях в целом.

Плоскостно-временное ориентирование (12 часов).

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

Практика. Марш по кругу, построения по рисункам. Повороты головы.

Постановка корпуса, рук, ног (базовые элементы чирлидинга) (14 часов).

Теория. Проучивание позиций ног- 1, 2, 3, 5, 6. Проучивание позиций рук- 1,2,3, положения рук в чирлидинге: руки на бедрах, хай-ви, лоу-ви, Т позиция), тачдаун (верхний, нижний). Проучивание положений кисти: клинок, кулак, клэп-хлопок, класп-хлопок.

Практика. Упражнения на развитие подтянутости корпуса, упражнения на укрепление мышечного корсета.

Партерная гимнастика (20 часов).

Теория. Проучивание упражнений на развитие силы и выворотности ног, стоп. Проучивание поз равновесий.

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, затяжки). Растяжки, полу шпагаты, шпагаты: продольный, поперечный.

Акробатика (38 часов)

Теория. Разучивание подготовительных упражнений, подводящих к изучению элементов акробатики: наклоны корпуса, махи ног вперед, в стороны, назад, складка ноги вместе, ноги врозь. Проучивание

подготовительных упражнений к элементу кувырок: (группировки, перекаты вперед, назад), мостик (мост на коленях, с опорой на стену, ходьба на мосту, мост на локтях, мост с пола, мост стоя). Проучивание элементов акробатики: мост, кувырок, стойка на голове, стойка на руках, колесо.

Практика. Выполнение упражнений наклоны корпуса, махи ног вперед, в стороны, назад, складка ноги вместе, ноги врозь, группировки, перекаты вперед, назад, мостик (мост на коленях, с опорой на стену, ходьба на мосту, мост на локтях, мост с пола, мост стоя. Стойка на руках у стены, с поддержкой партнера. Элементы акробатики: мост, стойка на голове, стойка на руках, колесо.

Станты, пирамиды (28 часа)

Теория. Понятие «Станты», «Пирамиды». Техника выполнения простейших стантов, пирамид. Специфика работы баз, флаеров, споттеров.

Практика. Упражнения на доверие. Изучение заходов и сходов со стантов. Страховка при выполнении стантов. Выполнение стантов и пирамид на уровне бедра, талии (0-1 уровня, 1,5 роста). Положение флаера в станте: основная стойка, либерти, ноги вместе.

Координация движений (26 часов).

Теория. Проучивание видов шагов, бега, подскоков. Изучение прыжковых комбинаций. Правила работы мышц спины и корпуса

Практика. Различные виды шагов и бега, подскоки, шаги на полупальцах, элементарные прыжковые комбинации. Упражнения на внимание. Перегибы корпуса. Танцевальные комбинации.

Развитие музыкальности и ритмичности (18 часов).

Теория. Понятие такта, музыкального размера. Ритмические рисунки, акценты, пауза.

Практика. Ритмические рисунки, акценты, пауза (выхлопывания и вытопывания). Музыкальные игры. Кричалки с сохранением ритма.

Развитие речи (16 часов).

Теория. Проучивание Скороговорок. Правила подачи звука.

Практика. Сочинение четверостиший с заданными словами. Кричалки.

ОФП (22 часов)

Теория. Правила работы мышц всего тела при выполнении упражнений. Техника выполнения упражнений.

Практика. Упражнения на развитие физической силы: упражнения на пресс, мышцы спины, прыжки из упора присев вверх, прыжки в длину, сгибание-разгибание рук в упоре лежа.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (6 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.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные:

▪ Учащиеся обладают начальными знаниями из области физической культуры и спорта, чирлидинга: выполняют шаги в такт музыки, имеют навык легкого шага с носка на пятку, слышат и понимают значение вступительных и заключительных аккордов, характер и темп музыки, знают правильную постановку корпуса, знают позиции ног и рук, делают стойку на руках, кувырки вперед, назад, колесо, выход на второй уровень, четко проговаривают тексты кричалок.

Метапредметные:

▪ Проявляют высокий уровень физической подготовки, который отслеживается по диагностическим листам.

▪ Умеют договариваться в группах, проявляют навыки творческого сотрудничества.

Личностные:

▪ Дети с удовольствием посещают учебные и спортивные занятия, интересуются физической культурой.

▪ Имеют установку на ведение здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ» КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

	Дата	Тема	часы	Форма проведения	Форма контроля
1.	10 Сен (чт)	Водное занятие, техника безопасности		Беседа Инструктаж	Беседа
2.	14 Сен (Пн)	Знакомство с новым видом спорта-Чирлидингом	2	Беседа	Беседа
3.	16 Сен (Ср)	Знакомство со структурой занятия (основные этапы занятия)	2	Тренировочное занятие	Рефлексия
4.	17 Сен (Чт)	Постановка корпуса	2	Тренировочное занятие	Рефлексия
5.	21 Сен (Пн)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
6.	23 Сен (Ср)	Постановка корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение, лист учёта данных
7.	24 Сен (Чт)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение, фиксация показателей
8.	28 Сен (Пн)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
9.	30 Сен (Ср)	Базовый прыжок	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение

10.	1 Окт (Чт)	Акробатика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
11.	5 Окт (Пн)	Танцевальные связки	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
12.	6 Окт (Ср)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
13.	8 Окт (Чт)	Базовый прыжок	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
14.	12 Окт (Пн)	Акробатика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
15.	14 Окт (Ср)	Постановка корпуса, шаги	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
16.	15 Окт (Чт)	Акробатика	2	Тренировочное занятие	Рефлексия
17.	19 Окт (Пн)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
18.	21 Окт (Ср)	Базовый прыжок	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
19.	22 Окт (Чт)	Положение рук Хай-ви, офп	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
20.	26 Окт (Пн)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
21.	28 Окт (Ср)	Положение рук Лоу-ви, офп	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
22.	29 Окт (Чт)	Развитие музыкальности	2	Тренировочное занятие	Музыкальная игра
23.	2 Ноя (Пн)	Техника подачи звука в кричалках	2	Тренировочное занятие	Игра
24.	5 Ноя (Чт)	Положение рук Тач даун	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
25.	9 Ноя (Пн)	Перекаты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
26.	11 Ноя (Ср)	Положение рук Тач даун	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
27.	12 Ноя (Чт)	Перекаты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
28.	16 Ноя (Пн)	Базовый прыжок в темпе	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
29.	18 Ноя (Ср)	Положение рук Ти	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
30.	19 Ноя (Чт)	Базовый прыжок в темпе	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
31.	23 Ноя (Пн)	Группировки	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
32.	25 Ноя (Ср)	Положение рук Ти	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
33.	26 Ноя (Чт)	Положение рук Сломанное Ти	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
34.	30 Ноя (Пн)	Группировки	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение

35.	2 Дек (Ср)	Положение рук Сломанное Ти	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
36.	3 Дек (Чт)	Прыжок с поджатыми	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
37.	7 Дек (Пн)	Кувырки в сторону	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
38.	9 Дек (Ср)	Кувырки вперед	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
39.	10 Дек (Чт)	Кувырки назад	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
40.	14 Дек (Пн)	Кувырки	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
41.	16 Дек (Ср)	Подготовка к стойке	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
42.	17 Дек (Чт)	Подготовка к стойке	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
43.	11 Янв (Пн)	Повторение	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
44.	13 Янв (Ср)	Повторение	2	Тренировочное занятие	Сдача контрольных нормативов
45.	14 Янв (Чт)	Подготовка к стойке	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
46.	18 Янв (Пн)	Акробатические связки	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
47.	20 Янв (Ср)	Подготовка к прыжку Стредл	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
48.	21 Янв (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
49.	25 Янв (Пн)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
50.	27 Янв (Ср)	Развитие музыкальности, ритмические рисунки	2	Тренировочное занятие	Показательные выступления
51.	28 Янв (Чт)	Акробатические связки	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
52.	1 Фев (Пн)	Развитие музыкальности, ритмические рисунки	2	Тренировочное занятие	Музыкальная игра
53.	3 Фев (Ср)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
54.	4 Фев (Чт)	Подготовка к мостику	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
55.	8 Фев (Пн)	Подготовка к мостику	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
56.	10 Фев (Ср)	Мостик	2	Тренировочное занятие	Практическая работа
57.	11 Фев (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
58.	15 Фев (Пн)	Мостик	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение

59.	17 Фев (Ср)	Партерная гимнастика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
60.	18 Фев (Чт)	Стойка на голове	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
61.	22 Фев (Пн)	Стойка на голове	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
62.	24 Фев (Ср)	Подача звука в кричалках	2	Тренировочное занятие	Практическая работа
63.	25 Фев (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
64.	1 Мар (Пн)	Проучивание танцевальных комбинаций	2	Тренировочное занятие	Репетиция
65.	3 Мар (Ср)	Стойка на руках	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
66.	4 Мар (Чт)	Прыжок Так	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
67.	10 Мар (Ср)	Прыжок Так	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
68.	11 Мар (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
69.	15 Мар (Пн)	Стойка на руках	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
70.	17 Мар (Ср)	Колесо	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
71.	18 Мар (Чт)	Стойка на руках	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
72.	22 Мар (Пн)	Колесо	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
73.	24 Мар (Ср)	Кричалки	2	Тренировочное занятие	Конкурс
74.	25 Мар (Чт)	Отработка спорт программы	2	Тренировочное занятие	Показательные выступления
75.	29 Мар (Пн)	Колесо	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
76.	31 Мар (Ср)	Отработка спорт программы	2	Тренировочное занятие	Рефлексия
77.	1 Апр (Чт)	Упражнения на развитие координации	2	Тренировочное занятие	Выполнение практических заданий
78.	5 Апр (Пн)	Станты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
79.	7 Апр (Ср)	Акробатика, станты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
80.	8 Апр (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
81.	12 Апр (Пн)	Прыжок Так	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
82.	14 Апр (Ср)	Кричалки	2	Тренировочное занятие	Игра
83.	15 Апр (Чт)	Акробатика, станты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение

84.	19 Апр (Пн)	Пирамиды	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
85.	21 Апр (Ср)	Станты и пирамиды	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
86.	22 Апр (Чт)	Упражнения на развитие координации	2	Тренировочное занятие	Спортивная игра
87.	26 Апр (Пн)	Отработка спорт программы	2	Тренировочное занятие	Соревнования
88.	28 Апр (Ср)	Танцевальные комбинации	2	Тренировочное занятие	Показательные выступления
89.	29 Апр (Чт)	Работа корпуса	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
90.	3 Май (Пн)	Отработка спорт программы	2	Тренировочное занятие	Соревнования
91.	5 Май (Ср)	Танцевальные комбинации	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
92.	6 Май (Чт)	Акробатика, станты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
93.	10 Май (Пн)	Танцевальные комбинации	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
94.	12 Май (Ср)	Станты и пирамиды	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
95.	13 Май (Чт)	Акробатика	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
96.	17 Май (Пн)	Танцевальные комбинации	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
97.	19 Май (Ср)	Акробатика, станты	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
98.	20 Май (Чт)	Станты и пирамиды	2	Тренировочное занятие	Педагогическое наблюдение
99.	24 Май (Пн)	Упражнения на развитие координации	2	Тренировочное занятие	Выполнение контрольных упражнений
100.	26 Май (Ср)	Танцевальные комбинации	2	Тренировочное занятие	Показательные выступления
101.	27 Май (Чт)	Отработка спорт программы	2	Тренировочное занятие	Соревнования
102.	31 Май (Пн)	заключительное занятие	2	Тренировочное занятие	Открытое занятие
	ИТОГО		204 ч		

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, звуковоспроизводящая аппаратура, видео аппаратура, аудио и видео материалы, гимнастические коврики, гимнастические маты – 6 шт., костюмы концертные, помпоны.

Методическое обеспечение:

а) методическая литература: методические рекомендации и пособия по акробатике, пластике, хореографии, режиссуре постановочной деятельности «Черлидинг. Как подготовить команду»;

б) методические папки: «Правила вида спорта «Чир спорт», «Правила соревнований по чир спорту» (возрастная категория «Малыши»), «Словарь терминов» (по дисциплинам), «Правила безопасности» (по возрастным категориям и дисциплинам);

в) карточки диагностики спортивной деятельности детей;

г) планы и конспекты занятий.

Кадровое обеспечение программы

С командой работают педагоги по чирлидингу, хореографии, акробатике, речи. Педагоги имеют высшее педагогическое или специальное образование, владеют современными образовательными технологиями и методиками, умеют создать безопасную образовательную среду, обладают специальными личностными качествами и профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления учебно-воспитательной деятельности.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: открытые занятия, контрольно-оценочные занятия. Текущий контроль осуществляется на каждом занятии в процессе выполнения спортивных упражнений путем педагогического наблюдения.

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

– Потребность и направленность мотивации к занятиям по чирлидингу (методика диагностики мотивации изучения предмета Т.Д. Дубовицкой);

– Удовлетворённость учащихся и родителей содержанием и организацией образовательного процесса в коллективе (опрос, беседа, диагностика);

– Стабильность состава занимающихся (внутренний мониторинг сохранности контингента обучающихся);

– Динамика роста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся (внутренний мониторинг достижений обучающихся);

– Диагностика физических показателей юных спортсменов;

– Результаты участия в соревнованиях.

К концу года ребенок будет знать термины и выполнять:

1. Базовые положения рук.
2. Шпагаты (продольный правый, продольный левый, поперечный).
3. Складка (ноги вместе, ноги врозь).
4. Стойка на лопатках.

5. Стойка на руках.
6. Стойка на голове.
7. Мост лежа.
8. Кувырок вперед.
9. Колесо.

Критерии оценки:

- *оценка «отлично»* — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко;

- *оценка «хорошо»* — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

- *оценка «удовлетворительно»* — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

- *оценка «неудовлетворительно»*, двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

	Упражнения ОФП*	Удовлетворительно (кол-во раз)	Хорошо (кол-во раз)	Отлично (кол-во раз)
1.	Поднимание ног лежа на спине	10-13	14-17	18-20
2.	Поднимание спины из положения лежа на спине в сед	10-13	14-17	18-20
3.	Поднимание спины и ног в положении лежа на животе	10-13	14-17	18-20
4.	Сгибание - разгибание рук в упоре лежа	5-10	11-15	16-20
5.	Прыжки из упора присев	10-13	14-17	18-20

*Упражнения ОФП засчитываются только те, которые выполнены правильно, «чисто», натянутым телом.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

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,).

В целях эффективности реализации образовательной программы используются современные модификации известных методов (*частично-поискового, проблемно-поискового методов*) и приема *создания игровой ситуации* («Придумай кричалку по ситуации», «Создай стант по уровню сложности», «Зажги зрителя!», и т.д.).

Методы воспитания - убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса – групповые (5 – 10 человек).

Формы организации учебного занятия – тренировка, репетиция, соревнования, открытое занятие.

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

Алгоритм учебного занятия

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

На всех этапах занятия используются элементы игровых технологий.

Дидактические материалы – видео материалы базовых элементов, фото стантов и пирамид, зарисовки спортивных программ.

Интернет-ресурсы:

1. Официальный сайт Федерации чирлидинга России
<http://www.cheerleading.ru/>.

2. Официальный сайт международной федерации чирлидинга
<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 молодёжной политики Хабаровского края - <http://www.khabkrai.ru/authorities/ministry>

6. Энциклопедия Кругосвет –
<http://www.krugosvet.ru/enc/sport/CHIRLIDING.html>.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Белохвостов Б.Н. Вольтижная акробатика. 2 изд. – М: URSS, 2012.
2. Воропаев В.В., Пушкин С.А., Хомяк П.А. Краткий курс гимнастики. Учебное пособие. - М: Издательство «Советский спорт», 2008.
3. Журавина М.Л., Меньшикова Н.К. Гимнастика. Учебное пособие. - М: Издательский центр «Академия», 2006.
4. Кравченко А.В., Бокарева Е.В. Динамика развития чир спорта (чирлидинга). – Ростов-на-Дону, 2019.
5. 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.
6. Поляков С.Д., Хрущев С.В., Корнеева И.Т. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников – М.: Айрис пресс, 2006.

7. Соколова Э. РОО «Федерация черлидерс – группы поддержки спортивных команд»: Чирлидинг. Как подготовить команду: Методическое пособие для руководителей групп чирлидинга. – М., 2008.

8. Успенская Л.Б. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков – М.: Творческий центр «Сфера», 2005.

9. Учебно-тренировочная программа по чирлидингу для детей детско-юношеских спортивных школ «Чирлидинг»: утверждена Департаментом физической культуры и спорта г. Москвы. - М., 2010.

Список литературы для детей и родителей

1. Правила соревнований по чирлидингу Общероссийской общественной организации «Федерация чирлидинга России», Москва, 2011.

2. Вейдер С. Пилатес для идеальной 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.