

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЯГУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
Завьяловского района Удмуртской Республики  
(МБОУ «Ягульская СОШ»)


СОГЛАСОВАНО

Решением Педагогического Совета  
МБОУ «Ягульская СОШ»

Протокол от «04» июля 2023г. № 17

СОГЛАСОВАНО


Заместитель директора по ВР

 А.В. Курбатова  
(подпись) (Ф.И.О.)

«04» июля 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Ягульская СОШ»

 И.С. Ларионова  
(подпись) (Ф.И.О.)

«04» июля 2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Чирлидинг»  
Возраст обучающихся: 6-10 лет**

Автор-составитель:  
Ивакина Марина Анатольевна

с.Ягул, 2023

## Пояснительная записка

Воспитание здорового образа жизни является неотъемлемой частью всестороннего развития личности обучающегося и формирования интереса к овладению ценностями физической культуры, потребности двигательной активности.

Чирлидинг – инновационная форма в системе дополнительного образования по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, с пользой для развития личности ребенка, удовлетворения его потребностей. Чирлидинг – это современный и массовый вид спорта, который соответствует направлению политики Министерства спорта РФ. Кроме этого, чирлидинг пользуется большой популярностью среди детей и подростков, доступен все обучающимся, всем группам здоровья, всем уровням физической подготовленности. Чирлидинг содействует воспитанию волевых и нравственных качеств личности, способствует развитию лидерских качеств и чувств коллективизма. Чирлидинг – это украшение всех физкультурных и культурно-массовых праздников, неотъемлемый компонент проведения Спартакиад. Образовательный процесс выстраивается в постоянном взаимодействии с семьями чирлидеров, не только на родительских собраниях, но и в контроле за санитарно-гигиеническими навыками, развитии волевой сферы, эмоциональной поддержкой обучающихся на показательных выступлениях и соревнованиях. Поэтому чирлидинг является перспективным направлением.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Чирлидинг" имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Необходимость создания данной программы вызвана отсутствием единых государственных стандарных программ по обучению сельских школьников. Так как в селе количество педагогов дополнительного образования ограничено, лишает возможности приобщения к различным видам деятельности. Чтобы восполнить этот пробел и привлечь детей к занятиям черлидинга, была разработана данная программа, которая ежегодно корректируется с учетом педагогического мониторинга, развитием современных компьютерных и информационных технологий, образовательных запросов обучающихся и их родителей. Повышение общей культуры, духовно - нравственного развития, укрепление физического и психического здоровья детей требует большого внимания.

### **Актуальность**

- обусловлена запросом со стороны детей и их родителей на программы физкультурно - спортивной направленности развития школьников;
- занятия черлидингом - способствуют всестороннему гармоничному развитию личности подростка, формированию чувства прекрасного, гармонии физического и духовного состояния, чувства патриотизма, тем самым создаются условия для его адаптации в современных условиях жизни.
- Занятия черлидингом направлены на улучшение социальной обстановки среди молодёжи села, предотвращению и сокращению правонарушений среди детей и подростков.

**Новизна** общеразвивающей программы заключается в целостном комплексном подходе в определении целей и задач обучения и воспитания, способствующих успешному личностному самовыражению ребенка. В содержание данной программы отражается ведущая идея современной методологии. Программа направлена не только на физическое развитие, но и на создание целостной культурно - эстетической среды для успешного развития ребенка. Под культурно- эстетической средой понимается совокупность следующих условий организации жизнедеятельности обучающихся:

- предложение различных видов деятельности: различные стили танца, аэробики, гимнастики, акробатики, игры, познания, общения для творческого самовыражения;
- создание условий для формирования дружного разновозрастного творческого коллектива.

• приоритет духовно - нравственных ценностей в организации образовательного процесса и творческой жизни детского коллектива.

### **Отличительные особенности программы**

В отличие от других программ по чирлидингу, данная программа построена на синтезе хореографии, гимнастики, акробатики, постановки современных шоу – программ, что дает возможность участвовать в разных номинациях на соревнованиях. Номинация "Чир"- пирамиды, станты, акробатика; номинация "Данс"-хореография, гимнастика; "Чир-данс-шоу"- это шоу программа, куда включены все элементы чирлидинга.

Введение ребенка в новый вид спорта при опоре на личностные структуры сознания: критичность, рефлексивность, автономность, субъектность, самоактуализацию, самореализацию позволяет прогнозировать его успешность в процессе обучения и воспитания, сформировать базовую культуру его личности.

Базовая культура личности предполагает:

- физическую культуру - потребность в здоровом образе жизни;
- материальную культуру - воспитание потребности к труду, как первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха;
- социально- политическую культуру - формирование целеустремленности, предприимчивости, способности приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни, сохраняя гражданский мир;
- духовную культуру - воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию, к красоте в отношениях к себе и другим людям.

Программой предусмотрено внедрение проектно- исследовательской деятельности обучающихся, как способ развития творческих способностей, коммуникативных, познавательных и регулятивных качеств обучающихся.

### **Педагогическая целесообразность.**

Основные направления и содержание организационно - педагогической деятельности предусматривают:

- развитие физических, психических и морально волевых качеств;
- формирование потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- содержательное объединение теоретических знаний с практическим опытом, активизацию самоопределения, осуществление жизненных планов;
- ярко выраженную социальную направленность и обеспечение подрастающему поколению социальной устойчивости;
- создание условий для повышения самооценки учащихся, активизации их самообразования, самореализации и самосовершенствования, то есть развития их личностных компетенций.

### **Формы обучения: очная**

- Учебно - тренировочные занятия с группой и индивидуально;
- постановка и репетиции танцевальных композиций и чирлидинговых программ;
- соревнования, концерты, показательные выступления, фестивали;
- открытые занятия; занятие - игра, занятие - презентация, занятие концерт, занятие - праздник.

### **Режим занятий (разноуровневая программа)**

- Стартовый уровень - 1 раз в неделю по 2 часа - 72 часа

### **Возраст детей**

Программа разработана для учащихся в возрасте 6-10 лет. В объединение принимаются дети без специального отбора, по желанию самого ребенка или же родителей, за исключением тех, у кого есть медицинские противопоказания.

### **Срок реализации программы 1 год.**

**Количество:** 12-25 человек

**Цель программы** - формирование здоровой, творческой разносторонне развитой личности, готовой к активной жизненной позиции.

**Задачи:**

- вовлечение подростков и молодежи в систематические занятия физкультурой и спортом и достижения спортивных результатов
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание чувств патриотизма через привлечение детей и подростков к участию в соревнованиях детских команд по чирлидингу.

**Ожидаемые результаты**

Результатом освоения программы будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, артистичность, способность к эмпатии, дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

В ходе реализации программы **обучающиеся приобретут предметные компетенции:**

- основные понятия чирлидинга;
- кодекс и правила соревнований;
- элементарные знания о пластичной анатомии( позвоночник и его функции, профилактика заболеваний костно-мышечной системы и плоскостопия);
- основные знания о личной гигиене;
- специфика современной хореографии;
- правила техники безопасности.
- первоначальные представления о черлидинге, о значении физической культуры, для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о черлидинге и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

**Обучающиеся приобретут метапредметные компетенции:**

Освоенные обучающимися универсальные учебные действия (**познавательные, регулятивные и коммуникативные**), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями.

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.

**Личностные компетенции:**

• включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Все го	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж	1	1		
2	Обязательные элементы чир-программы	23	1	22	
2.1	Чир-прыжки			4	
2.2	Станты			4	
2.3	Пирамиды			4	
2.4	Акробатика			4	
2.5	Чир и чанты			4	
2.6	Чир-дансы			4	
3	Обязательные элементы чир-данс-программы	25	1	24	тестирование
3.1	Пируэты			6	
3.2	Шпагаты			6	
3.3	Махи			6	
3.4	Лип-прыжки			6	
4	Хореография	10	1	9	
5	Общая физическая подготовка	8	1	7	
6	Показательные выступления	2		2	выступление
7	Участие на соревнованиях	2		2	
8	Итоговое занятие	1		1	
Всего		72	5	67	

## Содержание

### Раздел 1. Введение. Инструктаж.

**Теория:** инструктаж по технике безопасности.Профилактика травматизма.Правила личной гигиены. Поведение на занятиях. Организационные вопросы.

### Раздел 2. Обязательные элементы чир-программы.

#### Тема 2.1. Чир-прыжки

**Теория:** правила и особенности выполнения прыжков.Профилактика травматизма.

**Практика:**повторение прыжков: стедл, абстракт, так-прыжок в группировку.

Разучивание прыжков:стэг сит, херки, хедлер, двойная девятка, той тач.

#### Тема 2.2. Станты

**Теория:** правила выполнения стантов. Профилактика травматизма.

**Практика:** флажок на бедре одиночной базы.

Стойка на бедре двойной базы.

Резкий тейбл топ.

Тейбл топ из коленного баскета.

Плечевой шпагат из стойки на бедре.

Бросок руками в плечевой шпагат.

#### Тема 2.3. Пирамиды.

**Теория:** Понятие «пирамида» (два или более станта, соединенных между собой; любой подъем в три уровня. Правила выполнения пирамид. Профилактика травматизма.

**Практика:** соединение стантов в пирамиды.

Работа с флаером.

#### Тема 2.4. Акробатика

**Теория:** правила выполнения акробатических элементов. Профилактика травматизма.

**Практика:** колесо на одной руке.

Мостик.

Переворот вперед на две ноги, на одну.

Переворот назад на одну ногу, на две.

Рандат.

#### Тема 2.5 Чир-чанты.

**Теория:** понятие "чир-чанты"(кричалки, девизы и т.д).

**Практика:** самостоятельная работа по придумыванию чиров и чантов.

Соединение чиров и чантов с движениями.

#### Тема 2.6. Чир-дансы

**Теория:** понятие "чир-дансы" (короткий хореографический блок, строится на основе базовых движений черлидинга, включает в себя разнообразные энергичные движения).

**Практика:** разучивание базовые движения рук.

Работа над координацией, синхронностью, силой и точностью движений.

### Раздел 3. Обязательные элементы чир -данс программы.

#### Тема 3.1 Пируэты

**Теория:** правила выполнения пируэтов.

**Практика:** Простой пируэт (карандаш) – пируэт, при котором свободная нога отведена в сторону.

Джаз-пируэт – пируэт, при котором свободная нога находится в положении «пассе».

Тур-пике – серия пируэтов с продвижением шагом на опорную ногу.

«Солнышко» - пируэт с переворотом корпуса.

Пируэт-флажок – пируэт, при котором прямая свободная нога поднята в сторону как можно выше.

#### Тема 3.2. Шпагаты

**Теория:** правила выполнения шпагатов.

**Практика:** шпагаты горизонтально.

Шпагаты вертикально.

### **Тема 3.3. Махи**

**Теория:** правила выполнения махов

**Практика:** махи вперед.

Махи назад.

Махи в стороны и по диагонали.

### **Тема 3.4. Лип-прыжки**

**Теория:** правила выполнения прыжков.Профилактика травматизма.

**Практика:**Высокий лип-прыжок вперед – выброс ноги высоко вперед, вторая нога остается сзади, стремясь к положению шпагата. Приземление на одну ногу.

Высокий лип-прыжок в сторону – выброс одной ноги высоко в сторону, вторая нога поднимается в противоположную сторону, стремясь к положению прямого шпагата в воздухе. Приземление на одну ногу.

## **Раздел 4. Хореография.**

**Теория:** Ознакомить детей с основными принципами построения движений современной пластики, народного танца, классического танца. Происхождение, особенности, характер. Презентации.

**Практика:** разучивание элементов современной хореографии (вариации джаза; поп-джаз, джаз - модерн, хип-хоп и другие).

Разучивание элементов народного танца (позиционног, рук, танцевальные движения народного характера).

Разучивание элементов классического танца (позиции ног, рук, упражнения у станка и на середине).

## **Раздел 5. Общая физическая подготовка.**

**Теория:** правила выполнения упражнений. Профилактика травматизма. Профилактика нарушения осанки.

**Практика:** бег.

Прыжки на месте, со скакалкой.

Прыжки с перемещением.

Упражнения для профилактики нарушения осанки.

Упражнения на мышцы ног (выпрыгивание, приседание и др.).

Упражнения на силу рук (отжимание, выжимание).

Упражнения на пресс живота.

Упражнения на мышцы спины.

## **Раздел 6. Показательные выступления.**

**Практика:** выступление на праздниках, мероприятиях.

## **Раздел 7. Участие на соревнованиях**

**Практика:** участие на республиканских соревнованиях.

## **Раздел 8. Итоговые занятия.**

**Практика:** подведение итогов, просмотр видео записей, обсуждение.

### **Календарный учебный график**

Режим организаций занятий по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным СанПиН.

Месяц	№ недели	Стартовый уровень		
		Т	П	К
1	1	Т		
	2	Т	П	К
	3		П	
	4		П	

2	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
3	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
4	1		П	
	2	Т	П	
	3		П	
	4		П	
5	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
6	1		П	
	2	Т	П	
	3		П	
	4		П	
7	1	Т	П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
8	1		П	
	2		П	
	3		П	
	4		П	
9	1		П	
	2		П	
	3		П	К
	4		П	
Всего часов		5	67	2
Итого за месяц	36 недель, 72 часа			

#### Условия реализации программы

- спортивный зал или хореографический зал для занятий;
- спортивный инвентарь: фитбол мячи, маты, стойки, перекладина - высокая и низкая, гимнастические скамейки, скакалки, гимнастические палки, гантели, конусы, обручи;
- музыкальный центр.
- ноутбук, колонки

#### Формы подведения итогов реализации программы:

- Собеседования (индивидуальная беседа с сочетанием творческих заданий, или в коллективных формах;
- зачет (форма текущего и итогового контроля, предполагающая выполнение учащимися индивидуальных заданий, с помощью которых проводится отбор на соревнования);



- отчет (форма итогового контроля направленная на подведения итогов работы объединения);

- выступления (форма итогового контроля, осуществляется с целью определения уровня мастерства, культуры, техники выполнения, а так же с целью выявления и развития творческих способностей и спортивных результатов учащихся).

### Контрольно-измерительные материалы

Методика «Карта самооценки и оценки педагогом компетентности воспитанника»

*Бланк карты*

*Дорогой друг!*

*Оцени, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые ты получил, занимаясь в кружке (коллективе) в этом учебном году, и зачеркни соответствующую цифру (1 - самая низкая оценка, 5 - самая высокая)*

1	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)	1	2	3	4	5
2	Знаю специальные термины, используемые на занятиях	1	2	3	4	5
3	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности	1	2	3	4	5
4	Умею выполнить практические задания (упражнения, задачи, опыты и т.д.), которые дает педагог	1	2	3	4	5
5	Научился самостоятельно выполнять творческие задания	1	2	3	4	5
6	Умею воплощать свои творческие замыслы	1	2	3	4	5
7	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях	1	2	3	4	5
8	Научился сотрудничать с ребятами в решении поставленных задач	1	2	3	4	5
9	Научился получать информацию из различных источников	1	2	3	4	5
10	Мои достижения в результате занятий	1	2	3	4	5

*Структура вопросов:*

\$1♦ Пункты 1,2,9 - опыт освоения теоретической информации

\$1♦ Пункты 3,4- опыт практической деятельности

\$1♦ Пункты 5,6 - опыт творчества

\$1♦ Пункты 7,8 - опыт коммуникации

*Процедура проведения:*

Данную карту предлагается заполнить воспитанникам в соответствии с инструкцией. Затем данную карту заполняет педагог, выступающий в качестве эксперта. Оценка проставляется педагогом в пустых клеточках. Оценка производится как воспитанником, так и педагогом (экспертом) по пятибалльной шкале. Отличие состоит в использовании разных знаков (плюс, галочка и т.д.) при фиксации оценки.

*Обработка результатов:* Самооценка воспитанника и оценки педагога суммируются, и вычисляется среднеарифметическое значение по каждой характеристике.

**Индивидуальная карточка учета динамики  
личностного развития учащегося**

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Название детского объединения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Умение обладать готовностью к личностному, профессиональному, жизненному самоопределению.

Умение планировать учебную деятельность – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата; составлять план и последовательность действий

Умение осуществлять контроль и оценку процесса и результатов деятельности.

Умение планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками – определяют цель, функции участников, способы взаимодействия.

Личностные качества оцениваются в баллах, в соответствии со степенью выраженности.

1 балл - низкий (качество проявляется слабо или отсутствует)

От 1-5 баллов - средний (качество проявляется периодически)

От 5-10 баллов - высокий (качество проявляется всегда, во всех ситуациях)

В качестве методов диагностики используется педагогическое наблюдение.

**Индивидуальная карточка учета отслеживания результатов образовательной  
деятельности**

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Название детского объединения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Качество результатов образовательной деятельности оцениваются в баллах, в соответствии со степенью выраженности.

1 балл - низкий уровень (качество проявляется слабо или отсутствует)

От 1-5 баллов - средний уровень (качество проявляется периодически)

От 5-10 баллов - высокий уровень (качество проявляется всегда, во всех ситуациях)

В качестве методов диагностики используется педагогическое наблюдение.

## Критерии отслеживание результатов

№	Наименование разделов	Низкий уровень	Средний	Высокий
1	<b>Азбука музыкального движения</b>	Плохо слышит ритм музыки, с трудом повторяет движения за ведущим, не может работать в паре.	Слышит ритм музыки, повторяет движения, работает в паре. По подсказке ориентируется в пространстве.	Самостоятельно выполняет движения под музыку, легко ориентируется в пространстве, умеет работать в паре и в группе.
2	<b>Обязательные элементы чир-программы</b> 3.1. Чирсы и чанты (кричалки)	Плохо запоминает слова кричалки, но выполнить с движением не может.	Запоминает слова кричалки, но выполнить с движением затрудняется.	Запоминает слова кричалки, и легко выполняет с движением.
	3.2. Чир -прыжки	Физически слаб, с трудом выполняет прыжки. Не владеет техникой.	Физически подготовлен для выполнения прыжков, но выполняет не совсем правильно. Выполняет средний уровень прыжков.	Физически подготовлен для выполнения прыжков, выполняет легко и с точностью, владеет техникой. Выполняет все уровни прыжков.
	3.3 .Станты	Плохо запоминает правила и технику выполнения.	Знает правила техники выполнения стантов, но выполняет не точно, не всегда получается работать в группе.	Знает правила техники выполнения стантов, выполняет правильно, отлично работает в группе.
	3.4 Акробатические элементы	Физически слаб, с трудом выполняет самые простые элементы акробатики. Не владеет техникой. Ленился.	Физически подготовлен для выполнения акробатических элементов, но выполняет средний уровень элементов.	Физически подготовлен для выполнения акробатических элементов, выполняет все уровни акробатики владеет техникой.
3	<b>Обязательные элементы чир - данс-программы</b> 4.1. Шпагаты.	Слабые мышцы ног, нет старания. Не выполняет шпагаты. Нет растяжки.	Очень старателен, целеустремленный, но шпагаты выполняет не все уровни.	Очень старателен, целеустремленный, шпагаты выполняет все уровни.
	4.2. Пируэты	Не владеет техникой пируэта. Не знает правила.	Владеет техникой, знает правила, но выполняет средний уровень пируэтов.	Владеет техникой, знает правила, выполняет все уровни пируэтов.

	4.3.Махи	Низкие махи, мышцы ног слабые, не знает правила и технику.	Владеет техникой, знает правила, но выполняет средний уровень махов.	Владеет техникой, знает правила, выполняет все уровни махов.
4	<b>Партерная гимнастика.</b> 5.1. Упражнения для гибкости позвоночника 5.2. Упражнения для растяжки мышц	Не знает правила выполнения упражнений, не старается. Нет выносливости.	Знает правила старается, но не всегда получается.	Знает правила, старается, выполняет технически правильно.
5	<b>Общая физическая подготовка</b>	Физически слаб, нет выносливости.	Физически подготовлен, работает самостоятельно.	Физически подготовлен, работает самостоятельно.
6	<b>Показательные выступления. Участие на соревнованиях</b>	Есть желание, но не проявляет инициативу. Участвует в школьных мероприятиях.	С большим желанием участвует в школьных и районных мероприятиях.	Участвует в школьных и районных мероприятиях, конкурсах и фестивалях, республиканских и Межрегиональных соревнованиях.

### Методическое обеспечение образовательной программы

обеспечение программы методическими видами продукции:

- разработки игр («Бабочки и паучки», «Танцевальное ассорти», «Лучший флешмоб».
- разработки открытых занятий «Игровой стрейчинг», «Мой позвоночник»
- беседы и презентации (о гигиене, о здоровом образе жизни, о вредных привычках, о правилах черлидинга, психологический настрой перед соревнованиями)
- рекомендации по проведению самостоятельных работ
- дидактический материал по разделам программы

### Материально - техническое обеспечение программы

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально- технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- наличие спортивного зала;
- наличие актового зала;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, фонотека ;
- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров, и соревнований;
- мягкие спортивные маты для отработки пирамид, стантов, акробатических элементов;
- гимнастические коврики для работы в партере;
- гимнастический мостик для отработки прыжков;
- мелкий спортивный инвентарь ( скакалки, обручи, утяжелители и т.д.)

- медицинская аптечка для оказания первой медицинской помощи;
- страховочные ремни, лонжи.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Форма и название мероприятия	Сроки проведения (указать месяц)
<b>Направление 1. Ориентация в выборе кружков и секций. Адаптация в новом коллективе.</b>		
1	Организация режима дня с учетом занятия в секции.	Сентябрь
2	Проведение развлекательных мероприятий на сплочение детского коллектива.	Сентябрь-декабрь
<b>Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся.</b>		
1	Участие в школьных мероприятиях по гражданско-патриотическому воспитанию.	Сентябрь-май.
2	Участие в развлекательных мероприятиях села.	В течение года.
<b>Направление 3. Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация учащихся</b>		
1	Беседы с родителями занимающихся в секции.	Октябрь.
<b>Направление 4. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы</b>		
1	Проведение инструктажей по ПБ, ТБ в здании, на занятиях	В течение учебного процесса
2	Участие в акции «Нет наркотикам»	Май
3	Правила поведения в школьном автобусе и в общественном транспорте.	
4.	Правила поведения на мероприятиях и соревнованиях.	В течение года

### Список использованной литературы:

1. Как стать первоклассным тренером по черлидингу, Линда РэЧеппел («Патриот», Москва, 2021 г.)
2. Правила соревнований по черлидингу, РОО «Федерация черлидерс – группы поддержки спортивных команд», Москва, 2017 г.
3. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления. – Москва, 2019г.
4. Сборник зачетных рефератов «Черлидинг. Теория и методика спортивной тренировки», Москва, 2018г.
5. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры» Москва, ФиС, 2021г.
6. Методические рекомендации по формированию специфических индивидуальных качеств черлидерс – групп поддержки спортивных команд, Москва, 2020г.
7. Положение о соревнованиях по черлидингу. – Европейская ассоциация черлидинга, 2019 г.
8. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – Москва, ФиС, 2020г.
9. Методическое пособие «Учебный план и программный материал подготовки тренеров по черлидингу», Москва, 2019г.
10. Положение о соревнованиях по черлидингу. – Международная федерация черлидерс группы поддержки спортивных команд, 2018г.
11. Положение о соревнованиях по чир - спорту Российской Федерации 2021г.
12. Правила соревнований по чир спорту (номер-код вида спорта: 1040001511Я), утвержденными приказом Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации от 05 февраля 2018 года №84