

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Черлидинг»
Сведения об авторе	ФИО: Ванжин А.В
	Место работы: Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре»
	Должность: Педагог дополнительного образования
Участие в конкурсах авторских образовательных программ и программно-методических комплексов/результат	«Сердце отдают детям»
Материально-техническая база	Зал, маты
Год разработки, редактирования	2018
Структура программы	<p>1. Подготовительная часть (разминка) – построение, подготовка двигательного аппарата к работе, ОРУ.</p> <p>2. Основная – основные упражнения каждого вида спорта, гимнастика, игры.</p> <p>3. Заключительная - восстановление дыхания, упражнение на расслабление, самомассаж.</p> <p>Занятия по ОФП различны по своим задачам.</p> <p>1. Занятия по ознакомлению с группой</p> <p>2. Занятия по изучению нового материала</p> <p>3. Повторение и закрепление пройденного материала</p> <p>4. Занятия по изучению нового материала</p> <p>5. Занятия смешанного характера</p>
Направленность	Черлидинг
Направление	В группах секции осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности.
Возраст учащихся	7-11 лет
Срок реализации	3 года
Этапы реализации	
Новизна	заключается в синтезе таких видов спорта как гимнастика, акробатика и современный танец
Актуальность	<p>Дополнительная общеобразовательная программа (далее – Программа) направлена по реализации программ по виду спорта: «ЧЕРЛИДИНГ».</p> <p>Она соответствует социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей современных детей и родителей. В целях улучшения здоровья, благосостояния и качества жизни граждан необходимо акцентировать внимание на возрождении массового спорта, массовой физической культуры. Одним из новых массовых видов спорта является «Черлидинг».</p> <p>Черлидинг выступает не только как самостоятельный вид спорта, он успешно сопровождает многие спортивные соревнования, усиливает зрелищность других видов спорта.</p> <p>Данная программа в своей деятельности привлекает максимально возможное число детей к систематическим занятиям спортом и выявляет их склонность и пригодность для дальнейшего обучения и совершенствования, воспитывает устойчивый интерес к учебно-тренировочному процессу и соревнованиям.</p>
Цель	<ul style="list-style-type: none"> – развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков средствами черлидинга. – <u>Педагогическая целесообразность</u> позволяет

	<p>решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.</p> <p>В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Черлидинг», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.</p>
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Обучающиеся по окончании 1 года обучения будут знать и уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию разучиваемых упражнений из арсенала черлидинга (скачки, повороты, махи, равновесие, пирамиды, станты-поддержки, чердансы, чер-кричалки, акробатические элементы (кувырки, колесо, рондаты и т.д.), их функциональный смысл и направленность воздействия на организм; - способы и особенности движений и передвижений человека, роль и значение психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов; - технику владения двигательными умениями и навыками; - простейшие элементы народного танца; - основы музыкально-двигательных выразительных средств; - выразительные средства классического танца; - элементы рисунка танца; - основные движения черлидинга. - навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни и понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья через занятия черлидингом; - уметь расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; -общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; -уметь договариваться и слушать собеседника. <p>Обучающиеся по окончании 2 года обучения будут знать и уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - базовую технику черлидинга; - знать и уметь выполнять упражнения классического экзерсиса на середине зала; - упражнений ритмики и партерной гимнастики; - знать технику и уметь выполнять построения «горок»; - знать «золотые правила» поддержки; - схемы движений в пространстве сцены, построение музыкальных эпизодов, составление композиционных планов; - уметь самостоятельно строиться в усложненные станты и пирамиды; - знать особенности двигательных действий в черлидинге и уметь выполнять их; - уметь правильно выбрать средства для развития физические качеств; - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; -технически правильно разрабатывать схему построения музыкальных эпизодов, составлять композиционный план танца, конструировать движение танца, сочинять эпизоды танца; <p>Обучающиеся по окончании 3 года обучения будут знать и уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать более сложные технические действия, применяемые в черлидинге и способы их тактической подготовки; -технику исполнения прыжков, акробатики от простого к

	<p>сложному и уметь выполнять элементы сложной акробатики, прыжки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать полный объем движений русского, украинского, белорусского, татарского, цыганского танцев необходимых для постановки эстрадно-спортивных танцев и уметь выполнять их; - уметь самостоятельно осуществлять постановку эпизодов танца; - уметь составлять композиции эпизодов танца по заданию и по собственному замыслу; - приобретут специфические навыки участия в различных соревнованиях; - приобретут навыки здорового образа жизни; - проявлять такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка; - уметь формировать мотивацию на достижение высоких результатов, на процесс и результаты длительной деятельности, работу через «не могу». - уметь уважительно относиться к иному мнению; - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи; - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности в области избранного вида спорта «Черлидинг»; - планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей; - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения, понимать причины успеха /неуспеха и способности действовать даже в условиях неуспеха; - уметь проявлять способность к самооценке на основе критерия успешности.
<p>Формы занятий (фронтальные (указать кол-во детей), индивидуальные)</p>	<p>Фронтальные (15)</p>
<p>Режим занятий</p>	<p>45 минут</p>
<p>Формы подведения итогов реализации</p>	<p>.усвоение знаний (опрос, контрольное упражнение, тестирование) 2.устойчивость интереса к предмету (опрос, индивидуальная беседа, коллективная рефлексия, анкетирование) 3. достижения (контрольные испытания ,тесты, участие в соревнованиях) 4. физическое развитие (тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.</p>