

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Тосненский районный детско-юношеский центр»

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на заседании Методического совета
МБОУ ДО «Тосненский районный детско-
юношеский центр»
Протокол от 14.05.2026 № 6

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО «Тосненский
районный детско-юношеский центр»

А.В. Щербак
Приказ от 14.05.2026 № 233у

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности
«ЧИРЛИДИНГ»**

Возраст обучающихся: 9 - 14 лет
Срок реализации: 2 года
Количество часов: 144 ч

Авторы – составители:
Хайдарова Елена Петровна,
педагог дополнительного образования,
Одина Ирина Михайловна,
методист

Тосно
2026

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной «Чирлидинг» разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями с изменениями и дополнениями 2025 года;

- Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно – нравственных ценностей (утв. Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 года № 809);

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);

- Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 №467);

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Письма Министерства просвещения России от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Распоряжения комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 05.06.2019 № 1382 – р «О региональной автоматизированной информационной системе « Навигатор дополнительного образования детей Ленинградской области» ;

- Письма Минобрнауки от 29.03.2016 года № ВК – 641/09 « О направлении методических рекомендаций (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ , способствующих социально – психологической реабилитации , профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей – инвалидов с учетом их особых образовательных потребностей»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПин 1.2.3685 – 21 « Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№2);

- Областного закона Ленинградской области от 24.02.2014 № 6-оз «Об образовании в Ленинградской области» (в ред.19.12.2025);

- Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Тосненский районный детско-юношеский центр».

- Положения о разработке и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ., реализуемых в МБОУ ДО «Тосненский районный детско – юношеский центр»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы: стартовый (общекультурный).

Актуальность данной программы состоит в том, что подростки получают всестороннее физическое развитие, заняты в свободное время, приобретают различные двигательные умения и навыки, развивают эмоционально-волевую сферу

Отличительные особенности программы заключаются в синтезе спорта и эстрадного танца, расширении границ эстрадного танца, введением как составной части нового направления Чирлидинга.

Данная программа позволяет детям комплексно и целенаправленно применять гигиенические факторы и естественные силы природы в оздоровительных целях при занятиях чирлидингом. Особое значение в программе имеет художественное движение под музыку. Ведь музыка – уникальная, совершенная «информационная система», хранящая звучащий образ мира. Дети укрепляют здоровье, развивают грацию, пластику, формируют правильную осанку и походку. У них развивается координация движений, суставная подвижность, укрепляется опорно-двигательный аппарат. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты.

Новизну программы предопределяет ее креативность. На современном этапе чирлидинг – это и оздоровительная практика, и эстетика, и спорт. Программа даёт возможность вводить креативные формы, привлекающие детей разного возраста, которые, с одной стороны, формируют установку на здоровый образ жизни, а с другой - соответствуют современным социально -педагогическим реалиям

Программа педагогически целесообразна, так как использование современных технологий (здоровьесбережение, личностно-ориентированное, групповое обучение), организация самостоятельной творческой практики (в том числе соревновательной), позволяет обучающимся развиваться, формировать компетентные действия в области чирлидинга, которые, в свою очередь, готовят возможность для самореализации. Основная педагогическая задача заключается в формировании потребности у обучающихся в регулярных занятиях чир спортом, фитнесом.

Адресат программы: обучающиеся 9 -14 лет.

Принимаются все желающие получить знания и навыки в чирлидинге, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий спортом и физическим нагрузкам с обязательным учётом их интересов, склонностей и способностей. и с разным уровнем физической подготовки

Объём и сроки реализации программы

Срок реализации программы: 2 года.

1 год – 72 академических часа

2 год – 72 академических часа

Режим занятий: один раз в неделю по 2 академических часа.

Общее число академических часов – 144

Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для формирования у обучающихся потребности в регулярных занятиях спортом, овладения базовым комплексом упражнений по чирлидингу.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомить детей с историей возникновения и развития чирлидинга;
- изучить базовые элементы чирлидинга;
- осуществить теоретическую подготовку;
- способствовать освоению обучающимися базовых движений и элементов чирлидинга, тактики построений и переходов; знаний о здоровом образе жизни.

Развивающие:

- развивать мышечную силу, быстроту, гибкость, координацию;
- создавать условия для творческого развития, чувства ритма;
- развивать привычки здорового образа жизни и улучшить работы всех систем организма;

- развивать музыкальный слух и художественно-эстетический вкус;
- развивать стремление к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

Воспитательные:

- способствовать воспитанию потребности ребенка к заботе о собственном здоровье и здоровью окружающих как к ценности;
- способствовать воспитанию у учащихся творческое отношение к занятиям, аккуратность, чувство коллективизма;
- способствовать воспитанию морально-волевых качеств: смелости, решительности, самостоятельности, способности к мобилизации усилий и эмоциональной устойчивости.

Планируемые результаты

Предметные

- сформировать первоначальные представления о значении направления «чирлидинг» для укрепления здоровья человека;
- уметь создавать новые связки совместно с командой;
- сформировать умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Метапредметные:

- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- воспринимать советы и предложения, а также оценку учителя, товарищей, во время показательных выступлений;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений и танцевальных связок;
- развивать организаторские навыки для проведения занятий в качестве помощника преподавателя;
- вырабатывать привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время.
- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «чирлидинг»;
- раскрывать понятия и термины, связанные с чирлидингом;
- ориентироваться в видах программ чирлидинга, танцевальных жанрах, акробатических упражнениях;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни и чирлидинге.
- проявлять волевые и нравственные качества лидера;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе в команде;
- проявлять инициативность, самостоятельность и дисциплинированность в ходе занятий, на соревнованиях и выступлениях.

Личностные:

- формировать ценности здорового и безопасного образа жизни;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- знать основные моральные нормы на занятиях чирлидингом и ориентации на их выполнение;
- уважительно относиться друг к другу;
- чувствовать уверенность в себе, верить в свои возможности.

Организационно – педагогические условия реализации программы

Форма обучения – очная

Условия набора детей в объединение: принимаются все желающие

Принцип набора в объединения свободный. Группы могут быть разновозрастными.

Зачисление на программу производится на основании заявления родителей (законных представителей)

Количество детей в группе: на первом году обучения – не более 15 человек

На втором году обучения – не менее 12 человек

Необходимое кадровое и материально – техническое обеспечение

Педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификацией согласно п.3.1. Профессионального стандарта « Педагог дополнительного образования детей и взрослых», отвечающий квалификационным требованиям , указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам (ФЗ № 273 СТ 46. Ч.1)

Информационное обеспечение

- мультимедийные презентации
- иллюстрации с изображением гимнастических упражнений, фотографии с изображением известных гимнастов.

Материально – техническое обеспечение

- CD, DVD-диски, flash-накопители;
- аппаратура для озвучивания занятий: портативная колонка, музыкальный центр, экран, проектор;
- спортивный и хореографический залы;
- раздевалка (для девочек и для мальчиков);
- гимнастические палки – 10-15шт.;
- гимнастические маты и коврики - 10-15шт;
- мячи «хоп» 10шт
- сценические костюмы для концертной деятельности (15 комплектов);
- специальная форма одежды и обувь (купальники, спортивное трико, танцевальная обувь);
- помпоны - 15 пар.

Методы обучения:

- Словесный.
- Наглядный.
- Объяснительно-иллюстративный.
- Репродуктивный.
- Частично-поисковый.
- Игровой
- Дискуссионный.

Формы организации образовательной деятельности:

- Групповая.
- Практические занятия – развитие физических способностей путем тренировочных упражнений.
- Художественные образовательные события – акт художественного творчества, выносимый на публичное рассмотрение с образовательными целями.
- Информационные занятия - беседы и лекции (фронтальная беседа, лекции, анкетирование, опросы).
- Открытое занятие.
- Игра.
- Презентация.
- Мастер-класс.

Педагогические технологии:

- Технология группового обучения.
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения.
- Здоровьесберегающая технология.

Типы учебных занятий:

- Изучение и первичное закрепление новых знаний.
- Постановочные занятия – творческий процесс создания эстрадного представления.
- Закрепление знаний и способов деятельности (репетиционные занятия) – основная форма подготовки представлений, концертных программ, отдельных номеров путем многократных качественных повторений.
- Обобщение и систематизация знаний и способов деятельности.
- Проверка, оценка, коррекция знаний и способов деятельности.

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы.
- Инструкции.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1 год обучения					
1	Вводное занятие.	2	2	-	Опрос
2	Теория и методика чирлидинга	6	2	4	Опрос / наблюдение
3	Общая физическая подготовка	10	4	6	Опрос / наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	10	4	6	Опрос / наблюдение
5	Промежуточная аттестация	2	1	1	Опрос / наблюдение
6	Техническая подготовка	8	2	6	Опрос / наблюдение
7	Хореография	12	4	8	Опрос / наблюдение
8	Постановочная работа	20	4	16	Опрос / наблюдение
9	Итоговая аттестация	2	1	1	Опрос / наблюдение
	Итого	72	24	48	
2 год обучения					
1	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2	Общая физическая подготовка	12	2	10	Опрос / наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	12	4	8	Опрос / наблюдение
4	Промежуточная аттестация	2	1	1	Опрос / наблюдение
5	Техническая подготовка	10	2	8	Опрос / наблюдение

6	Хореография	12	4	8	Опрос / наблюдение
7	Постановочная работа	20	4	16	Опрос / наблюдение
8	Итоговое занятие	2	1	1	Опрос / наблюдение
	Итого	72	20	52	
Итого по программе		144	44	100	

Утвержден
приказом от «__» ____ 20__ г. № ____

**Календарный учебный график
на 2026/2027, 2027/2028 учебный год**

Педагог дополнительного образования: Хайдарова Елена Петровна

Наименование дополнительной общеобразовательной программы: «Чирлидинг»

Год обучения	№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель год	Количество во учебных часов всего в год	Количество во учебных занятий (дней)	Режим занятий
1 год обучения		01.09.2026	30.05.2027	36	72	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год обучения		01.09.2027	30.09.2028	36	72	72	1 раз в неделю по 2 часа

Содержание программы 1 год обучения (72 часа)

Раздел 1.

Теоретическая подготовка. Введение в программу (2 часа)

Теория (2 часа). История развития чирлидинга в мире и в России Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях чирлидингом. Соблюдение правил безопасного поведения и профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказание первой помощи при травмах. Внешний вид и форма одежды детей на занятиях чирлидингом.

Раздел 2

Теория и методика чирлидинга (6 часов)

Теория (2часа): Правила чир спорта. Направления и дисциплины. Правила техники безопасности на тренировочных занятиях. Гигиена чирлидинга. Развитие чирлидинга на современном этапе. Классификация физических упражнений. Знакомство с названиями суставов руки. Классификация прыжков в чирлидинге.

Практика (4 часа): Физическая подготовка. Базовые положения рук в чирлидинге. Чир прыжки. Общие аспекты. Фазы прыжка. Строение ноги. Чир прыжок «Страдл». Чир прыжок «Группировка/Так»

Раздел 3

Общая физическая подготовка (10 часов)

Теория (4 часа): Значимость физических упражнений для занятия чирлидингом. Соблюдение правил безопасного поведения и профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказание первой помощи при травмах.

Практика (6 часов): Упражнения для развития силы прямых и косых мышц живота, мышц позвоночника, мышц-разгибателей бедра, мышц предплечья. Упражнения для развития гибкости и пластичности. Упражнения для развития координационных способностей и вестибулярного аппарата. Элементы йоги: «Мистический сон йога», «Йога-нидра».

Раздел 4

Специальная физическая подготовка (10 часов)

Теория (4 часа): Объяснение и просмотр видеоматериала базовых движения рук, ног, выпадов, стоек. Основные ошибки и травматизм при выполнении сложных элементов.

Практика (6 часов): правила выполнения элементов и связок: базовые положения кистей рук и ног; основные хлопки; выпады; стойки; виды движений под музыку. Махи: вперед правой и левой, назад, в стороны. Шпагат правый, левый, поперечный. Чир прыжки. Функциональный тренинг. Партнёрские взаимодействия. Расслабление. Растяжка. Позвоночник. Суставы. Формирование простейшей акробатической дорожки

Раздел 5

Промежуточная аттестация(2 часа)

Теория (1 час).Проверка теоретических знаний в ходе беседы.

Практика (1 час).Выполнение практического задания, предложенного педагогом.

Раздел 6

Техническая подготовка (8 часов)

Теория (2 часа): Техника выполнения элементов акробатики (объяснение, замечание, личный показ педагога).

Практика (6 часов): Акробатика - Стойка на руках у стены. Мостик у стены ,мостик из положения стоя. Колесо с правой и левой ног. Кувырки. Групповой стант. Роли в станте. Работа с помпонами. Комбинация для чир пом фристайла. Простые пирамиды в чирлидинге.

Раздел 7

Хореография (12 часов)

Теория (4 часа): Основные элементы и связки хореографии: позиции рук и ног в классическом танце.

Практика (8 часов): Элементы экзерсиса: позиции ног; батман тандю; ронд де жамб партер; пор де бра; пассе; девелопе. Изучение танцевальных элементов,связок. Танцевальные связки в чирлидинг-программах.

Раздел 8

Постановочная работа (20 часов)

Теория (4 часа): Разбор и обсуждение элементов композиции. Перестроения в чирлидинге. Перемещения одиночных спортсменов. Перемещение стантов. Выявление драматургии (содержания танца), текст движения, поза, жестикуляция. Мимика и ритмическая окраска танца. Техника работы с мышцами брюшного пресса, туловища, ног и рук. Техника соединения танцевальной связки.

Практика (16 часов): Музыкальная грамотность. Понятие музыкального квадрата. Речевка. Виды реквизита. Работа с реквизитом. Изучение разноплановых элементов чирлидинга. Постановка номера. Овладение ритмической окраской танца и способами музыкального наполнения. Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика. Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных композиций, музыкальных хореографических миниатюр. Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.

Раздел 9

Итоговая аттестация (2 часа)

Теория (1 час): Проверка теоретических знаний.

Практика (1 час): Показательное выступление для родителей

**Календарно-тематический план
на 2026/2027 учебный год**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чирлидинг».

Группа № _____ 1 год обучения

Расписание:

Педагог дополнительного образования: Хайдарова Елена Петровна

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Формы контроля	Дата проведения	
					план	факт
Раздел 1 Теоретическая подготовка . Введение в программу (2 часа)						
1	История развития чирлидинга в России.	1	Комбинированное	Опрос		
2	Соблюдение санитарно – гигиенических требований, правил безопасного поведения на занятиях чирлидингом. Оказание первой помощи при травмах. Внешний вид и форма одежды на занятиях чирлидингом.	1	Комбинированное	Опрос		
Раздел 2.Теория и методика чирлидинга (6 часов)						
3	Правила чир спорта. Правила техники безопасности на тренировочных занятиях. Гигиена чирлидинга .Развитие чирлидинга на современном этапе.	1	Комбинированное	Опрос		
4	Классификация физических упражнений. Классификация прыжков в чирлидинге. Знакомство с названиями суставов рук.	1	Комбинированное	Опрос		

5	Физическая подготовка. Базовые положения рук.	1	Комбинированное	Наблюдение		
6	Разучивание чир прыжков.	1	Комбинированное	Наблюдение		
7	Чир прыжок «Страдл»	1	Комбинированное	Наблюдение		
8	Чир прыжок «Группировка./Так»	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 3. Общая физическая подготовка (10 часов)						
9	Значимость физических упражнений для занятия чирлидингом.	1	Комбинированное	Опрос		
10	Соблюдение правил безопасного поведения на занятиях физическими упражнениями	1	Комбинированное	Опрос		
11	Профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями	1	Комбинированное	Опрос		
12	Оказание первой помощи при травмах.	1	Комбинированное	Опрос		
13	Упражнения для развития силы прямых и косых мышц живота	1	Комбинированное	Наблюдение		
14	Упражнения для развития мышц позвоночника	1	Комбинированное	Наблюдение		
15	Упражнения для развития мышц-разгибателей бедра	1	Комбинированное	Наблюдение		
16	Упражнения для развития мышц предплечья	1	Комбинированное	Наблюдение		
17	Упражнения для развития координационных способностей и вестибулярного аппарата	1	Комбинированное	Наблюдение		

18	Разучивание элементов йоги : «Мистический сон йога», « Йога – нидра»	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 4. Специальная физическая подготовка (10 часов)						
19	Объяснения и просмотр видеоматериала базовых движений ног	1	Комбинированное	Опрос		
20	Объяснения и просмотр видеоматериала базовых движений рук	1	Комбинированное	Опрос		
21	Объяснения и просмотр видеоматериала выпадов	1	Комбинированное	Опрос		
22	Объяснения и просмотр видеоматериала стоек	1	Комбинированное	Опрос		
23	Отработка выполнения элементов и связок: базовые положения кистей рук и ног	1	Комбинированное	Наблюдение		
24	Отработка выполнения основных хлопков, выпадов, стоек.	1	Комбинированное	Наблюдение		
25	Отработка выполнения видов движения под музыку. Махи: вперед правой и левой, назад, ,в стороны	1	Комбинированное	Наблюдение		
26	Шпагат правый,. левый, поперечный. Чир прыжки	1	Комбинированное	Наблюдение		
27	Функциональный тренинг. Партнерские взаимодействия.	1	Комбинированное	Наблюдение		

28	Расслабление. Растяжка. Позвоночник. Суставы. Формирование простейшей акробатической дорожки	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 5. Промежуточная аттестация (2 часа)						
29	Проверка теоретических знаний	1	Комбинированное	Опрос		
30	Проверка практических умений	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 6.Техническая подготовка(8 часов)						
31	Техника выполнения элементов акробатики	1	Комбинированное	Опрос		
32	Техника выполнения элементов акробатики	1	Комбинированное	Опрос		
33	Стойка на руках у стены.	1	Комбинированное	Наблюдение		
34	Мостик у стены из положения стоя	1	Комбинированное	Наблюдение		
35	Колесо с правой и левой ног.Кувырки	1	Комбинированное	Наблюдение		
36	Групповой стант. Роли в станте. Работа с помпонами.	1	Комбинированное	Наблюдение		
37	Комбинации для чир пом фристайла	1	Комбинированное	Наблюдение		
38	Простые пирамиды в чирлидинге.	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 7. Хореография (12 часов)						
39	Основные элементы и связки в хореографии : позиции рук в классическом танце	1	Комбинированное	Опрос		
40	Основные элементы и связки в хореографии : позиции рук в классическом танце	1	Комбинированное	Опрос		

41	Основные элементы и связки в хореографии : позиции ног в классическом танце	1	Комбинированное	Опрос		
42	Основные элементы и связки в хореографии : позиции ног в классическом танце	1	Комбинированное	Опрос		
43	Разучивание основных элементов экзерсиса: позиции ног	1	Комбинированное	Наблюдение		
44	Разучивание основных элементов экзерсиса батман тандю	1	Комбинированное	Наблюдение		
45	Разучивание основных элементов экзерсиса: ронд де жамб партер	1	Комбинированное	Наблюдение		
46	Разучивание основных элементов экзерсиса б пор де бра	1	Комбинированное	Наблюдение		
47	Разучивание основных элементов экзерсиса: пассе	1	Комбинированное	Наблюдение		
48	Разучивание основных элементов экзерсиса: девелопе	1	Комбинированное	Наблюдение		
49	Изучение танцевальных элементов связок	1	Комбинированное	Наблюдение		
50	Танцевальные связки в чирлинг - программах	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 8 Постановочная работа						
51	Разбор и обсуждение элементов композиции	1	Комбинированное	Опрос		

52	Построение в чирлидинге .Перемещения одиночных спортсменов Перемещение стантов.	1	Комбинированное	Опрос		
53	Выявление драматургии, движения, жестикуляция Мимика и ритмическая окраска танца..	1	Комбинированное	Опрос		
54	Техника работы с мышцами брюшного пресса, туловища, рук и ног. Техника соединения танцевальной связки.	1	Комбинированное	Опрос		
55	Музыкальная грамотность. Понятие музыкального квадрата. Речёвка.	1	Комбинированное	Наблюдение		
56	Виды реквизита .Работа с реквизитом.	1	Комбинированное	Наблюдение		
57	Изучение разноплановых элементов чирлидинга .Постановка номера	1	Комбинированное	Наблюдение		
58	Овладение ритмической окраской танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
59	Овладение ритмической окраской танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
60	Отработка текста танца: движение рук	1	Комбинированное	Наблюдение		
61	Отработка текста танца: позы	1	Комбинированное	Наблюдение		
62	Отработка текста танца: жестикуляция	1	Комбинированное	Наблюдение		
63	Отработка текста танца: мимика	1	Комбинированное	Наблюдение		

64	Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных композиций	1	Комбинированное	Наблюдение		
65	Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных композиций	1	Комбинированное	Наблюдение		
66	Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных хореографических миниатюр	1	Комбинированное	Наблюдение		
67	Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных хореографических миниатюр	1	Комбинированное	Наблюдение		
68	Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных хореографических миниатюр	1	Комбинированное	Наблюдение		
69	Драматургическое построение композиции с завязкой и кульминацией	1	Комбинированное	Наблюдение		
70	Драматургическое построение композиции с финалом	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 9 Итоговая аттестация						
71	Проверка теоретических знаний	1	Комбинированное	Опрос		
72	Показательное выступление для родителей	1	Комбинированное	Наблюдение		

Оценочные и методические материалы для промежуточной аттестации 1 год обучения

Промежуточная аттестация обучающихся состоит из 2 блоков

Блок 1 .Проверка теоретических знаний

Вопросы для проверки теоретических знаний (каждый обучающийся отвечает на 3 вопроса)

Максимальное количество баллов - 10

- 1.История развития чирлидинга в мире и в России Развитие чирлидинга на современном этапе
- 2.Санитарно-гигиенические требования на занятиях чирлидингом.
3. Правила безопасного поведения и профилактика травматизма на занятиях физическими упражнениями
4. Оказание первой помощи при травмах
5. Внешний вид и форма одежды детей на занятиях чирлидингом.
- 6 Классификация прыжков в чирлидинге.
- 7 Базовые положения рук в чирлидинге
8. Чир прыжки
9. Значимость физических упражнений для занятия чирлидингом
- 10 Базовые движения рук, ног, выпадов, стоек в чирлидинге
- 11 Основные ошибки и травматизм при выполнении сложных элементов
- 12.Правила выполнения элементов и связок: базовые положения кистей рук и ног; основные хлопки; выпады; стойки; виды движений под музыку.

Оценка теоретических знаний:

Низкий уровень обученности Правильный ответ на 30% вопросов - 4 балла

Средний уровень обученности Правильный ответ на 50% вопросов- 7 балла

Высокий уровень обученности Правильный ответ на 70% вопросов – 10 баллов

Блок 2. Проверка практических умений

Каждый обучающийся выполняет практическое задание, предложенное педагогом: чир прыжки, упражнения для развития гибкости, пластичности, координационных способностей, вестибулярного аппарата, стойки, выпады, махи, шпагаты. движения под музыку

Максимальное количество баллов -5

Оценка практических умений

Низкий уровень обученности : У обучающегося неуверенная координация движений, допускает большое количество ошибок – 3 балла

Средний уровень обученности : обучающийся уверенно выполняет упражнения, допустив 1 – 2 ошибки – 4 балла

Высокий уровень обученности : обучающийся уверенно. Без ошибок выполняет все упражнения

В области определения уровня развития метапредметных и личностных действий используется метод педагогического наблюдения за поведением обучающихся на занятиях

Максимальна оценка за достижение метапредметных результатов - 5 баллов

Максимальна оценка за достижение личностных результатов - 5 баллов

Максимальное количество баллов - 25

ПРОТОКОЛ
результатов промежуточного контроля обучающихся
2026/2027 учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа: «Чирлидинг»

ФИО педагога дополнительного образования: _____

№ группы: _____ Дата проведения: _____

Форма проведения контроля: _____

Критерии оценки результатов: по баллам

Результаты промежуточного контроля

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметны е	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют ____ чел. (____%)
- средний уровень обученности имеют ____ чел. (____%)
- низкий уровень обученности имеют ____ чел. (____%)
- отсутствовало _____ чел.

Освоили обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Чирлидинг»
_____ обучающихся (____%).

Педагог дополнительного образования: _____ / _____

Заведующий отделом: _____ / _____

Методист: _____ / _____

Оценочные и методические материалы для итоговой аттестации 1 год обучения

Итоговая аттестация обучающихся состоит из 2 блоков

Блок 1. Проверка теоретических знаний

Вопросы для проверки теоретических знаний (каждый обучающийся отвечает на 3 вопроса)

Максимальное количество баллов - 10

1. Техника выполнения элементов акробатики
2. Основные элементы и связки хореографии: позиции рук и ног в классическом танце.
3. Мимика и ритмическая окраска танца.
4. Танцевальная связка
5. Понятие музыкального квадрата
6. Виды реквизита. Работа с реквизитом
7. Рисунок танца
8. Завязка, кульминация. Финал композиции.

Оценка теоретических знаний:

Низкий уровень обученности Правильный ответ на 30% вопросов - 4 балла

Средний уровень обученности Правильный ответ на 50% вопросов - 7 балла

Высокий уровень обученности Правильный ответ на 70% вопросов – 10 баллов

Блок 2. Проверка практических умений

Каждый обучающийся получает баллы по результатам показательного выступления в конце учебного года

Низкий уровень обученности : У обучающегося неуверенная координация движений, чувство ритма, артистичность; слабое внимание; неспособность двигаться синхронно, выдерживать рисунок танца. – 3 балла

Средний уровень обученности : Обучающийся освоил материал, спортивно-танцевальные комбинации, но исполняет неуверенно – 4 балла

Высокий уровень обученности : Обучающийся исполняет хореографические номера и комбинации в заданной манере, артистично и легко. Осваивает все упражнения программы. Умеет работать в команде. Сохраняет рисунок - 5 баллов

Максимальное количество баллов - 5

В области определения уровня развития метапредметных и личностных действий используется метод педагогического наблюдения за поведением обучающихся на занятиях

Максимальна оценка за достижение метапредметных результатов - 5 баллов

Максимальна оценка за достижение личностных результатов - 5 баллов

Максимальное количество баллов - 25

ПРОТОКОЛ
результатов итогового контроля обучающихся
2026/2027 учебный год
1 год обучения

Дополнительная общеобразовательная программа «Чирлидинг»

ФИО педагога дополнительного образования: _____

№ группы: _____ Дата проведения: _____

Форма проведения контроля: _____

Критерии оценки результатов: по баллам

Результаты итогового контроля

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметные	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- средний уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- низкий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- отсутствовало _____ чел.

По результатам итогового контроля ____ (____ %) обучающихся окончили обучение в полном объеме по дополнительной общеобразовательной программе «Чирлидинг»

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) _____ / _____

Заведующий отделом _____ / _____

Методист _____ / _____

Содержание программы 2 год обучения (72 часа)

Раздел 1 Вводное занятие

Теория (2 часа). Правила поведения на спортивных и других массовых мероприятиях. Общая характеристика спортивной подготовки, особенности чирлидинга как вида спорта. Определение понятий «Базовые элементы». Дисциплины чирлидинга и чир-спорта. Цели и задачи. Техника безопасности. Знакомство в игровой форме.

Раздел 2 Общая физическая подготовка (12 часов)

Теория (2 часа): Значение спортивной подготовки в чирлидинге.

Практика (10 часов): Упражнения для укрепления мышц спины, пресса, ног, рук: отжимания, подтягивания, поднятие корпуса из положения лежа на спине и на животе, приседания, выпрыгивания из приседа, приседания на 1 ноге. Упражнения для развития гибкости мышц ног и спины: пружинистые движения в тазобедренных суставах, наклоны назад. Упражнения для развития координации и выносливости: бег, старты из различных положений. Игры: «Два капитана», «Скакалка-подсекалка», «Вавилонское столпотворение», эстафеты. Чир-прыжки: стредл, абстракт, так, пайк, той-тач. Лип-прыжки: галоп, наскок, высокий лип вперед/в сторону

Раздел 3 Специальная физическая подготовка (12 часов)

Теория (4 часа): Правила выполнения элементов и связок.

Практика (8 часов): Чир-прыжки: стредл, абстракт, так, пайк, той-тач. Лип-прыжки: галоп, наскок, высокий лип вперед/в сторону.

Раздел 4. Промежуточная аттестация (2 часа)

Теория (1 час). Проверка теоретических знаний в ходе беседы.

Практика (1 час). Выполнение практического задания, предложенного педагогом.

Раздел 5 Техническая подготовка(10 часов)

Теория (2 часа) : Техника выполнения элементов акробатики (объяснение, замечание, личный показ педагога, просмотр видеоматериала).

Практика (8 часов): Акробатика: Комплексы прыжков (прыжки на двух; прыжки на правой/левой – левая/правая согнута назад; прыжок с двух на левую/правую; прыжок со сменой ног; прыжок с поворотом направо/налево на 90°, 180° и 360° и т.д.).

Раздел 6. Хореография (12 часов)

Теория (4 часа): Правила выполнения элементов экзерсиса и ИВС.

Практика (8 часов): Выполнение и отработка элементов у опоры: пуанте, пти батман, дубль батман тандю, дубль батман фондю, дубль батман фραπε в I половине года обучения в положении на носок, во II половине года обучения вперед книзу, батман сотеню, томбе, ронд де жамб ан леер.

Раздел 7 Постановочная работа (20 часов)

Теория (4 часа): Разбор и обсуждение элементов композиции. Перестроения в чирлидинге. Перемещения одиночных спортсменов. Перемещение стантов. Выявление драматургии (содержания танца), текст движения, поза, жестикуляция. Мимика и ритмическая окраска танца. Техника работы с мышцами брюшного пресса, туловища, ног и рук. Техника соединения танцевальной связки.

Практика (16 часов): Музыкальная грамотность. Понятие музыкального квадрата. Речевка. Виды реквизита. Работа с реквизитом. Изучение разноплановых элементов чирлидинга. Постановка номера. Овладение ритмической окраской танца и способами музыкального наполнения. Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика. Отработка элементов рисунка танца при создании музыкальных композиций, музыкальных хореографических миниатюр. Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.

Раздел 8. Итоговая аттестация (2 часа)

Теория (1 час): Проверка теоретических знаний.

Практика (1 час): Показательное выступление для родителей

Календарно-тематический план на 2027/2028 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чирлидинг».

Группа № _____ 2 год обучения

Расписание:

Педагог дополнительного образования: Хайдарова Елена Петровна

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Формы контроля	Дата проведения	
					план	факт
Раздел 1. Вводное занятия (2 часа)						
1	Правила поведения на спортивных и массовых мероприятиях. Особенности чирлидинга как вида спорта.	1	Комбинированное	Беседа		

2	Дисциплины чирлидинга и чир – спорта. Цели и задачи.	1	Комбинированное	Беседа		
Раздел 2.Общая физическая подготовка (12 часов)						
3	Значение спортивной подготовки в чирлидинге	1	Комбинированное	Беседа		
4	Значение спортивной подготовки в чирлидинге	1	Комбинированное	Беседа		
5	Упражнения для укрепления мышц спин. пресса, ног . рук: отжимания, подтягивание	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
6	Упражнения для укрепления мышц спин. пресса, ног . рук:поднимание корпуса, приседания, выпрыгивания из приседа, приседания на 1 ноге.	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
7	Упражнения для развития гибкости мышц ног и спины	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
8	Упражнения для развития гибкости мышц ног и спины	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
9	Упражнения для развития координации и выносливости	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
10	Игры «Два капитана», « Скакалка-подсекалка»	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
11	Игра «Вавилонское столпотворение»	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
12	Эстафеты для развития выносливости	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
13	Чир – прыжки : стредл, абстракт, так, пайк, той – тач.	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		

14	Лип – прыжки :галоп , наскок, высокий лип вперед /в сторону	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
Раздел 3 Специальная физическая подготовка						
15	Правила выполнения элементов	1	Комбинированное	Беседа		
16	Правила выполнения элементов	1	Комбинированное	Беседа		
17	Правила выполнения связок	1	Комбинированное	Беседа		
18	Правила выполнения связок	1	Комбинированное	Беседа		
19	Чир – прыжок стредл	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
20	Чир прыжок абстракт	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
21	Чир прыжок так	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
22	Чир прыжок пайк	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
23	Чир прыжок той - тач	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
24	Лип – прыжок галоп	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
25	Лип – прыжок наскок	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
26	Лип прыжок высокий лип вперед / в сторону	1	Комбинированное	Беседа / Наблюдения		
Раздел 4 Промежуточная аттестация (2 часа)						
27	Проверка теоретических знаний	1	Комбинированное	Беседа		
28	Проверка практических умений	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 5 Техническая подготовка (10 часов)						
29	Техника выполнения элементов акробатики	1	Комбинированное	Беседа		
30	Техника выполнения элементов акробатики	1	Комбинированное	Беседа		

31	Прыжки на 2 – х ногах	1	Комбинированное	Наблюдение		
32	Прыжки на правой/ левой ноге- левая / правая согнута назад	1	Комбинированное	Наблюдение		
33	Прыжки на правой/ левой ноге- левая / правая согнута назад	1	Комбинированное	Наблюдение		
34	Прыжок с двух на левую / правую	1	Комбинированное	Наблюдение		
35	Прыжок с двух на левую / правую	1	Комбинированное	Наблюдение		
36	Прыжок со сменой ног	1	Комбинированное	Наблюдение		
37	Прыжок с поворотом направо на 90°, 180° и 360° и т.д.).	1	Комбинированное	Наблюдение		
38	Прыжок с поворотом налево на 90°, 180° и 360° и т.д.).	1	Комбинированное	Наблюдение		

Раздел 6
Хореография (12 часов)

39	Правила выполнения элементов экстриза	1	Комбинированное	Беседа		
40	Правила выполнения элементов экстриза	1	Комбинированное	Беседа		
41	Правила выполнения ИВС	1	Комбинированное	Беседа		
42	Правила выполнения ИВС	1	Комбинированное	Беседа		
43	Отработка элементов у опоры: пуанте	1	Комбинированное	Наблюдение		
44	Отработка элементов у опоры: пти батман	1	Комбинированное	Наблюдение		
45	Отработка элементов у опоры: дубль батман фондю	1	Комбинированное	Наблюдение		
46	Отработка элементов у опоры: батман сотеню	1	Комбинированное	Наблюдение		
47	Отработка элементов у опоры: батман сотеню	1	Комбинированное	Наблюдение		

48	Отработка элементов у опоры: томбен	1	Комбинированное	Наблюдение		
49	Отработка элементов у опоры: томбе	1	Комбинированное	Наблюдение		
50	Отработка элемента у опоры: ронд де жамп ан леер	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 7 Постановочная работа						
51	Разбор и обсуждение элементов композиции	1	Комбинированное	Беседа		
52	Выявление драматургии (содержания танца), текст движения, поза, жестикуляция	1	Комбинированное	Беседа		
53	Мимика и ритмическая окраска танца.	1	Комбинированное	Беседа		
54	Техника соединения танцевальной связки.	1	Комбинированное	Беседа		
55	Музыкальная грамотность. Понятие музыкального квадрата	1	Комбинированное	Наблюдение		
56	Виды реквизита. Работа с реквизитом	1	Комбинированное	Наблюдение		
57	Изучение разноплановых элементов чирлидинга	1	Комбинированное	Наблюдение		
58	Овладение ритмической окраской танца и способами музыкального наполнения.	1	Комбинированное	Наблюдение		

59	Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика	1	Комбинированное	Наблюдение		
60	Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика	1	Комбинированное	Наблюдение		
61	Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика	1	Комбинированное	Наблюдение		
62	Отработка текста танца: движение рук, позы, жестикуляция, мимика	1	Комбинированное	Наблюдение		
63	Отработка элементов рисунка танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
64	Отработка элементов рисунка танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
65	Отработка элементов рисунка танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
66	Отработка элементов рисунка танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
67	Отработка элементов рисунка танца	1	Комбинированное	Наблюдение		
68	Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.	1	Комбинированное	Наблюдение		
69	Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.	1	Комбинированное	Наблюдение		

70	Драматургическое построение композиции с завязкой, кульминацией и финалом.	1	Комбинированное	Наблюдение		
Раздел 8. Итоговая аттестация						
71	Проверка теоретических знаний	1	Комбинированное	беседа		
72	Показательное выступление для родителей	1	Комбинированное	Наблюдение		

Оценочные и методические материалы для промежуточной аттестации 2 год обучения

Промежуточная аттестация обучающихся состоит из 2 блоков

Блок 1. Проверка теоретических знаний

Вопросы для проверки теоретических знаний (каждый обучающейся отвечает на 3 вопроса)

Максимальное количество баллов - 10

1. Правила поведения на спортивных и других массовых мероприятиях
2. Общая характеристика спортивной подготовки
3. Особенности чирлидинга как вида спорта
4. Дисциплины чирлидинга и чир-спорта. Цели и задачи
5. Определение понятий «Базовые элементы»
6. Значение спортивной подготовки в чирлидинге.
7. Правила выполнения элементов и связок

Оценка теоретических знаний:

Низкий уровень обученности Правильный ответ на 30% вопросов - 4 балла

Средний уровень обученности Правильный ответ на 50% вопросов- 7 балла

Высокий уровень обученности Правильный ответ на 70% вопросов – 10 баллов

Блок 2. Проверка практических умений

Каждый обучающейся выполняет практическое задание, предложенное педагогом: упражнения для укрепления мышц спины, пресса, ног, рук: отжимания, подтягивания, поднимание корпуса из положения лежа на спине и на животе, приседания, выпрыгивания из приседа, приседания на 1 ноге; упражнения для развития гибкости мышц ног и спины: пружинистые движения в тазобедренных суставах, наклоны назад Чир-прыжки: стредл, абстракт, так, пайк, той-тач. Лип-прыжки: галоп, наскок, высокий лип вперед/в сторону

Максимальное количество баллов -5

Оценка практических умений

Низкий уровень обученности : У обучающегося неуверенная координация движений, допускает большое количество ошибок – 3 балла

Средний уровень обученности : обучающейся уверенно выполняет упражнения, допустив 1 – 2 ошибки – 4 балла

Высокий уровень обученности : обучающейся уверенно. Без ошибок выполняет все упражнения

В области определения уровня развития метапредметных и личностных действий используется метод педагогического наблюдения за поведением обучающихся на занятиях

Максимальна оценка за достижение метапредметных результатов - 5 баллов

Максимальна оценка за достижение личностных результатов - 5 баллов

Максимальное количество баллов - 25

ПРОТОКОЛ
результатов промежуточного контроля обучающихся
2027/2028 учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа: «Чирлидинг»

ФИО педагога дополнительного образования: _____

№ группы: _____ Дата проведения: _____

Форма проведения контроля: _____

Критерии оценки результатов: по баллам

Результаты промежуточного/итогового контроля

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметны е	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- средний уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- низкий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- отсутствовало _____ чел.

Освоили обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Чирлидинг»
_____ обучающихся (____ %).

Педагог дополнительного образования: _____ / _____

Заведующий отделом: _____ / _____

Методист: _____ / _____

Оценочные и методические материалы для итоговой аттестации 2 год обучения

Итоговая аттестация обучающихся состоит из 2 блоков

Блок 1. Проверка теоретических знаний

Вопросы для проверки теоретических знаний (каждый обучающейся отвечает на 3 вопроса)

Максимальное количество баллов - 10

1. Техника выполнения элементов акробатики
2. Правила выполнения элементов экзерсиса и ИВС
3. Перестроения в чирлидинге
4. Перемещения одиночных спортсменов
5. Перемещение стантов
6. Виды реквизита. Работа с реквизитом
7. Мимика и ритмическая окраска танца

Оценка теоретических знаний:

Низкий уровень обученности Правильный ответ на 30% вопросов - 4 балла

Средний уровень обученности Правильный ответ на 50% вопросов- 7 балла

Высокий уровень обученности Правильный ответ на 70% вопросов – 10 баллов

Блок 2. Проверка практических умений

Каждый обучающейся получает баллы по результатам показательного выступления в конце учебного года

Низкий уровень обученности : У обучающегося неуверенная координация движений, чувство ритма, артистичность; слабое внимание; неспособность двигаться синхронно, выдерживать рисунок танца. – 3 балла

Средний уровень обученности : Обучающейся освоил материал, спортивно-танцевальные комбинации, но исполняет неуверенно – 4 балла

Высокий уровень обученности : Обучающейся исполняет хореографические номера и комбинации в заданной манере, артистично и легко. Осваивает все упражнения программы. Умеет работать в команде. Сохраняет рисунок- 5 баллов

В области определения уровня развития метапредметных и личностных действий используется метод педагогического наблюдения за поведением обучающихся на занятиях

Максимальное количество баллов -5

Максимальна оценка за достижение метапредметных результатов - 5 баллов

Максимальна оценка за достижение личностных результатов - 5 баллов

Максимальное количество баллов - 25

ПРОТОКОЛ
результатов итогового контроля обучающихся
2027/2028 учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа «Чирлидинг»

ФИО педагога дополнительного образования: _____

№ группы: _____ Дата проведения: _____

Форма проведения контроля: _____

Критерии оценки результатов: по баллам

Результаты итогового контроля

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметные	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- средний уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- низкий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)
- отсутствовало _____ чел.

По результатам итогового контроля ____ (____ %) обучающихся окончили обучение в полном объеме по дополнительной общеобразовательной программе «Чирлидинг»

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) _____ / _____

Заведующий отделом _____ / _____

Методист _____ / _____

Формы и методы, используемые при изучении основных разделов программы

№ п/п	Название раздела	Форма занятий	Методы	Дидактичес кий материал	Форма подведения итогов
1	Теоретическая подготовка. Введение в программу	Групповое занятие	Словесный	Видеофильм	Опрос
2	Общефизическая подготовка	Групповое занятие Индивидуальная работа	Словесный Фронтальный Игровой	Мячи скамейки г/палки г/маты	Опрос / наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	Групповое занятие Индивидуальная работа	Словесный Наглядный Фронтальный	г/маты б/станок	Опрос / наблюдение
4	Техническая подготовка	Групповое занятие Индивидуальная работа	Словесный Наглядный Фронтальный	г/маты скамейки г/палки	Опрос / наблюдение
5	Хореография	Групповое занятие Индивидуальная работа	Словесный Наглядный Фронтальный Игровой	Скамейки помпоны	Опрос / наблюдение
6	Постановочная работа	Групповое занятие Индивидуальная работа	Словесный Наглядный Игровой	Помпоны г/маты	Опрос / наблюдение
7	Промежуточная /итоговая аттестация	Групповое занятие	Словесный Наглядный	Помпоны г/маты	Опрос / наблюдение

Список информационных источников

Литература для педагога

1. Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца. - Орел: ОГИИК, 2011.
2. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Композиция и постановка танца. - Орел: ОГИИК, 2009.
3. Гусак Ш.З. Групповые акробатические упражнения. - М., 2010.
4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно - методической деятельности в физической культуре и спорте. М., 2009 9. Концепция развития физической культуры и спорта в Российской Федерации //Теор. и практ. физ. культ. 2008.
5. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. М., 2009.
6. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности // Теор. и практ. физ. культ. 2006.
7. Носкова С.А. Методические рекомендации по формированию специфических
8. индивидуальных качеств "cheerleaders" - групп поддержки спортивных команд. Метод. пос. для педагогов-инструкторов и тренеров. - М.: МГСА, 2006.
9. Сингина Н.Ф., Кокоулин А.Н. Чирлидинг. Теория и методика спортивной тренировки. Сибирский государственный университет физической культуры и спорта.,2007
10. Твердовская С.В, Краснова Г.В. Чирлидинг для учащихся общеобразовательных школ, ДЮЦ и ДЮСШ. Омск.,2009.
11. Житько,А.Н. Черлидинг – неотъемлемый атрибут повышения зрелищности на соревнованиях и истоки его зарождения/А.Н.Житько // Мир спорта. 2008. - №11. –С. 36-38.
12. Янович,Ю.А., Корнелюк,Т.В., Дюмин,И.М. Организация учебно-тренировочного процесса по черлидингу. Особенности техники выполнения основных акробатических упражнений ЧЕР-программы команд поддержки и методики их обучения/Ю.А.Янович, Т.В. Корнелюк, И.М.Дюмин – Мн.:ГУ «РУМЦ ФВН»,2008.

Литература для учащихся

1. Скребцова Л., Сребцова М., Сказочный справочник здоровья. Для детей и их родителей. Т-1. - М.: Амрита-Русь, 2004.
2. Федотова Е.В., теория и методика спортивных игр. Учебник. - М.:Academia, 2014. - 464 с.
3. Физическая культура. Учебник / Н.В. Решетников и др. - М.: Academia, 2014. - 176 с.

Интернет-ресурсы

<http://spo.1september.ru/> - Спорт в школе

<http://zdd.1september.ru/> - Здоровье детей

<http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/> - Открытый урок

<http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;

<http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России;

<http://lib.sportedu.ru/> - Библиотека по Физической культуре и спорту

<http://kzg.narod.ru/> - Культура Здоровой Жизни

