

# ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
Протокол № 01  
От 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»

\_\_\_\_\_ Кендыш И.А.  
Приказ №\_1457-р  
от 31 августа 2023 г.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

### «ЧЕРЛИДИНГ»

Срок освоения - 3 года.  
Возраст обучающихся – 7-18 лет.

Разработчик:  
Педагог дополнительного образования  
Аксенова Елизавета Александровна

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

**Направленность** - физкультурно-спортивная.

### **Актуальность**

Дополнительная общеразвивающая программа (далее – Программа) направлена по реализацию программ по виду спорта: «ЧЕРЛИДИНГ».

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».

Черлидинг выступает не только как самостоятельный вид спорта, он успешно сопровождает многие спортивные соревнования, усиливает зрелищность других видов спорта.

В связи с анализом социальных проблем общества и учётом появившихся запросов родителей подрастающего поколения на развитие психологической и физической адаптации детей к экстремальным ситуациям, возникающим в современных социальных условиях, данная Программа является востребованной.

Огромное количество детей в возрасте от 7 лет впервые начинают посещать спортивные секции, не имея практического опыта занятиями физической культурой и спортом. Существует большое количество детей, имеющих слабое физическое развитие, но желающих заниматься физической культурой. Данная Программа даёт возможность любому ребенку приобщиться к миру спорта через черлидинг.

Физическая культура выступает как средство воспитания юных спортсменов. Возрастание её роли обуславливает повышение требований к воспитательной работе в дополнительном образовании. При этом важным условием успешной работы с юными учащимися является единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена - итог комплексного влияния факторов социальной системы воспитания, в том числе: семьи, дополнительного образования, педагога.

В ходе занятий у обучающихся формируется единая универсальная двигательная, физическая, психологическая, воспитательная база, которая в дальнейшем будет являться основой не только успешных занятий ребёнка различными видами спорта, но и основой его успешного личностного развития в любой деятельности.

**Отличительная особенность** заявленной программы в том, что она является модифицированной. В ней реализуются локальные воспитательные проекты «Команда в игре», «Кодекс чести» в соответствии с Рабочей программой по воспитанию Учреждения.

При освоении Программы широко используется интенсивное практическое обучение. В ней происходит объединение спорта и эстрадного танца, расширение границ эстрадного танца как составной части нового направления черлидинга. Обучающиеся получают опыт участия в соревнованиях различного уровня. В процессе обучения черлидингу развиваются два основных вектора:

-командные соревнования по программам, подготовленным по специальным правилам;

-привлечение зрителей (болельщиков) на стадионы и в спортивные залы с целью популяризации физкультуры и спорта, здорового образа жизни, создание благоприятного морально-психологического климата на стадионе, поддержка спортивных команд, участвующих в матче.

Чтобы успешно выступить на соревновании, избежать неудачи, участники должны обладать высоким уровнем личностной готовности к соревнованиям и к любым публичным выступлениям. Этому способствуют формы работы, направленные на поддержку ценности командного взаимодействия.

Соревнование становится воспитательным (а не только предметным) событием для обучающихся, когда подготовка к нему, переживание и рефлексия своего участия становится предметом диалога.

Поэтому в данной Программе ярко просматривается взаимосвязь спортивной и воспитательной направленности, а воспитательная составляющая каждого образовательного события организована как поэтапный вход в традицию командного взаимодействия на соревнованиях.

Педагог, который изначально выступает как лидер группы, становится старшим товарищем.

**Адресат Программы** - обучающиеся в возрасте от 7 до 18 лет.

#### **Цель и задачи**

##### **Цель Программы:**

Создание условий для личностного развития обучающихся через воспитание у них готовности к достижению успеха с опорой на командное взаимодействие.

##### **Задачи Программы:**

###### **Обучающие:**

- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- овладение основами техники черлидинга;
- приобретение опыта участия в соревнованиях;
- приобретение навыков использования полученных знаний и умений для самостоятельных занятий;
- обучение использованию в своей речи спортивной терминологии;
- выполнение требований по общей и специальной физической подготовки соответствующей возрастной группы.
- овладение навыками хореографической подготовки;

###### **Развивающие:**

- знакомство, освоение базовых, специальных элементов черлидинга и элементов пространственно-оперативного мышления;
- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);
- развитие способности к взаимодействию и взаимопониманию в малых группах, в команде со взрослыми и сверстниками;

###### **Воспитательные:**

- создание условий для формирования ценности слаженного помогающего командного взаимодействия в условиях внешних соревнований и подготовки к ним;
- создание условий для формирования рефлексивных способностей;
- создание условий для формирования эмоциональной устойчивости;
- создание условий для введения детей в этику нравственных отношений, усвоения и присвоения её детьми;
- создание условий для проживания ситуаций этического поведения в спортивном сообществе;

#### **Условия реализации**

В группу 1-го года обучения принимаются дети в возрасте 7 и старше лет при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 2-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 1-ый год обучения и освоившие его при наличии медицинской справки о состоянии здоровья. Возможен прием детей 8 - 10 лет с хорошими физическими данными, которые определяются педагогом дополнительного образования с помощью контрольных упражнений при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 3-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 2-й год обучения и освоившие его при наличии медицинской справки о состоянии здоровья, а также

дети 10 - 12 лет, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и выполнившие вступительные упражнения, либо спортсмены из других секций при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

Обучающиеся, не освоившие Программу одного из этапов обучения, могут продолжить обучение на том же этапе повторно.

Наполняемость учебной группы по годам обучения (списочный состав):

-1 год обучения – не менее 15 человек

-2 год обучения – не менее 12 человек

-3 год обучения – не менее 10 человек.

В процессе реализации Программы предусматривается возможность:

-организации групповых, подгрупповых, индивидуальных занятий;

-включения элементов электронного и дистанционного обучения;

-использования актуальных методов и форм воспитательной работы;

- участия в метапредметных проектах Учреждения;

- участия в спортивных соревнованиях по черлидингу;

- организации совместных спортивных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями;

-участия в выездных соревнованиях, конкурсах, экскурсиях.

Кадровое обеспечение Программы предполагает наличие квалифицированных педагогов ДО, которые её реализуют.

Данная Программа рассчитана на 3 года.

**Для успешной реализации Программы в материально-техническом обеспечении необходимо наличие:**

-спортивного зала;

-спортивных матов;

-гимнастического коврика;

-аудиоаппаратуры;

-скакалок гимнастических;

-гимнастических палок;

-мячей набивных (медицинболов);

-стенки гимнастической;

-обручей гимнастических;

-зоны приземления для прыжков в длину;

-свистков;

-секундомеров;

-компьютера;

-микрофона;

-веб-камеры.

### **Планируемые результаты.**

#### **Предметные результаты**

-приобретение практического опыта участия в соревнованиях;

-владение техникой выполнения физических упражнений;

-владение спортивной терминологией и терминологией черлидинга;

-способность выполнять учебные задания по общей и специальной физической подготовке в полном объеме;

-владение приемами черлидинга.

-способность вести наблюдения за осанкой;

-способность отбирать физические упражнения и составлять из них индивидуальные комплексы.

#### **Личностные результаты:**

- созданы условия для осознания важности и ценности слаженного командного взаимодействия при подготовке к соревнованиям и участию в них;
- созданы условия для формирования рефлексивных способностей;
- созданы условия для формирования эмоциональной устойчивости;
- созданы условия для расширенного опыта самопредъявления детей в команде;
- созданы условия для обсуждения, опыта проживания, присвоения базовых этических категорий;
- созданы условия для получения опыта проживания ситуаций этического поведения в спортивном сообществе;
- созданы условия для формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни.

**Метапредметные результаты:**

- освоение специальных элементов черлидинга и элементов пространственно-оперативного мышления;
- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);
- приобретение опыта командного взаимодействия с педагогом, в малых группах, команде со взрослыми и сверстниками;
- освоение опыта командного взаимопонимания;
- запоминание действий при выполнении стантов и пирамид; освоение умения действовать в различных ситуациях через быстроту и точность оперативного мышления;
- способность сосредотачивать и переключать внимание на учебном задании;
- способность принимать задачу, выполнять задание и проявлять настойчивость при его выполнении.

**Учебный план  
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное	3	1	2	журнал беседа(offline или online формате
2	Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	7	2	5	входящий контроль наблюдение
3	Упражнения на страховку и самостраховку	14	3	11	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения на развитие выносливости.	12	3	9	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнения на развитие быстроты и координационных способностей.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Упражнения на развитие ловкости.	12	2	10	беседа,

					наблюдение, проверочные задания
7	Соревновательный опыт № 1	12	2	10	беседа, наблюдение
8	Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
9	Упражнения на развитие скоростной выносливости.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Упражнения на развитие «Взрывной силы»	10	1	9	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Инструктаж учащихся по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате)
12	Соревновательный опыт. Районные соревнования № 1	11	2	9	соревнования, наблюдение
13	Партерная гимнастика	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
14	Восстановительные мероприятия. № 1	4	-	4	беседа, наблюдение
15	Ритмика. Основные направления программы.	14	3	11	беседа, наблюдение, проверочные задания
16	Элементы классического танца	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Соревновательный опыт № 2	12	4	8	беседа, наблюдение
18	Станты	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
19	Основы акробатики	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Специальные упражнения на удержание равновесия, на повороты	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Соревновательный опыт № 3	12	4	8	соревнования, наблюдение

22	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
23	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	ИТОГОВЫЙ контроль в виде контрольных нормативов
24	Итоговое занятие.	4	-	4	наблюдение
	Итого:	228	52	176	

### 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате)
2	Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	5	-	5	входящий контроль наблюдение
3	Упражнения на развитие силовых способностей	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения на развитие выносливости	12	1	11	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнения на развитие быстроты и координационных способностей.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Упражнения на развитие ловкости.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
7	Упражнения на развитие скоростной выносливости.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
8	Соревновательный опыт. Районные соревнования № 1	12	2	10	беседа, наблюдение
9	Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей, гибкости	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Танцевальная подготовка	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Хореографическая подготовка	9	2	7	беседа, наблюдение, проверочные

					задания
12	Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате)
13	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	12	2	10	соревнования наблюдение
14	Тренинг партерной гимнастики	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
15	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа наблюдение
16	Упражнения на страховку, самостраховку	14	4	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Станты и пирамиды	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
18	Соревновательный опыт № 3	12	2	10	беседа, наблюдение
19	Основы эстрадно-спортивного танца. Программа Данс.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Основы эстрадно-спортивного танца. Программа Чир.	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Постановочная работа	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
22	Соревновательный опыт. № 4	12	2	10	беседа, наблюдение
23	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
24	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
25	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение показательные выступления online-задание
	Итого:	228	42	186	

### 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	



1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате)
2	Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	5	-	5	входящий контроль наблюдение
3	Упражнения на развитие силовых способностей	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения на развитие выносливости	12	1	11	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнения на развитие быстроты и координационных способностей.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Упражнения на развитие ловкости.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
7	Упражнения на развитие скоростной выносливости.	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
8	Соревновательный опыт. Районные соревнования. № 1	12	2	10	беседа, наблюдение
9	Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Совершенствование хореографической подготовка	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Ритмика. Совершенствование тренинга партерной гимнастики	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
12	Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате)
13	Соревновательный опыт № 2	11	2	9	соревнования, наблюдение
14	Совершенствование элементов классического и народного танца	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
15	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа наблюдение

16	Приемы страховки.	14	4	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Совершенствование эстрадно-спортивного танца. Программа Чир	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
18	Соревновательный опыт № 3	12	2	10	беседа, наблюдение
19	Совершенствование эстрадно-спортивного танца. Программа Данс	12	2	10	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Совершенствование постановочной работы	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Совершенствование чир пражков	12	4	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
22	Соревновательный опыт. № 4	12	2	10	беседа, наблюдение
23	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
24	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
25	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение показательные выступления online-задание
	Итого:	228	42	186	

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
\_\_\_\_\_ Кендыш И.А.  
Приказ №\_1457-р  
от 31 августа 2023 г.

**Календарный учебный график  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Черлидинг»  
на 2023-2024 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по Программе	Дата окончания обучения по Программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	17.06	38	114	228	3 раза в неделю по 2 академических часа.
2 год	01.09	17.06	38	114	228	3 раза в неделю по 2 академических часа.
3 год	01.09	17.06	38	114	228	3 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность академического часа 45 минут.

**Методические материалы  
1 год обучения**

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Организационное	Беседа  (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон;веб-камера
2. Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие(в offline или online формате)  Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; стенка
3. Упражнения на развитие силовых качеств	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
4.Упражнения на развитие выносливости	Практическое занятие(в offline илиonline формате)  Событийная	Диалогово-рефлексивные	1.Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2.Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;

	встреча-знакомство			
5.Упражнения на развитие быстроты и координационных способностей	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
6.Упражнения на развитие ловкости	Практическое занятие(в offline или online формате)  Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
7. Соревновательный опыт № 1	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с.. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
8.Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;

	Педагогическая мастерская		2.Алгоритмы педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	коврики;
	Педагогическая мастерская			
9. Упражнения на развитие скоростной выносливости	Практическое занятие  Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Видеоролики Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; секундомеры; компьютер; микрофон; веб-камера
10. Упражнения на развитие «Взрывной силы»	Практическое занятие  Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; аудиоаппаратура
11. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	спортивный зал; спортивные маты; секундомеры; компьютер; микрофон; веб-камера
12. Соревновательный опыт. Районные соревнования № 1	Соревнование	Диалогово-рефлексивные	Вачков И.В. Психология тренинговой работы. Москва: Эксмо, 2007 г.	компьютер; микрофон;  веб-камера

13. Партерная гимнастика	Практическое занятие  Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
14. Восстановительные мероприятия № 1	Практическое занятие  Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
15. Ритмика. Основные направления программы	Практическое занятие  Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
16. Элементы классического танца	Практическое занятие  Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура

			[Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	
17. Спортивный опыт № 2	Практическое занятие  Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
18. Станты	Практическое занятие  Педагогическая мастерская  Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с 3. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
19. Основы акробатики	Практическое занятие  Видео настрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с.2.Видеоролик Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
20. Специальные упражнения на удержание равновесия, на повороты	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки гимнастические; гимнастические палки;



21. Соревновательный опыт. № 3	<p>Практическое занятие</p> <p>Футбольный баттл</p>	Диалогово-рефлексивные	<p>1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с.</p> <p>2. Сценарий футбольного баттла Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a></p>	спортивный зал; аудиоаппаратура
22. Восстановительные мероприятия № 2	<p>Практическое занятие</p> <p>Социально-психологический пост-тренинг</p>	Диалогово-рефлексивные	<p>1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с.</p> <p>2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a></p>	спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки гимнастические; гимнастические палки; обручи гимнастические;
23.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; спортивные маты;
24.Итоговое занятие	<p>Показательные выступления</p> <p>Групповой проект</p> <p>Физкультурно-спортивный праздник</p>	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики

## 2 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Беседа (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
2. Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие (в offline или online формате)  Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; стенка гимнастическая; зона
3. Упражнения на развитие силовых качеств	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
4. Упражнения на развитие выносливости	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
5. Упражнения на развитие быстроты и координационных	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г –	спортивный зал; спортивные маты;

способностей	Событийная встреча-знакомство		249с 2.Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
6.Упражнения на развитие ловкости	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
7.Упражнения на развитие скоростной выносливости	Практическое занятие(в offline или online формате)  Мотивационный тренинг»	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
8. Соревновательный опыт. Районные соревнования № 1	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с.. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;

			[Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	
9. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей, гибкости	Практическое занятие Педагогическая мастерская Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Алгоритмы педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; аудиоаппаратура
10. Танцевальная подготовка	Практическое занятие Видео настрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Видеоролики Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки
11. Хореографическая подготовка	Практическое занятие(в offline или online формате) Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
12. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон;  веб-камера
13. Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	Соревнование( в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Вачков И.В. Психология тренинговой работы. Москва: Эксмо, 2007 г.	спортивный зал; спортивные маты;
14. Тренинг партерной гимнастики	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов,	спортивный зал; спортивные

	Интерактивный практикум		М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П. Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
15. Восстановительные мероприятия № 1	Практическое занятие (в offline или online формате)  Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д. Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
16. Упражнения на страховку, само страховку	Практическое занятие  Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П. Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
17. Станты и пирамиды	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
18. Соревновательный	Практическое	Диалогово-	1. Черлидинг в практике физического воспитания:	спортивный зал;

опыт № 3	занятие(в offline или online формате)  Педагогическая мастерская	рефлексивные	методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2.Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры
19. Основы эстрадно-спортивного танца. Программа Данс.	Практическое занятие Педагогическая мастерская  Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с 3. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры
20. Основы эстрадно-спортивного танца. Программа Чир.	Практическое занятие(в offline или online формате)  Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2.Видеоролик Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры
21. Постановочная работа	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
22. Соревновательный	Соревнование(	Диалогово-	1. Черлидинг в практике физического воспитания:	спортивный зал;

опыт. № 4	в offline или online формате) Футбольный баттл	рефлексивные	методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Сценарий футбольного баттла Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	аудиоаппаратура
23. Восстановительные мероприятия № 2	Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки гимнастические; гимнастические палки; обручи гимнастические;
24.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
25.Итоговое занятие	Показательные схватки Групповой проект Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура

### 3 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Беседа (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер;  микрофон; веб-камера
2. Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие (в offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; стенка гимнастическая; зона
3. Упражнения на развитие силовых способностей	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
4. Упражнения на развитие выносливости	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура



5. Упражнения на развитие быстроты и координационных способностей	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
6. Упражнения на развитие ловкости	Практическое занятие (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
7. Упражнения на развитие скоростной выносливости	Практическое занятие (в offline или online формате) Мотивационный тренинг»	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга] / Г.Д. Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;
8. Соревновательный опыт. Районные соревнования № 1	Практическое занятие (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;

			<p>2. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с..</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс].</p> <p><a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a></p>	<p>аудиоаппаратура скакалки гимнастические;</p>
<p>9. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей</p>	<p>Практическое занятие</p> <p>Педагогическая мастерская</p> <p>Педагогическая мастерская</p>	<p>Диалогово-рефлексивные</p>	<p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Алгоритмы педагогической мастерской</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс].</p> <p><a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a></p>	<p>спортивный зал; аудиоаппаратура</p>
<p>10. Совершенствование хореографической подготовки</p>	<p>Практическое занятие</p> <p>Видео настрой от знаменитых спортсменов</p>	<p>Диалогово-рефлексивные</p>	<p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Видеоролики</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс].</p> <p><a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a></p>	<p>спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки</p>
<p>11. Ритмика. Совершенствование тренинга партерной гимнастики</p>	<p>Практическое занятие (в offline или online формате)</p> <p>Физкультурно-спортивный праздник</p>	<p>Диалогово-рефлексивные</p>	<p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Сценарий физкультурно-спортивного праздника</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс].</p>	<p>спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки гимнастические;</p>

			<a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	
12. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон;  веб-камера
13. Соревновательный опыт. № 2	Соревнование(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Вачков И.В. Психология тренинговой работы. Москва: Эксмо, 2007 г.	спортивный зал; спортивные маты;
14. Совершенствование элементов классического и народного танца	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П. Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
15. Восстановительный мероприятия № 1	Практическое занятие(в offline или online формате) Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д. Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
16. Приемы страховки.	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура

			психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	скакалки гимнастические;
17.Совершенствовани е эстрадно- спортивного танца. Программа Чир.	Практическое занятие Событийная встреча- знакомство	Диалогово- рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура скакалки
18. Соревновательный опыт № 3	Практическое занятие(в offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово- рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2.Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры
19. Совершенствование эстрадно- спортивного танца. Программа Данс.	Практическое занятие Педагогическая мастерская Мотивационный тренинг	Диалогово- рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с 3. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры

20.Совершенствование постановочной работы	Практическое занятие(в offline или online формате) Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2.Видеоролик Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура секундомеры
21.Совершенствование чир прыжков	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура
22.Соревновательный опыт. № 4	Соревнование(в offline или online формате) Футбольный баттл	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Сценарий футбольного баттла Таблица нормативов Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	спортивный зал; аудиоаппаратура
23.Восстановительные мероприятия № 2	Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Черлидинг в практике физического воспитания: методические указания / В.А. Гребенникова, А.И. Карпов, М.А. Носенко; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 76 с. 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов	спортивный зал; аудиоаппаратура скакалки гимнастические; гимнастические палки; обручи гимнастические;

			Официальный сайт федерации чир спорта России [Электронный ресурс]. <a href="http://www.cheerleading.ru">http://www.cheerleading.ru</a>	
24.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики;
25.Итоговое занятие	Показательные схватки Групповой проект Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; спортивные маты; гимнастические коврики; аудиоаппаратура

## Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится:

1. **Входящий контроль**
2. **Итоговый контроль**

**Входящий контроль** проводится в начале учебного года в сентябре ( в offline или online формате) и включает в себя мероприятия, направленные на определение начального уровня общей физической подготовленности обучающихся.

Цель **входящего контроля** – определить стартовый уровень умений и спортивной подготовленности учащегося при поступлении в образовательное учреждение, и на начало учебного года.

Входящий контроль проводится в форме выполнения контрольных нормативов.

**Итоговый контроль** представляет собой окончательную оценку результатов освоения программы в конце каждого года обучения.

**Итоговый контроль** проводится в конце учебного года в мае ( в offline или online формате) и включает в себя мероприятия, направленные на определение итогового уровня подготовки обучающихся.

Цель итогового контроля – выявить приобретенный уровень физической и спортивной подготовки обучающихся.

Итоговый контроль проводится в форме выполнения контрольных нормативов.

**Входящий и итоговый контроль необходимы** для систематического сбора информации об успешности образовательного процесса, контроле над состоянием физического развития, физической подготовленности обучающихся.

Перечень, порядок проведения контрольных испытаний, нормативные требования по общей, специальной физической и технической подготовке учитывают требования для данного биологического возраста детей и скорректированы с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Результаты **входящего и итогового контроля** отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

Результаты определения **начального уровня** умений и спортивной подготовленности (входящего контроля) заносятся в диагностические карты на начало года.

Результаты **итогового контроля** в виде выполнения контрольных нормативов заносятся в диагностические карты на конец года.

По результатам итогового контроля 1,2,3 года обучения определяется уровень подготовленности обучающихся («высокий уровень», «средний уровень», «низкий уровень»), который отражается в ведомостях Формы 10 .

**Оценка метапредметных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

1) в ходе выполнения учащимися контрольных заданий, одновременно с оценкой предметных результатов. В этом случае педагогом для выбранного типа контрольного задания обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка регуляторных или коммуникативных УУД) и составляется форма фиксации (например, карта наблюдения или экспертной оценки).

2) в процессе занятий по учебному плану, проводимых в специально-организованных педагогических формах (педагогических технологиях), позволяющих оценивать уровень проявленности УУД определенного типа. В этом случае педагогом определяется тема занятия из учебного плана, педагогически целесообразная форма (или технология) проведения занятия, обозначается цель оценки метапредметного уровня

(например, оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД)

3) в процессе организации метапредметных проектов разного уровня:

- в ходе реализации индивидуальных, групповых проектов внутри направления ДО;
- внутриорганизационных проектов учреждения, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа;
- межорганизационных (социальных, социо-культурных и иных, в т.ч. сетевых, проектов, мероприятий, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа.

В данном случае педагогом определяется и предлагается на выбор обучающимся тип и уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей), обозначается цель оценки метапредметного уровня (оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио)

**Оценка личностных результатов** осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;
- результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;
- по согласованию, процедура оценивания может осуществляться с привлечением специалистов учреждения, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

**Оценка личностных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

- в процессе участия обучающихся в конкурсах, выставках различного уровня, творческих мастер-классах, выездов на тематические экскурсии, в музеи, на природу, историко-культурной и духовно-нравственной направленности личностно-ориентированной, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам становления духовно-нравственной личности.
- в процессе организации метапредметных проектов и мероприятий социальной, духовно-нравственной направленности, в т.ч. сетевых, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам возрастосообразного личностного развития.

В данном случае педагогом: определяется и предлагается обучающимся на выбор тип мероприятия или уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей); обозначается цель оценки личностных результатов (оценка компонентов личностного развития, отвечающих задачам становления духовно-нравственной личности), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио), обеспечиваются процедуры конфиденциальности.

Конкретизация форм оценки метапредметных и личностных результатов осуществляется каждым педагогом согласно учебным планам по годам обучения с учетом плана работы педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися образовательных программ отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 3 лет обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.