

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом
Специализированной детско-юношеской
спортивной школы олимпийского резерва № 2
(протокол от 14.04.2023 № 2)

УТВЕРЖДАЮ

(приказ № 1296-ОД от 04.05 2023 г)

Генеральный директор
М.Р. Катунова



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Чирлидинг»**

Возраст учащихся – 10-13 лет

Срок реализации: 3 года

Уровень освоения: базовый

**Разработчик-
Титова Ксения Марковна
Педагог дополнительного образования**

ОДОБРЕНА

Методическим советом

ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»

(протокол от 04.05.23 № 8)

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Черлидинг» (далее по тексту ПРОГРАММА) реализуется в секторе дополнительного образования Специализированной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва № 2.

ПРОГРАММА имеет **физкультурно-спортивную** направленность

Адресат программы девочки 10-13 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий спортом и физическим нагрузкам (наличие медицинской справки о состоянии здоровья) с обязательным учётом их интересов, склонностей и способностей. В группы набираются все желающие, с последующей диагностикой первоначальных навыков.

Актуальность Занятия чирлидингом отвечает потребностям современных детей и их родителей. Данная программа направлена на то, чтобы увеличить двигательную активность ребенка, а также способствует развитию лидерских качеств и чувств коллективизма. Чирлидинг тесно перекликается со многими видами спорта (спортивная и художественная гимнастика, спортивная аэробика, акробатика, батут, спортивная хореография) поэтому обеспечивает всестороннее развитие учащихся.

Уровень освоения: базовый.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на обучение сроком 3 года, общий объем 648 часов (216 часов в год).

Цель программы создание оптимальных условий для подготовки одаренных обучающихся к дальнейшим занятиям чирлидингом и укрепление их здоровья

Задачи

Обучающие

- Приобрести соревновательный опыт путем участия в соревнованиях;
- Обучить спортивной хореографии и технике выполнения элементов чирлидинга;

Развивающие

- Развить организаторские навыки у учащихся для проведения занятий в качестве помощника педагога;
- Развить чувство ритма, музыкального слуха, пластики движений;

Воспитательные

- Сформировать потребность в занятиях чирлидингом, как составляющей здорового образа жизни;
- Привить дисциплинированность, умение работать в команде.

Планируемые результаты

В результате успешного освоения программного содержания у учащихся будут сформированы:

Предметные результаты

- Приобретение соревновательного опыта и навык свободно держаться на сцене;
- Повышение спортивного мастерства занимающихся по виду спорта чирлидинг;

Метапредметные результаты

- Способность помогать в ходе тренировочного процесса педагогу;
- Освоены способы развития музыкального слуха и пластики движений;

Личностные результаты

- Сформирована культура здорового образа жизни и устойчивый интерес к занятиям чирлидингом;
- Привиты навыки командной работы и ответственности перед коллективом.

Организационно- педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы

Государственный язык РФ –русский

Форма обучения

Программа реализуется в очной форме или в формате внеаудиторной (самостоятельной работы)

Особенности реализации

Возможна реализация программы или ее части с применением дистанционных образовательных технологий.

Условия набора и формирования групп

Набор детей в группы обучения осуществляется на основании медицинского заключения о состоянии физического здоровья, личного заявления родителей (законных представителей) и личного желания ребенка.

Группы формируются с учетом возраста и уровня подготовки учащихся 4-6 классов (10-13 лет) по результатам тестирования и наличия базовых знаний/опыта в области деятельности общей физической подготовки и чирлидинга.

Максимальный состав группы не должен превышать 16 человек с учетом соблюдения правил техники безопасности.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании комплексной оценки подготовки учащихся: теоретических знаний, общей физической подготовки (ОФП), специальной физической подготовки (СФП), обязательных элементов чирлидинга, регламентированных нормативными требованиями Программы. В случае невыполнения этих требований (обязательные элементы чирлидинга) учащиеся остаются в группе, но не участвуют в соревнованиях. В каждую из групп продолжающих обучение при наличии свободных мест возможен дополнительный приём детей, при соответствующей требованиям данного этапа обучения физической подготовке кандидатов.

Формы организации и проведения занятий

Учебные занятия проводятся всем коллективом объединения. Возможно участие в соревнованиях, организации самостоятельной работы, бесед и игровой формы занятий.

1 год обучения: 3 занятия в неделю по 2 академических часа,

2 год обучения: 3 занятия в неделю по 2 академических часа,

3 год обучения: 3 занятия в неделю по 2 академических часа.

Материально-техническое оснащение

Зал для аэробики и шейпинга с зеркальным оформлением стен, батутный класс (акробатическая дорожка, батут, прыжковая яма). Набор спортивного инвентаря: спортивные маты, скакалки, спортивные коврики, подкидная доска (мостик), музыкальная аппаратура, обязательное наличие аптечки первой помощи. Костюмы для соревновательной деятельности, помпоны (в количестве учащихся в группе).