



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №17 Невского района Санкт-Петербурга
192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1
тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60
ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТА:

на Педагогическом совете
Протокол № 1
от « 31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА:

Приказ № 77-ш от «01» сентября 2023
Директор ГБОУ школа № 17
Невского района Санкт-Петербурга
С.В. Сандеева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЧИРЛИДИНГ»

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: 12-17 лет

Разработчик:
Виниченко Дарина Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Чирлидинг» имеет спортивную направленность

Адресат программы Программа адресована учащимся с умственной (интеллектуальными нарушениями) младшего, среднего школьного возраста (12-17 лет).

Актуальность программы в том, что она создает условия для продвижения обучающихся к образцам физического совершенства. Позволяет им приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки, создает возможности для выбора идеалов духовности и созидательного творчества. Занятия чирлидингом развивают физические способности, а так же смелость, решительность, целеустремленность, настойчивость, взаимоуважение, взаимовыручку, ответственность, умение работать в команде, т.е. коммуникативную, социальную и нравственную компетенции обучающихся. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, пластику, формируют правильную осанку и походку. У подростков развивается координация движений, суставная подвижность, укрепляется опорно-двигательный аппарат. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты. Происходит развитие паралингвистической системы (качество голоса, его диапазон, тональность), экстралингвистической системы (около речевые приемы), оптико-кинестической системы (знаки, мимика, пантомимика, жесты: иллюстраторы, регуляторы, эмблемы, адаптаторы, афоректоры).

В спортивно-досуговой деятельности обучающихся устанавливается гармоничная связь между обучением и здоровьем, развиваются физические качества личности, происходит снятие напряжения, накопившегося утомления.

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее ориентации на определенный возраст, физическую подготовленность и пол обучающихся. Обучение выстраивается на принципах доступности, «Не навреди!», биологической целесообразности, интеграции, индивидуализации, возрастных изменений в организме, его биоритмической структуры, красоты и эстетической целесообразности, гармонизации всей системы ценностных ориентаций подростков. Программа разработана с учетом корректировки в современных условиях теоретических концепций и практики функционирования чирлидинга как вида спорта.

Уровень освоения программы общекультурный

Уровень освоения программы	Показатели	Целеполагание	Требования к результативности усвоения программы
	Срок реализации	Максимальный объём программы в год	
Общекультурный	1 год обучения	36	-формирование и развитие творческих способностей детей; -формирование общей культуры учащихся; -удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании ; - формирование культурного здорового и безопасного образа жизни.

Срок реализации программы 1 год

Режим занятий

Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий
1	Продолжительность академического часа в образовательном учреждении составляет 40 минут.

Цель и задачи :

Цель: всестороннее гармоничное развитие занимающихся, основанное на воспитании морально-волевых и нравственно-этических качеств в подготовке воспитанников в области Черлидинга на основе общеразвивающих физических и хореографических функций.

Задачи:

Образовательные задачи:

1. Способствовать овладению воспитанниками элементами гимнастическими и танцевальными движениями Черлидинга.
2. Обучать навыкам хореографии.
3. Формировать музыкально-двигательные навыки по средствам хореографии.
4. Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам гимнастики и Черлидинга.

Развивающие задачи:

1. Развитие у занимающихся специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в данном виде спорта.
2. Развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести, выносливости)
3. Развитие артистических способностей.
4. Развитие уверенности в себе, своих силах и готовности к высоким спортивным достижениям.

Воспитательные задачи:

1. Формировать патриотизм.
2. Воспитывать высокие волевые, морально-этические и эстетические качества.
3. Воспитывать чувство ответственности и товарищества.
4. Приобщить занимающегося к здоровому образу жизни.

Коррекционно- развивающие:

- Содействовать двигательной организации синхронного выполнения разнообразных построений и передвижений в соответствии с различным характером и темпом музыкального произведения;
- развивать общую и тонкую моторику, мимику;
- Развивать и корректировать слухо- зрительно- двигательную координацию;
- развивать пространственную организацию движения.

Планируемые результаты

Результат	
Предметные	- знать правила техники безопасности при занятии чирлидингом;
	- иметь представления об основных понятиях чирлидинга: разминка, офп, сфп, стрейчинг, акробатика, гимнастика, поддержки, кричалки и пр.;
	- уметь использовать различные танцевальные направления;
	- уметь контролировать свое эмоциональное состояние на выступлениях
Личностные	- формирование и развитие творческих способностей, общей культуры учащихся;
	- развитие познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;

	- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
	- развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;
	- приобретение опыта самостоятельного оценивания собственной работы
	- развитие логического и образного мышления, фантазии, внимания, памяти, артистичности;

- **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Язык реализации программы

Русский

Форма обучения

Очная

Особенности реализации программы

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться ЧЕРЛИДИНГОМ с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел ЧЕРЛИДИНГ в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека

• **Условие набора в коллектив.**

В группу принимаются все желающие заниматься чирлидингом, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям. Для занятий необходимо иметь допуск врача.

• **Условия формирования групп.**

В группу принимаются обучающиеся разных возрастов и обучающиеся по разным программам обучения.

• **Наполняемость группы.**

Количество учащихся в группе до 10 человек. Зачисляются обучающиеся которые учатся по разным программам обучения.

• **Формы проведения занятий.**

Включают в себя теорию и практику. Каждое занятие содержит разминку (ОРУ, стрейчинг), ОФП, СФП, элементы гимнастики и акробатики, составление и разучивание танцевальных движений, разучивание поддержек, разработка кричалок. Два раза в год происходит сдача спортивных нормативов. В течение года происходят как запланированные, так и внеплановые выступления (по приглашениям). В программу включена теоретическая часть, которая реализуется следующими принципами и методами

• **Формы организации деятельности учащихся на занятии с указанием конкретных видов деятельности;**

Успех в достижении результатов зависит от правильно оставленной перед ребёнком цели, от методов и приёмов обучения с учётом актуального морально- психологического состояния и физических возможностей каждого учащегося;

- фронтальный (одновременная работа со всеми учащимися)

- коллективная (творческое взаимодействие между всеми детьми), постановка танцевальных номеров.

• **Материально- техническое обеспечение программы;**

Занятия проходят в рекреации .

Оборудование: музыкальный центр

**Учебный план 2023-2024 года обучения
1 год обучения (для 12-17 лет)**

№	Раздел	Всего	Количество часов		Форма аттестации.
			Практ.	Теорет.	
1	Вводное занятие	2		2	
2	Общая физическая подготовка	13	13		Мониторинг физического развития
3	Специальная физическая подготовка	13	13		Мониторинг физического развития
	Хореографическая подготовка	8	8		
4	ИТОГО	36			



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №17 Невского района Санкт-Петербурга**

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1

тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

Утвержден

Приказ № _____ от « ____ » _____ 20 ____

Директор

_____ ФИО

" ____ " _____ 20 ____

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы

«Чирлидинг»
на 2023-2024 учебный год

Педагог: Виниченко Дарина Юрьевна

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество во учебных недель	Количество во учебных дней	Количество во учебных часов	Режим занятий
<i>1 год</i>	<i>1.09.2023</i>	<i>20.05.2024</i>	<i>34</i>	<i>170</i>	<i>34</i>	<i>1 раз в неделю</i>

Задачи (по текущему году)

Задачи:

Образовательные задачи:

1. Способствовать овладению воспитанниками элементами гимнастическими и танцевальными движениями Чирлидинга.
2. Обучать навыкам хореографии.
3. Формировать музыкально-двигательные навыки по средствам хореографии.
4. Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам гимнастики и Чирлидинга.

Развивающие задачи:

1. Развитие у занимающихся специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в данном виде спорта.
2. Развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести, выносливости)
3. Развитие артистических способностей.
4. Развитие уверенности в себе, своих силах и готовности к высоким спортивным достижениям.

Воспитательные задачи:

1. Формировать патриотизм.
2. Воспитывать высокие волевые, морально-этические и эстетические качества.
3. Воспитывать чувство ответственности и товарищества.
4. Приобщить занимающегося к здоровому образу жизни.

Ожидаемые результаты (по текущему году)

<i>Результат</i>	
<i>Предметные</i>	- знать правила техники безопасности при занятии чирлидингом; - иметь представления об основных понятиях чирлидинга: разминка, офп, сфп, стрейчинг, акробатика, гимнастика, поддержки, кричалки и пр.;
	- уметь использовать различные танцевальные направления;
	- уметь контролировать свое эмоциональное состояние на выступлениях
<i>Личностные</i>	- формирование и развитие творческих способностей, общей культуры учащихся;
	- развитие познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
	- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
	- развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;
	- приобретение опыта самостоятельного оценивания собственной работы
	- развитие логического и образного мышления, фантазии, внимания, памяти, артистичности;

Содержание образовательной программы (по каждому году)

№	Раздел	Вс его	Количество часов	
1	Вводное занятие	2	5	
2	Общая физическая подготовка	13	13	Мониторинг физического развития
3	Специальная физическая подготовка	13	13	Мониторинг физического развития
	Хореографическая подготовка	8	8	
4	ИТОГО	36		

Содержание раздела(темы)

1.Общая физическая подготовка

-Строевые упражнения.

Построение в одну шеренгу и перестроение в две шеренги; построение в колонну по одному и перестроение в колонну по два.

Движение строевым и походным шагом. Обозначение шага на месте и в движении. С движения вперед обозначение шага на месте. Остановка.

Движение бегом. Переходы с бега на шаг, с шага на бег.

Повороты в движении (налево, направо). Перемена направления, Захождение плечом.

- Развитие ловкости

Упражнения на снарядах (гимн. Стенка, скамейка), передвижение по ограниченной опоре, «полоса препятствий» с использованием подручных средств.

- Развитие общей выносливости

Бег на длинные и короткие дистанции.

Для рук: поднимание и опускание рук вперед, вверх, назад, в стороны; движения прямыми и согнутыми руками в различном темпе; круги руками в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях (одновременные, поочередные, последовательные)

Для шеи и туловища: наклоны, повороты круговые головой и туловищем в основной стойке, в стойке ноги врозь, в стойке на коленях, сидя на полу (скамейке) с различными положениями рук и движениями руками с изменением и амплитуды движений. Дополнительные (пружинящие) движения туловищем вперед, в сторону.

Для ног: сгибание и разгибание стоп, и круговые движения стопой. Полуприседы и приседы в быстром и медленном темпе; то же на одной ноге с одновременным подмигиванием другой вперед или в сторону (с опорой и без опоры).

- Развитие гибкости

Шпагат (правый, левый, поперечный), шпагат с различными наклонами вперед, назад, в сторону и с различными движениями руками. Движения ногами (махи) в различных направлениях и с максимальной амплитудой; медленные движения ногами с фиксацией конечного положения в течение нескольких секунд. Упражнения вдвоем (с сопротивлением).

Планируемые результаты изучения раздела(темы)

- техника безопасности на занятиях в спорт зале

- Понятия «строй», «шеренга», «колонна», «ряд», «направляющий», «закрывающий», «интервал», «дистанция».

- Предварительная и исправительная команды. Повороты на право, налево, кругом, пол-оборота. Расчет.

- первая помощь при травмах

- Правила выполнения упражнений для развития физических качеств

- развитие у занимающихся специальных знаний, и умений в данном виде спорта

- основы техники и методика обучения в спортивному Чирлидингу

- правила соревнований по Чирлидингу

- Основные виды гимнаст.упр.; упр. с лентой (динамические, статические упр)

- Обучение и приобретение навыков базовых движений и простых комбинаций.

- развитие у занимающихся специальных знаний, и умений в данном виде спорта

- Умение работать в команде

- Сплочённость коллектива

- Эмоциональная устойчивость

- Поведение команды в условиях спортивного прессинга, эмоциональное напряжение

- пропаганда асоциального поведения

- Музыкальный такт; различный ритм музыки

- Выполнение упражнений под музыкальное сопровождение

- Обучение и приобретение навыков базовых движений и простых комбинаций.

- развитие у занимающихся специальных знаний, и умений в данном виде спорта – Чирлидинг

- Правила выполнения переводных тестов

- Правила выполнения тестовых упражнений; нормативы

- Развитие прыгучести

Из сомкнутой стойки на рейке гимнастической стенки, лицом к опоре, хватом руками на уровне груди - подъем на носки (на время: за 10с.-15 раз, повторить серию 3-4 раза с интервалом отдыха 1-3мин.), то же в стойке ноги вместе носки врозь.

Пружинный шаг (10-15с.), пружинный бег (20-45с.).

- Развитие быстроты

Различные эстафеты и игры с бегом и прыжками, используя скакалки, мячи, утяжелители и др.

2. Специальная физическая подготовка

Освоение Basic-step (при помощи Степ-платформы), включающие движения рук и ног, так же согласование движений в целом с учетом ритма музыки. Добавляется баллистический стретчинг. Повышаем силовую нагрузку в соответствии с данным возрастом занимающегося.

1. Базовый шаг (Basic)- основной – (4сч)

2. Шаг-ви Основной и Попеременный шаг (V-step) – (4сч)

3. Касание Внизу и Вверху-Основной (Tap Up-Tap Down)

4. Касание Внизу –Попеременный (Tap Down) – (8сч)

5. Касание Вверху –Попеременный (Tap Up) – (8сч)

6. Шаг с касанием (Step Tap) – (4сч)

7. Шаг с Подъемом-Основной и Попеременный (Lift Steps)

8. Врозь Вниз-Основной и Попеременный (Straddle Down) – (4сч)

9. Врозь Вверх-Основной и Попеременный (Straddle Up) – (4сч)

10. Шаг с Поворотом-Попеременный (Turn Step) – (8сч)

11. Через Верх Попеременный (Over the Top) – (8сч)

Упражнения с лентой:

-круги; вертикальные; горизонтальные

-змейки; вертикальная, горизонтальная

-гимнастические комбинации в сочетании с лентой

-музыкальные спортивно-хореографические композиции

-упражнения с помпонами

3. Техничко-тактическое мастерство

Моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе

Психологическое состояние во время программы.

4. Хореографическая подготовка

- резкое сгибание ноги в положение сюр леку де пье и разгибание на 45 град. (батман фраппе);
- круги ногой по полу (рон де жамб пар тер);
- подъем на полупальцы (релеве);
- махи ногами на 90 град. и выше в 3 и 5 позициях (гран батман жете);
- махи ногами вперед-назад (гран батман жете балансе);
- поднимание ноги вперед, в сторону, назад в 3 и 5 позициях (батман де-велопе)

5. Контрольно-переводные нормативы

Календарно-тематический план (по текущему году)

Наименование тем занятий	Количество часов		Дата занятий	
	теория	практика	план	факт
Вводное занятие				
Вводный инструктаж по ТБ; Основы знаний о развитии Чирлидинга	1			
Правила соревнований	1			
Личная гигиена и внешний вид чирлидера				
Методика общей, партерной разминки; Специальная разминка; Дозировка	1	1		
Переход от одного вида деятельности к другому (хореография – акробатика - гимнастика)	1			
Теория и история чирлидинга				
Введение последующих участников команды	1			
Базовые положения рук (различные варианты)		1		
Базовые махи, прыжки		1		
Прогрессии сложностей в положениях флайера		1		
Прогрессии сложностей в обучении спускам		1		
Прогрессии сложностей в обучении спускам				
Пирамиды.		1		
Простейшие построения пирамид в один ярус		1		
Простейшие построения пирамид в один ярус		1		
Простейшие построения пирамид в один ярус		1		
Построение пирамид с использованием дополнительного спорт. инвентаря		1		
Построение пирамид с использованием дополнительного спорт. инвентаря		1		
Обучение Чир – прыжкам Изучение от простого к сложному: Кабриоль вперед, назад; Ножницы вперед, назад; Арабеск;	1	1		
Обучение Чир – прыжкам Изучение от простого к сложному: Кабриоль вперед, назад; Ножницы вперед, назад; Арабеск;	1	1		

Обучение Чир – прыжкам Изучение от простого к сложному: Кабриоль вперед, назад; Ножницы вперед, назад; Арабеск;		<i>1</i>		
Пружина; Стедп; Врозь; Шпагат		<i>1</i>		
Пружина; Стедп; Врозь; Шпагат		<i>1</i>		
Программа «Данс»				
Совершенствование изученных прыжков		<i>1</i>		
Простой пируэт; Солнышко		<i>1</i>		
Пируэт- флажок; Фуэте;		<i>1</i>		
Джаз-пируэт; Грант;		<i>1</i>		
Аттитюд; Тур-пике		<i>1</i>		
Повтор изученных пируэтов		<i>1</i>		
Повтор изученных пируэтов		<i>1</i>		
Художественные занятия, физическая подготовка				
ОФП (общая физическая подготовка): последовательная работа со всеми группами мышц (рук, ног, туловища, шеи, стоп и т.д.)		<i>1</i>		
СФП (специальная физическая подготовка), в соответствии с темой урока		<i>1</i>		
ОФП (общая физическая подготовка): последовательная работа со всеми группами мышц (рук, ног, туловища, шеи, стоп и т.д.); Увеличение нагрузки		<i>1</i>		
СФП (специальная физическая подготовка), в соответствии с темой урока. Увеличение нагрузки (количества)		<i>1</i>		
ОФП (общая физическая подготовка): последовательная работа со всеми группами мышц (рук, ног, туловища, шеи, стоп и т.д.); Увеличение нагрузки		<i>1</i>		
СФП (специальная физическая подготовка), в соответствии с темой урока. Увеличение нагрузки (количества)		<i>1</i>		
ОФП (общая физическая подготовка): последовательная работа со всеми группами мышц (рук, ног, туловища, шеи, стоп и т.д.); Увеличение нагрузки. Воспитание морально-волевой подготовки черлидеров		<i>1</i>		
СФП (специальная физическая подготовка), в соответствии с темой урока. Увеличение нагрузки (количества). Восстановление функционального состояния организма занимающихся.		<i>1</i>		
Сдача контрольных нормативов.	<i>1</i>	<i>1</i>		

Методические и оценочные материалы
Методические материалы.

№	Тема программы (раздел)	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
---	-------------------------	---------------------------	-----------------	---	-------------------------

1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	Тренировочное практическое занятие с ознакомительной беседой.	<i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; <i>Познават.:</i> -показ -просмотр видеоматериалов <i>Социальные методы:</i> -наблюдение; <i>Практические:</i> -упражнение; -круговая тренировка <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа; -дискуссия		Опрос . Проверка умения быстро запоминать танцевальную «восьмерку»
2	ОФП и СФП	Тренировочное практическое занятие	<i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; -порицание; <i>Познават.:</i> -позн.игры; <i>Социальные методы:</i> -наблюдение; -игра; -создание ситуации взаимопомощи; <i>Практические:</i> -упражнение; -игра; -круговая тренировка <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа; -дискуссия		Сдача спортивных нормативов
3	Акробатика	Тренировочное практическое занятие	<i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; -порицание; <i>Социальные методы:</i> -наблюдение;		Техника выполнения акробатических элементов

			<p><i>Практические:</i> -упражнение; <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа; -дискуссия</p>		
4	Растяжка (стрейчинг)	Тренировочное практическое занятие	<p><i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; -порицание; <i>Социальные методы:</i> -наблюдение; -игра; -создание ситуации взаимопомощи ; - взаимопроверка; <i>Практические:</i> -упражнение; -игра; -наблюдение; <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа; -дискуссия</p>		Спортивные нормативы на гибкость
5	Танцевальные направления	Тренировочное практическое занятие	<p><i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; -порицание; <i>Познават.:</i> - видеоматериалы <i>Социальные методы:</i> -наблюдение; -игра; -создание ситуации взаимопомощи ; <i>Практические:</i> -упражнение; -игра; <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа;</p>		Проверка умения быстро запоминать танцевальную «восьмерку»

			-дискуссия		
6	Показательны е выступления	Тренировоч ное практическое занятие, соревнование, конкурс, праздник, флеш-моб.	<i>Эмоц.методы:</i> -поощрение, -создание ситуации успеха; -порицание; <i>Познават.:</i> -опора на жизненный опыт; <i>Социальные методы:</i> -наблюдение; -создание ситуации взаимопомощи ; <i>Практические:</i> -упражнение <i>Словесные:</i> -рассказ; -беседа; -дискуссия		Выступление

Информационные источники (списки литературы, интернет-источники).

Список рекомендуемой литературы для педагогов.

1. Авторы составители: В.Г. Черемисина, Е.А. Пахомова, О.Б. Лысых и др. Организация внеурочной деятельности младших школьников в условиях реализации требований ФГОС начального общего образования: учебное пособие: в 3 ч. – Кемерово: - Часть III, 2011. – 269.
2. Бабенкова Е.А., Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие. – М.: Астрель, 2006. – 208.
3. Барышникова Т., Азбука хореографии. – СПб.: 1996. – 256.
4. Виленский М.Я Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2012. – 240.
5. Каинов А.И., Курьерова Г.И., «Физическая культура. 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха и др.». – Волгоград, 2013. – 176.
6. Комарова Е., Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. – М.: 2011. – 64.
7. Лях В. И. , Физическая культура. 5-9 классы. Рабочие программы. – М.: 2011. – 104.
8. Лях В.И., Зданевич А.А., Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы. – М.: 2009. – 144.
9. Матвеев А. П., Физическая культура. 5-9 классы. Рабочие программы. – М.: 2012. – 138. 8
10. Одинцова И.Б., Аэробика, шейпинг, стретчинг, калланетика: современные методики. Рекомендации. – М.: Эксмо, 2003. – 160.
11. Твердовская С.В., Краснова Г.В., Черлидинг для обучающихся. – Омск: 2008. – 84. Литература для обучающихся 1. Виленский М.Я Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2012. – 240. 22
2. Скребцова Л., Скребцова М. , Сказочный справочник здоровья. Для детей и их родителей. Т-1. – М.: Амрита-Русь, 2004. – 272.

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговое оценивание.

Входной контроль Формой **входного контроля** является собеседования с педагогом, в ходе которого выявляются интересы и склонности учащихся, учитывается спортивно-оздоровительная группа, а также- спортивные навыки, что определяются по результатам сдачи спортивных нормативов.

Текущий контроль Формами **текущего контроля** могут быть педагогическое наблюдение, самоанализ деятельности и взаимооценка, коллективная рефлексия, плановые и внеплановые показательные выступления, ведение видеозаписей танцевальных композиций.

Промежуточная аттестация Формой **промежуточного контроля** являются школьные показательные выступления.

Итоговое оценивание (итоговый контроль) - показательное выступление на линейке окончание учебного года