

Муниципальный орган управления образованием – Управление образованием  
Тавдинского муниципального округа

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр творческого развития и гуманитарного образования  
«Гармония»

Допущена к реализации решением  
Педагогического совета МАОУ ДО  
ЦТР и ГО «Гармония»  
Протокол № 3  
от «29» августа 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«ЧЕРЛИДИНГ – БЕБИ»**

Возраст обучающихся: 5-6 лет  
Срок реализации: 1 год  
Количество часов: 108 часов

Автор – составитель:  
Лаптева Амина Михайловна,  
педагог дополнительного образования

г. Тавда, 2025 г.

# **1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ**

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Черлидинг – БЕБИ» разработана с опорой на нормативные документы в соответствии: Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р; Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Письмом Минпросвещения России от 30.12.2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»; Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 25.08.2023 г. № 963-д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»; Методическими рекомендациями «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденные приказом ГАНОУ СО «Дворец молодёжи» от 29.04.2025 г. № 582-д; Приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162- Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»; Уставом МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония» г. Тавды.

### **Направленность общеобразовывающей программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Черлидинг - БЕБИ» соответствует **физкультурно - спортивной направленности**, так как ориентирована на приобщение дошкольников к здоровому образу жизни.

### **Актуальность общеобразовывающей программы**

Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками. И чаще всего, ребенок только на занятии

физической культуры может дать волю, энергии заложенной в нем. Но этого, конечно, недостаточно для того, чтобы дети вдоволь могли подвигаться.

В Тавдинском городском округе не достаточно детских дошкольных спортивных объединений, направленных на полноценное физическое развитие детей этого возраста. Данную проблему можно успешно решить средствами черлидинга, так как этот вид спорта объединяет в себе элементы шоу, танцы, гимнастику и акробатику.

Предлагаемая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Черлидинг-БЕБИ» определяется запросом со стороны детей и их родителей, для реализации которой материально-технические условия имеются только на базе МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония».

### **Отличительные особенности программы, новизна.**

Дети старшего дошкольного возраста очень любят занятия физическими упражнениями, особенно занятия, проводимые с элементами черлидинга. Это направление одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных. Доступность черлидинга основывается на простых шагах, базовых положениях рук, прыжках и танцах, задействует самые разные группы мышц. Специфика данного вида спорта требует развития и совершенствования тонкой координации движений, чувства ритма, музыкальности, артистичности. Наиболее понятным доступным для детей дошкольного возраста является направление ДАНС, которое включает в себя упражнения на согласованность движений с музыкой, танцевальные движения, элементы художественной гимнастики, хореографии, различные прыжки.

Специфика данного вида спорта требует развития и совершенствования тонкой координации движений, чувства ритма, музыкальности, артистичности.

**Адресат общеразвивающей программы:** дети 5-6 лет, не имеющие ограничений в движении.

### *Краткая характеристика адресата программы.*

В этом возрасте у ребенка активно проявляется стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже больше способен позаботиться о себе и меньше нуждается в опеке взрослых. Открытость, эмоциональность, послушание, исполнительность. Легко «загораются» новой идеей и быстро остывают при трудностях. Быстро устают. Движения часто беспорядочны и хаотичны, отсутствие координации движения. Безграничное доверие к взрослым.

В работе с обучающимися на данном этапе, необходимо помнить, что перед нами дети, для которых игра является ведущим и основным видом деятельности. Похвала, подбадривание, различные виды поощрений радуют детей и помогают им получить удовольствие от занятий. Сочетание игровой и обучающей видов деятельности делают занятия привлекательными для ребенка. При построении занятия целесообразно подбирать упражнения, выполнение которых приносит успех без каких-либо особых усилий со стороны ребенка.

Число детей, одновременно находящихся в группе: 12 - 14 человек с разным уровнем стартовой готовности.

Набор детей в группу обучения осуществляется на основании медицинского заключения о состоянии физического здоровья.

**Режим занятий:**

*Продолжительность одного академического часа – 30 мин.*

*Общее количество часов в неделю – 3 часа.*

*Занятия проводятся – 3 раза в неделю по 1 часу.*

**Объем общеразвивающей программы:**

- общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы: 108 часов;
- продолжительность части образовательной программы (года обучения) по учебному плану в часах: 108 часов.

**Срок освоения общеразвивающей программы:**

Количество недель	Количество месяцев	Количество лет
36	9	1

**Уровень** программы – «стартовый», обучение направлено на мотивацию интереса к данной спортивной деятельности, овладение первоначальными умениями в области черлидинга.

**Перечень форм обучения:**

- фронтальная (одновременная работа со всеми учащимися);
- групповая (организация работы в группах);
- индивидуальная (индивидуальное выполнение упражнений, заданий).

**Перечень видов занятий:**

- учебно-тренировочное занятие - практическое занятие, направлено на получение и закрепление знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, направлено на формирование практических умений;
- открытое занятие - итоговое занятие с показом достигнутых результатов в учебно-тренировочной работе.

**Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:** открытое занятие для родителей.

## **1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы**

**Цель** общеразвивающей программы: укрепление здоровья и физическое развитие детей дошкольного возраста посредством занятий черлидингом.

**Задачи общеразвивающей программы:****Обучающие:**

- познакомить с историей черлидинга;
- освоить правила техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях черлидингом;
- освоить базовую технику выполнения упражнений черлидинга;

**Развивающие:**

- развивать координированность, ловкость, гибкость, быстроту, прыгучесть, пластику, танцевальность и чувства ритма, силу и выносливость;
- формировать правильную осанку;
- развивать познавательные умения.

**Воспитательные:**

- воспитать самостоятельность, дисциплинированность, трудолюбие, целеустремленность;

- воспитать чувство коллективизма, умение работать в команде;
- сформировать интерес к занятиям, стимулировать самореализацию в данном виде деятельности;
- прививать навыки и привычки здорового образа жизни.

### **1.3. Содержание общеразвивающей программы** **Учебный (тематический) план**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	беседа
<b>2.</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>30</b>	<b>2,5</b>	<b>27,5</b>	
2.1	Строевые упражнения	3	0,5	2,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
2.2	Разновидности бега, ходьбы	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
2.3	Разновидности прыжков	7	0,5	6,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
2.4	Комплексы ОРУ для всех групп мышц	9	0,5	8,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
2.5	Общеразвивающие упражнения с предметами	7	0,5	6,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
<b>3.</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>34</b>	<b>2,5</b>	<b>31,5</b>	
3.1	Базовые упражнения для рук и ног	14	1	13	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
3.2	Элементы хореографии	10	1	9	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
3.3	Музыкально-танцевальные игры	10	0,5	9,5	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
<b>4.</b>	<b>Акробатика</b>	<b>42</b>	<b>3,0</b>	<b>39</b>	
4.1	Перекаты, кувырки, стойки	15	1	14	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
4.2	Мостик	12	1	11	Педагогическое наблюдение, техника выполнения
4.3	Переворот боком	15	1	14	Педагогическое наблюдение
5	Итоговое занятие	1	-	1,0	Открытое занятие для родителей Проверка пройденного

					материала
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>8,5</b>	<b>99,5</b>	

## **Содержание учебного (тематического) плана**

### **Тема 1. Вводное занятие**

*Теория:* Организационное собрание для родителей и детей. Знакомство с детьми, с педагогом. Правила поведения в спортивном зале, правила дорожного движения, противопожарная безопасность, противодействие терроризму. Требования к форме, расписание.

*Практика:* Игры на сплочение.

### **Тема 2. Общая физическая подготовка**

#### **2.1. Строевые упражнения**

*Теория:* История возникновения черлидинга. Понятия: колонна, шеренга, команды («Равняйсь», «Смирно», «Кругом»). Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

*Практика:*

- строевые упражнения: построение, перестроения в шеренги, в колонны;
- строевые команды: «Равняйсь», «Смирно», «Кругом», повороты на месте;
- передвижения: в обход противоходом, змейкой, спиралью, по диагонали;
- стойки: основная, широкая.

#### **2.2. Разновидности бега, ходьбы**

*Теория:* Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

*Практика:*

- ходьба: высокий шаг, острый шаг, широкий шаг, на носках, на пятках, с пятки на носок, на внешней стороне стопы, в полуприсяде;
- бег: с высоким выносом прямых ног вперед, захлестом голени назад, с высоким подниманием бедра.

#### **2.3. Разновидности прыжков**

*Теория:* Понятия: прыжок, подскок. Объяснение правильного исполнения прыжков и подскоков. Техника безопасности при выполнении упражнений.

*Практика:*

- прыжки: на одной ноге, на двух ногах, с ноги на ногу;
- прыжки: в верх, в приседе, подскоки;
- прыжки с поворотом на 180 градусов;
- прыжки с движением рук и ног;
- прыжки в длину с места;
- прыжки в длину с разбега;
- прыжки с продвижением вперед;
- прыжки в высоту.

#### **2.4. Комплексы ОРУ для всех групп мышц**

**Теория:** Понятия: сустав, мышца, позвоночник, скелет. Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

- комплексы упражнений для развития плечевого пояса: махи, отведения рук в сторону, вращения руками, сгибания и разгибания рук, волны руками;
- комплексы упражнений для мышц туловища и позвоночного столба: наклоны вперед и назад, круговые движения туловищем с различным положением рук и разным темпом;
- комплексы упражнений для развития подвижности тазобедренного сустава, коленного сустава, голеностопного сустава: махи, подъемы и вращения ногами.

## **2.5. Общеразвивающие упражнения с предметами**

**Теория:** Понятие: гимнастические предметы. Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

- упражнения с гимнастическими палками для всех групп мышц;
- упражнения с фитболами;
- упражнения с гимнастическими обручами;
- упражнения с гантелями.

## **Тема 3. Специальная физическая подготовка**

### **3.1. Базовые упражнения для рук и ног.**

**Теория:** Понятия: вестибулярный аппарат, координация, стретчинг, станы, акробатика, кричалка, чир-прыжки, помпоны. Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

- упражнения на развития вестибулярной устойчивости: наклоны головы вперед, назад и в каждую сторону (сначала в медленном, затем в быстром и в переменном темпе); вращение головой в каждую сторону (сначала в медленном темпе, затем в быстром и переменном темпе); упражнения с закрытыми глазами с чередованием закрывания и открывания глаз во время движений головой (наклоны туловища вперед и назад, в стороны с открытыми и закрытыми глазами; круговые движения туловищем с открытыми и закрытыми глазами с чередованием закрывания и открывания глаз в каждую сторону);
- упражнения на координацию. Станы: споттер, фантер, база. Пируэты: карандаш, джаз – пируэт, тур-пик, аттилод, фуэте, пируэт – флажок, продольный, вертикальный;
- упражнения на гибкость. Махи вперед в сторону, назад. Шпагат прямой, на правую ногу, на левую ногу на полу (ковре), с возвышенности (гимнастическая скамейка, горка матов);
- чир-прыжки;
- чир-кричалки с заданной информацией о команде черлидеров, об играющей команде, о происходящих событиях.

### **3.2. Элементы хореографии**

**Теория:** Понятия: исходное положение, правильная осанка, позиции рук и ног. Понятие «полупальцы». Объяснение правильного исполнения элементов. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

- исходное положение (постановка корпуса);
- 1-5 позиции ног, подготовительная;
- 1-3 позиции рук;
- простейшие танцевальные движения.

### **3.3. Музыкально-танцевальные игры.**

**Теория:** Понятия: музыкальная игра, спортивная игра. Объяснение правильного исполнения движений под музыку. Техника безопасности.

**Практика:** Игры: «Пират», «Машинки», «У оленя дом большой», «Банан», «Снеговик», «Ёлочки - пенечки».

## **Тема 4. Акробатика**

### **4.1. Перекаты, кувырки, стойки**

**Теория:** Понятия: группировка, перекат, кувырок, стойка. Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

#### Перекаты:

- на спине: а) в группировке; б) без группировки;
- на боку (различное положение ног);
- перекат с захватом голени сзади.

#### Кувырки:

- вперед, назад;
- из основной стойки;
- через спину;
- перекатом через плечо.

#### Стойки:

- на лопатках;
- на предплечьях;
- на груди;
- на руках.

### **4.2. Мостик**

**Теория:** Понятие «Мостик». Объяснение правильного исполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

- подготовительные упражнения наклоны назад: стоя спиной к стеке до касания руками, стоя на коленях руки вверх, сид спиной к стенке, стоя спиной к стенке выполнить мостик;
- мостик из положения лежа;
- мостик из стойки - наклоном назад (с помощью педагога).

### **4.3. Переворот боком**

**Теория:** Понятие «Переворот боком». Объяснение правильного исполнения упражнения. Техника безопасности при выполнении упражнения.

**Практика:**

Подготовительные упражнения:

- а) махи ногами в сторону в разном темпе с касанием ногой руки на уровне плеч;
- б) широкое разведение ног в стороны до неполного шпагата без наклона вперед;
- в) шпагаты (правый, левый, прямой);
- г) наклоны в сторону до опоры рукой о пол со сгибанием опорной ноги и подъемом свободной, толчок рукой от пола с сохранением равновесия. Свободная нога все время прямая.
- д) стойка на руках махом (выполняется со страховкой).

## Тема 5. Итоговое занятие

*Практика:* Открытое занятие для родителей «Я - черлидер».

### 1.4. Планируемые результаты

#### Метапредметные результаты:

- умение сотрудничать при работе в группе;
- положительно относится к общению в группе.

#### Личностные результаты:

- имеет стойкий интерес к систематическим занятиям;
- наблюдается динамика в развитии воли, терпения, самоконтроля;
- наблюдается динамика в развитии основных физических и хореографических качеств.

#### Предметные результаты:

В ходе освоения программы обучающиеся *будут знать:*

- историю черлидинга;
- правила техники безопасности;
- правила поведения в спортивном зале;
- правила гигиены.

В ходе освоения программы обучающиеся *будут уметь выполнять:*

- базовые положения кистей, рук, базовые положения ног;
- чир-прыжки, пируэты;
- хореографические позиции рук и ног;
- наклоны ног вместе, врозь;
- шпагаты (правый, левый, прямой), мост из положения лёжа;
- кувырок вперёд, назад через плечо;
- перекат назад в стойку на лопатках;

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий по программе	Дата окончания занятий по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01 сентября	31 мая	36	108	108	3 раза в неделю по 1

						часу
--	--	--	--	--	--	------

## 2.2. Условия реализации программы:

- **материально-техническое обеспечение:** занятия проводятся в спортивном зале (просторное и освещенное помещение), где находится (на группу из 14 человек) следующее:

инструменты и оборудование: коврики для партерной гимнастики и стретчинга, ступы для занятия степ-аэробикой, гантели, мячи для занятия фитнесом, гимнастические маты, скакалки, обручи, фитболы, помпоны.

техника: музыкальный центр.

- **кадровое обеспечение:** программу реализует педагог дополнительного образования МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония» имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы.

- **методические материалы:**

дидактические материалы: стенд «Уголок безопасности»; коллекция показательных выступлений объединения; видеозаписи выступлений ведущих команд по черлидингу страны; записи музыкальных произведений для релаксации; музыкальный материал на CD-дисках и USB-носителях; беседы, презентации, мультфильмы по ПДД, ППБ.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможности их самовыражения. В ходе усвоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков самостоятельности, умение работать в коллективе.

Детям предоставляется право выбора участия в показательном выступлении в рамках изученного содержания.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно - познавательной работы, такие как: словесный, наглядный, игровой, соревновательный, круговая тренировка, самостоятельная работа, творческая работа. Основные методы выполнения упражнения: повторный, игровой, круговой, равномерный, соревновательный (в контрольно-педагогических испытаниях). В большей степени используются методы обеспечения наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядного пособия), методы: игровой и соревновательный. При обучении общеразвивающих упражнений, основных элементов «Cheer» показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение простым. Детям необходимо ставить двигательную задачу в конкретной, доступной форме, с наглядным объяснением.

Принципы, лежащие в основе программы:

- **доступности** (простота, соответствие возрастным и индивидуальным способностям);
- **наглядности** (иллюстративность, показ педагогом);

- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и обучающегося в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ).

В процессе обучения используются следующие педагогические технологии:

- *Здоровьесберегающая технология* реализуется через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приёмам здорового образа жизни, формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий физическими упражнениями, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

- *Групповая технология*, как коллективная деятельность предполагает: взаимообогащение учащихся в группе; организацию совместных действий, активизирующих познавательные процессы; налаживание коммуникативных каналов; обратную связь (рефлексию), которая помогает выявить отношение участника к собственному действию и обеспечивает его коррекцию. Начинать работу в парах, в мини-группах следует с установления доверия внутри общей группы, взаимного интереса, расположности друг к другу. Группа получает определённое задание для решения конкретных задач. Учащиеся учатся понимать и принимать общую цель, слышать друг друга, ощущать, что общий результат зависит от усилий каждого. Для этого необходимо:

- формулировать своё мнение;
- выяснить мнение партнёра;
- принять существование разных точек зрения;
- настаивать на своём при помощи аргументов;
- согласовывать мнения, исходя из интересов дела, а не личной привязки.

После выполнения группового задания обязательно обсудить, что мешало, как учащиеся помогали друг другу, что необходимо сделать для улучшения качества.

- *Личностно-ориентированная технология*. Содержание, методы и приёмы технологии направлены на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого ученика, помочь становлению личности путём организации познавательной деятельности. Принципиальным является добровольность каждого учащегося в выборе программы и темпа её освоения. В программе используются следующие характерные особенности технологии:

1. Обеспечение каждому учащемуся чувства психологической защищённости, доверия.

2. Развитие индивидуальности учащегося за счёт динамического проектирования (образовательный процесс перестраивается по мере выявления логики развития конкретной личности).

3. Понимание позиции ребёнка, его точки зрения, неигнорирование его чувств и эмоций, принятие личности.

- *Игровые технологии* используются как средство активизации деятельности учащихся. Благодаря интересу всех детей к играм вообще, они легче втягиваются в обучение, вкладывая больше сил, а соответственно, получая и больше физической пользы. Они учатся плодотворно взаимодействовать друг с другом и получать удовольствие от коллективного творчества, укрепляются межличностные связи, совершенствуется их способность к коммуникации.

- Технология КТД (коллективно-творческой деятельности) используется для организации мероприятий воспитательного характера. Этот способ деятельности помогает развитию организаторских и коммуникативных навыков и работает на сплочение коллектива.

- ИКТ - технологии (информационно-коммуникационные технологии) используются как источник информации, для подготовки наглядного и дидактического материалов занятий и мероприятий, для мобильной коммуникации с учащимися и их родителями.

В случае ограничительных мер возможно применение *дистанционных образовательных технологий*.

## 2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

**Вводный контроль** - проводится в форме беседы и педагогического наблюдения на первом занятии и предназначен для проверки уровня базовых знаний, умений, навыков, соответствующих возрасту учащегося, его личных физических данных и коммуникальности.

Текущий контроль - проводится в ходе каждого занятия с целью определения усвоения знаний и умений по теме (педагогическое наблюдение в процессе творческой деятельности).

Итоговый контроль - проводится с целью определения уровня развития личных творческих способностей (открытое занятие)

Итоговая аттестация не предусмотрена.

## Контрольно - измерительные материалы:

Педагогическое наблюдение в процессе творческой деятельности

Группа \_\_\_\_\_  
Фамилия, имя

Прыжки (на одной и двух ногах, с поворотом на 180 градусов, с движением рук и ног, в длину с места, в длину с разбега, в высоту, чир- прыжки)							
Выполнение ОРУ по показу педагога							
Упражнения под музыку с предметами							
Согласованные движения рук и ног, с сохранением равновесия, направления и темпа движения							
Акробатические упражнения (кувырки, стойки, мостик, переворот боком)							
Элементы хореографии (позиции рук и ног, простейшие танцевальные движения)							
Музыкально- танцевальные игры с правилами							
Умение изображать своё эмоциональное состояние							

### 3. Список литературы

#### *Нормативные документы*

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/) (дата обращения: 18.06.2025).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202207140031> (дата обращения: 18.06.2025).
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.: URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/> (дата обращения: 18.06.2025).
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 18.06.2025).
5. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/48502> (дата обращения: 18.06.2025).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).:

- URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/75093644/> (дата обращения: 18.06.2025).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».: URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/400289764/> (дата обращения: 18.06.2025).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».: URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/> (дата обращения: 18.06.2025).
9. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».: URL [Электронный ресурс]: [https://summercamps.ru/wp-content/uploads/documents/document\\_\\_metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-obscherazvivayushchih-program.pdf](https://summercamps.ru/wp-content/uploads/documents/document__metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-obscherazvivayushchih-program.pdf) (дата обращения: 18.06.2025).
- 10.Письмо Минпросвещения России от 30.12. 2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: [https://cde.iro63.ru/cde/images/files/metod\\_rekomend\\_new/Pismo\\_MinPros\\_30\\_12\\_2022-3924\\_06.pdf](https://cde.iro63.ru/cde/images/files/metod_rekomend_new/Pismo_MinPros_30_12_2022-3924_06.pdf) (дата обращения: 18.06.2025).
- 11.Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162- Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».: URL [Электронный ресурс]: <https://docs.cntd.ru/document/553265120> (дата обращения: 18.06.2025).
- 12.Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».: URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/407575052/> (дата обращения: 18.06.2025).

13.Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 г. № 582-д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях».: URL [Электронный ресурс]: [https://ddtbgo.profiedu.ru/upload/proeduddtbgo\\_new/files/cf/51/cf5115a84afeacec3030a57ab1c273be.pdf](https://ddtbgo.profiedu.ru/upload/proeduddtbgo_new/files/cf/51/cf5115a84afeacec3030a57ab1c273be.pdf) (дата обращения: 18.06.2025).

*Список литературы педагогу:*

1. Выготский Л.С. Психология: Мир психологии / Л.С. Выготский. – М.: ЭКСПО-Пресс, 2002. – 608с.
2. Иерусалимова М.В., Калинина Т.В., Казакова О.А. Двигательная активность и ее влияние на состояние здоровья дошкольников. Межд.науч-практич. Журнал « О 1 у т Р 1 u s ». – 2016. № 2 (3), С. 48-53. ISSN 2414-3936 <http://elibrary.ru/download/56952493.pdf>
3. Лемешева С.Г. Гимнастика: учебное пособие, Ч.1 – Хабаровск: ДВГАФК, 2004.
4. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. – М.: Тера-Спорт, 2001. – 96 с.
5. Лямцева И. В., Белинова Н. П. Двигательная деятельность детей дошкольного возраста как психолого-педагогическая проблема [Текст] // Актуальные задачи педагогики: материалы V междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2014 г.). — Чита: Издательство Молодой ученый, 2014. — С. 61-66.
6. Морель Ф. Хореография в спорте. – М.: ФиС, 1971.
7. Мориц Ю.А. Cheerleading, черлидинг, черлидер... / Ю.А. Мориц // Вожатый века. Серия «Весна». – 2006. – № 1. – С. 36–38.
8. Михайлова А.С. Cheer-life / А.С. Михайлова, Н.В. Тимбурская // Черлидер. – Екатеринбург. – 2005. – № 1. – С. 4–13.
9. Твердовская С.В., Краснова Г.В. Черлидинг для обучающихся общеобразовательных школ, ДЮЦ и ДЮСШ. – Омск, 2005.
- 10.Хабаров А.А. Методика базовой силовой подготовки спортсменов: учебное пособие – Краснодар: Кубанский учебник, 2000.
- 11.Щуркова Н.Е. Педагогическая технология. – М.: Педагогическое общество России, 2005.

*Интернет-ресурсы:*

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Сайт Министерства спорта Российской Федерации.
2. <https://vk.com/choreographyterpsichore> - Хореография и танцы для всех
3. <http://www.eLIBRARY.ru> – Научная электронная библиотека.
4. <https://vk.com/fairytales4children> - Детские песни, игры, стихи, сказки
5. <http://www.pedlib.ru> – Педагогическая библиотека.
6. <http://www.rsl.ru> – Российская государственная библиотека.
7. <https://www.google.ru/webhp> - Сухова Н. В. Формирование двигательной памяти и координационных способностей детей 5-7 лет, занимающихся черлидингом.

*Список литературы учащимся, (родителям):*

1. Бабенкова Е А Игры которые лечат.-ТЦ Сфера, 2014.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114407

Владелец Кынчина Юлия Викторовна

Действителен С 17.04.2025 по 17.04.2026