

ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ: ЧЕРЛИДИНГ



Тренер по черлидингу
Андреева Ольга Владимировна



Значение слова
cheer – это возглас, призыв
leader – лидер.



ШКОЛЬНЫЙ ЧЕРЛИДИНГ

современно
актуально
доступно



Черлидинг, как вид спорта органично сочетает в себе элементы шоу и физических упражнений, выстроенных в программу по определенным правилам.



Содержание программы

Актуальность программы:

возрождение массового вида спорта - важнейший фактор пропаганды здорового образа жизни

Черлидинг - один из видов массового спорта для разного возраста

- ▶ **Цель:** содействовать физическому развитию и укреплению здоровья учащихся



Задачи программы и пути реализации:

Задачи первого года:

Научить технике безопасности

Научить базовым элементам черлидинга

Создать команду (воспитать командный дух)



Пути реализации:

Регулярные занятия, обучение технике черлидера, разучивание программы

Конкретный результат:

знание занимающимися основ черлидинга

(история, базовые элементы),

умение работать в коллективе



Задачи второго года:

Научить основам чира и чир-данса

Развивать координацию, акробатические навыки

Воспитывать коммуникативные навыки

Пути реализации :

- регулярные тренировки
- тестирование, участие в соревнованиях, массовых мероприятиях

Конкретный результат:

Уметь различать программы чир и чир-данс

Знать технику построения стантов

Знать правила самоконтроля



Задачи третьего года:

Оказание доврачебной помощи, меры профилактики травм

Научить основам построения чир-программ, схемам перестроения

Воспитать чувство ответственности

Пути реализации :

-регулярные тренировки

-тестирование, участие в соревнованиях, массовых мероприятиях



Конкретный результат:

Знать сложные прыжки, технику выполнения, страховку

Построение сложных пирамид

Уметь самостоятельно составлять программу



Формы и методы организации деятельности

Групповые занятия ,
Беседы, сообщения , посещение массовых мероприятий,
соревнований;
Просмотр видеоматериалов
Участие в соревнованиях, конкурсах, фестивалях



В содержание программы обязательно входят:

- История развития черлидинга
- Медицинский контроль
- Основы партерной гимнастики
- Физическая подготовка
- Изучение базовых элементов
- Обучение кричалкам (чирры и сайдлайны)
- Основы акробатики
- Соревновательная подготовка
- Подведение итогов (результативность)



**ОЧЕНЬ ВАЖНА МОТИВАЦИЯ
ДЛЯ ЗАНЯТИЙ**

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Общая физическая подготовка и начальное развитие всех специальных физических качеств
- Техническая подготовка черлидера
- Основы культуры здорового образа жизни
- Воспитание навыков коллективного творчества
- И конечно же, награды...



Занятия черлидингом способны отвлечь от негативных эмоций и настроить на положительный результат, повысить жизненный тонус, самореализоваться и быть успешным!

*Успех -
важная составляющая счастья,
к которому стремится
каждый из нас!*

