

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теории, истории и педагогики
искусства

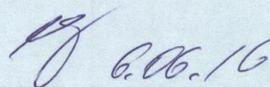
Черлидинг как спортивно-танцевальное направление

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

Студента(ки) 5 курса 531 группы
направления (специальности) 51.03.02 народная художественная культура
код и наименование направления (специальности)
профиль – руководство хореографическим любительским коллективом
наименование факультета, института, колледжа
Бурковской Ксении Александровны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель:

Доцент



Н.А. Иванова

Зав. кафедрой:

доктор пед. наук, проф.



И. Э. Рахимбаева

Саратов, 2016 год

Введение. В настоящее время в Саратове и Саратовской области идет активное развитие и внедрение в массы здорового образа жизни, поэтому тема спорта и спортивной хореографии является одной из самых актуальных тем на сегодняшний день. Начинают развиваться новые направления в спортивной хореографии.

Одним из таких направлений является черлидинг. Черлидинг — новое спортивное - танцевальное направление, которое может быть ориентировано и внедрено в различные целевые группы и объединяет в себе элементы акробатики и гимнастики, сценическую речь, а также танцевальные движения. Степень изученности проблемы, рассматриваемой в данной работе пока остается низкой, хотя наблюдается тенденция роста. Увеличилось число статей на семинарах и конференциях по проблемам спорта и спортивной хореографии, существенно возросло число спортивных мероприятий и их участников. Также, стали появляться различные учебные пособия, освещающие вопросы спорта, спортивной хореографии и черлидинга в частности.

Цель работы: изучение развития спортивно - танцевального направления: черлидинг.

Задачи работы:

- изучение истории возникновения черлидинга
- определение основных правил в черлидинге
- изучение постановки программ в черлидинге
- характеристика спортивной экипировки в черлидинге
- описание развития черлидинга в Саратовской области

В качестве **методологической основы** исследования использовались общенаучные методы и приемы исследования, такие как: наблюдение, эксперимент, сравнение, описание и измерение. Правила вида спорта «Черлидинг», утвержденные приказом Минспорта России от «04» сентября 2014 г. № 754 являлись основным источником при написании данной работы.

Также данная работа основана на методических рекомендациях Носковой С.А. и исследованиях Задворнова К.Ю.

Большую помощь в написании выпускной квалификационной работы оказала научный руководитель — доцент кафедры теории, истории и педагогики искусства Иванова Наталья Александровна, за что автор выражает ей свою благодарность.

Основную часть работы составляют две главы. В первой главе работы дается определение основных понятий и дисциплин черлидинга, их характеристика, формулируются основные правила.

Черлидинг зародился в США в 1870-е годы и приобрел наиболее широкое распространение к середине XX века. Но годом зарождения черлидинга принято все же считать 1898. Именно в этом году у футбольной команды Миннесотского университета сезон явно не складывался. Один из присутствующих там профессоров выдвинул блестящий научный тезис в пользу зрительской поддержки спортсменов на соревнованиях.

В 1980 году были установлены официальные стандарты и правила безопасности, которые запрещали некоторые травмоопасные кувырки и пирамиды. В 1995 году была основана Европейская ассоциация черлидинга (ЕСА), которая взяла в свои руки руководство движением черлидеров в Европе. Первый чемпионат Европы по черлидингу состоялся в 1995 году в Германии, в Штутгарте.

В 2001 году была основана Международная федерация черлидинга (IFC), куда впоследствии, помимо стран-членов Европейской ассоциации, вошла Япония, где в 2001 году состоялся первый чемпионат мира по черлидингу.

По правилам в черлидинге соревнования проводятся в форме состязаний команд с оценкой их выступлений по бальной системе. Соревнования проводятся в соответствии с Правилами ФЧР и Правилами Международного Союза черлидинга (ICU). [14]

Черлидинг — новое спортивное - танцевальное направление, которое может быть ориентировано и внедрено в различные целевые группы и объединяет в себе элементы акробатики и гимнастики, сценическую речь, а также танцевальные движения. Сравнив черлидинг с другими приближенными направлениями, такими как акробатический рок-н-ролл и спортивные балльные танцы, можно увидеть существенное различие, как в постановке программы, так и в музыкальном сопровождении и выделить черлидинг как самостоятельное спортивно-танцевальное направление.

Черлидинг гармонично сочетает в себе спорт и искусство. Программы представляют собой свободное передвижение с включением элементов пластики, пантомимы, танца, мимики, также отдельные элементы стилизованной упрощённой акробатики. Отсюда следует, что предметом изучения в черлидинге в первую очередь является искусство свободного выразительного движения. В процессе занятий черлидингом формируются двигательные навыки и умения, как прикладные, так и спортивные, приобретаются знания и воспитываются волевые и моральные качества.

Черлидинг это не только сила, выносливость и ловкость. Благодаря связи с хореографией и музыкой, спортсмены чувствуют музыку и ритм, вырабатывается выразительность движений и координация, также черлидинг способствует эстетическому воспитанию спортсменов. В черлидинге важное место занимает музыка и танцы. Динамичное музыкальное сопровождение превосходно развивает чувство ритма, согласованность всех движений с музыкой и музыкальный слух.

В единстве с музыкой образовывается программа высокой сложности, которая весьма выигрышно сможет раскрыть профессионализм и возможности спортсменов. Своим выступлением спортсмены должны максимально увлечь и удержать на себе внимание зрителей.

В состав черлидинга входят следующие спортивные дисциплины: чир, чир-микс, чир-данс (чир-данс фристайл), групповые станты, групповые станты -микс, партнерские станты.

В программах дисциплины чир участвуют команды, сто процентов участников которых – женского пола, за исключением возрастной категории «мальчики, девочки», в которой могут участвовать спортсмены как женского, так и мужского пола. Программы чир включают в себя достаточно большое количество акробатических элементов, требуют страховки при выполнении сложных элементов программы. Соревнования в дисциплине чир могут проводиться во всех возрастных категориях, предусмотренных ЕВСК. (Приложение 1. Рис. 6)

В программах дисциплины чир - микс участвуют команды, в составе которых участники и мужского и женского пола, команда относится к дисциплине чир - микс, если в ее составе есть один или более участник мужского пола. Соревнования в дисциплине чир - микс могут проводиться только в двух возрастных категориях: «юниоры, юниорки», «мужчины, женщины». (Приложение 1. Рис. 7)

Программы дисциплин чир и чир - микс выполняются на специальном покрытии (гимнастические маты, прочно соединенные между собой).

В дисциплинах чир и чир - микс перед началом основной программы обязательно выполняется блок с чиром (кричалкой), без музыки, продолжительностью – минимум 30 секунд. Максимальное время не ограничено. Использование в программе чиров на иностранном языке запрещено.

Элементы чир и чир — микс программ: чир-прыжки, станты, пирамиды, выбросы, акробатические элементы, выполняемые на полу и не являющиеся частью захода или спуска со станта или пирамиды, чир-данс, чир-прыжки (кричалки). Элементы чир-данс (чир-данс фристайл) программ не оцениваются.

Разрешены только следующие виды средств агитации: флажки, баннеры, таблички, помпомы, мегафоны и кусочки ткани.

В дисциплине чир-данс (чир-данс фристайл) могут принимать участие спортсмены как мужского, так и женского пола. Особое внимание при постановке чир-данс (чир-данс фристайл) программы следует уделить хореографии, синхронности, визуальным эффектам, сложности элементов, динамике. Хореография строится на особой технике движений рук (резкость, чёткость), смене уровней и рисунка программы.

Хореографическая подготовка в черлидинге важна, от хореографии зависит танцевальность, эффектность выступления спортсменов в целом. Во время обучения хореографии вырабатываются правильная осанка, мимика и выразительность. Хореография в черлидинге базируется на двух основных танцевальных схемах: классической и современной.

Обучение хореографии проводится в течение полного периода обучения спортсменов. Она присутствует в разминках, упражнениях, на всех тренировках и разучиваниях комбинаций движений. Но огромная роль хореографии в черлидинге не делает её конечной целью обучения. Хореографическая подготовка в спорте имеет свою специфику:

- Является составляющей учебного процесса и применяется без отрыва от изучения элементов и программ;

- Преподавателю хореографии приходится ориентироваться на сжатые временные сроки обучения, ведь хореография — не основная часть обучения черлидеров, а время, отведенное на неё программой, достаточно ограничено.

Урок классического танца в черлидинге состоит из следующих частей:

1. Экзерсис — отработка движений у станка для развития устойчивости и гибкости;

2. Маленькое и большое адажио в центре зала;

3. Аллегро — малые и большие прыжки.

Соревнования в дисциплине чир-данс (чир-данс фристайл) могут проводиться во всех возрастных категориях, предусмотренных ЕВСК. (Приложение 1. Рис. 8)

Программы чир-данс (чир-данс фристайл) выполняются как на твёрдом полимерном покрытии, так и на паркете. Музыка для чир-данс (чир-данс фристайл) программ должна быть разнообразной.

Элементы чир-данс (чир-данс фристайл) программ: пируэты (вращения), шпагаты, чир-прыжки, лип-прыжки, махи, данс-поддержки, работа в парах (парное взаимодействие). Рекомендуются выполнять элементы всеми участниками команды одновременно или в риппл. Элементы чир и чир - микс программ запрещены.

Запрещены все виды средств агитации и аксессуаров за исключением помпонов.

В дисциплине групповые станты участвуют команды, состоящие из одной стант-группы (3-5 спортсменов). В программах этой дисциплины участвуют команды, сто процентов участников которых – женского пола. В программах этой дисциплины выполняются станты и выбросы по выбору команды в соответствии с правилами. Соревнования в дисциплине групповые станты могут проводиться только в двух возрастных категориях: «юниоры, юниорки», «мужчины, женщины». (Приложение 1. Рис. 9)

В дисциплине групповые станты-микс участвуют команды, состоящие из одной стант-группы (3-5 спортсменов) если в ее составе есть участник или участники мужского пола. Команды данной дисциплины не могут на сто процентов состоять из участников мужского пола. В программах этой дисциплины выполняются станты и выбросы по выбору команды в соответствии с правилами. Соревнования в дисциплине групповые станты-микс могут проводиться только в двух возрастных категориях: «юниоры, юниорки», «мужчины, женщины». (Приложение 1. Рис. 10)

Программы дисциплин групповые станты и групповые станты-микс выполняются на специальном покрытии (гимнастические маты, прочно соединенные между собой).

Элементы программ дисциплины групповые станты и групповые станты-микс: станты, выбросы. Другие элементы не оцениваются. Чиры (кричалки) и средства агитации не используются.

В программах дисциплины партнерские станты участвует пара спортсменов (один мужского и один женского пола), которые выполняют станты с одиночной базой по выбору, но в соответствии с правилами. Соревнования в дисциплине партнерские станты могут проводиться в единственной возрастной категории - «мужчины, женщины». (Приложение 1. Рис. 11)

В программе выполняются только станты с одиночной базой по выбору команды и в соответствии с правилами. Чиры (кричалки) и средства агитации не используются.

Возрастные категории участников соревнований определяются в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией (ЕВСК). (Приложение 2. Табл. 1)

Продолжительность основной программы имеет временные границы. (Приложение 2. Табл. 3)

Разберем спортивную экипировку в черлидинге дисциплин чир, чир - микс, групповые станты, групповые станты - микс, партнерские станты. Все участники команды одеты в единую форму, соответствующую стандартам черлидинга. Для костюмов должна использоваться мягкая эластичная ткань, не мешающая активным движениям. Не разрешается использование съемных частей костюмов и не допускается снятие одежды во время выступления. Нижней частью униформы могут быть юбки, шорты или брюки (для спортсменов мужского пола). Верхняя часть — топ или жилет.

Любые аксессуары, например, используемые для закрепления прически, должны быть тугими, мягкими и плоскими, плотно закрепляющими волосы.

Разберем спортивную экипировку в черлидинге дисциплины чир-данс (чир-данс фристайл). Допускается использование украшений на костюмах (стразы). Нижней частью униформы могут быть юбки, шорты или брюки. Верхняя часть — топ или жилет. Используется обувь для джаза, танцев или обувь из текстиля, а также гимнастические полутапочки. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках или платформе.

Описывая форму девушек черлидеров из групп поддержки, мы видим отличие от формы спортивного черлидинга. Тут цвета уже более приглушенные, так как группа поддержки не должна отвлекать зрителей от основной игры определенного вида спорта. Чаще всего форма групп поддержки имеет цвета формы спортивной команды, за которую она болеет. Поэтому у черлидеров всегда должен быть запасной вариант формы или дополнительные элементы другого цвета, при совпадении цветовой гаммы с командой — соперниками. (Приложение 1. Рис. 12)

Вторая глава носит более практическую направленность, в ней описываются история и развитие черлидинга в Саратовской области.

В настоящее время в Саратовской области действуют 3 основные школы по черлидингу в Саратове и одна школа по черлидингу в Энгельсе. Тренерский состав состоит из 7 тренеров и 3 помощников тренера. Число занимающихся черлидингом в Саратовской области в 2016 году выросло до 300 человек. В состав школ по черлидингу входят команды, которые разделяются на два вида: профессиональные спортивные и любительские — группы поддержки. На данный момент профессиональным черлидингом в Саратовской области занимаются такие команды как: «Diamond» (СГУ), «DiamondJUNIOR», «DiamondKids», «YES!», «Бомба», «Джем», «Тим-Турбо», «Драйв».

Эти команды участвуют на соревнованиях по черлидингу регионального, областного, всероссийского и международного уровня. Спортсменам команд, занимающих призовые места присваиваются спортивные разряды. Раз в полгода черлидеры профессиональных спортивных команд проходят аттестацию и сдают спортивные нормативы, на которых проверяется уровень подготовки спортсменов. Нормативы включают в себя упражнения на гибкость, силу, выносливость, скорость и развитие спортсмена за полгода тренировок. Данные о положительном результате при прохождении спортивных нормативов учитываются при повышении спортивного разряда и фиксируются в спортивный паспорт или зачетную книжку спортсмена. Также важна посещаемость спортсменов и место черлидера в команде.

В отличие от спортивных профессиональных команд по черлидингу любительские команды — группы поддержки не участвуют на соревнованиях по черлидингу, а поддерживают тот или иной спортивный клуб на соревнованиях определенного вида спорта.

К числу таких команд в Саратовской области относятся команда «Diamond» (СГУ), которая поддерживает команды по хоккею ХК «Кристалл» и команда «Автоледи», поддерживающая игры баскетбольных команд БК «Автодор». Черлидеры, которые состоят в группах поддержки не получают спортивные разряды и не сдают спортивные нормативы, но посещаемость спортсменов и место черлидера в команде также важны, как и в профессиональной спортивной команде по черлидингу.

Черлидеры из групп поддержек «Diamond» (СГУ) и «Автоледи» выступают в перерывах, к примеру, в баскетболе матч состоит из четырёх четвертей, длительность каждой 10 минут с перерывами по две минуты. Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры — пятнадцать минут. Также в течение игры могут быть тайм-ауты (англ. *time out*) — перерыв по просьбе команды или её тренера. Таким образом, у

черлидеров из группы поддержки должно быть заготовлено до 8 программ на 1 игру. Поэтому посещаемость и ответственность черлидеров из группы поддержки на тренировках очень важны.

Цель и задачи программ профессиональных спортивных команд и групп поддержек также различны. Профессиональные спортивные команды «Diamond» (СГУ), «DiamondJUNIOR», «DiamondKids», «YES!», «Бомба», «Джем», «Тим-Турбо», «Драйв» участвуют в соревнованиях по программам, подготовленным по специальным правилам, а выступления группы поддержки «Автоледи» - это работа со спортивными командами, клубами, федерациями для выполнения следующих задач:

- 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, уменьшения агрессивного настроения болельщиков-фанатов, создание обстановки «позитивного фанатизма» и управление эмоциями фанатов;
- поддержка спортивных команд, участвующих в матче;
- активизация и разнообразие рекламно-имиджевой работы на спортивных мероприятиях.

За 2016 год команды Саратовской области приняли участие во многих культурных, а также спортивных мероприятиях: Чемпионат и Первенство ПФО по черлидингу в Ижевске, Спартакиаде ВУЗов 2016 в Саратове, Открытый Кубок Саратова по черлидингу, Открытый Кубок Казани по черлидингу, Кубок Саратовской области по черлидингу в Энгельсе, Открытый Чемпионат и Первенство Астраханской области по черлидингу "Каспийский лотос" в Астрахани. Последним был Чемпионат и Первенство Волгоградской области по черлидингу в Волгограде, где команда «DiaMond» (СГУ) заняла почетное 1 место.

С 2014 года в Волжском районе Саратова была образована школьная лига по черлидингу. 15 апреля 2014 года прошли первые соревнования по

черлидингу среди СОШ и ЛИЦЕЕВ Волжского района Саратова, участие приняли 12 команд. 16 апреля 2015 года - участие приняли уже 14 общеобразовательных учреждений. Теперь соревнования среди учащихся проводятся ежегодно.

Планируется образование одной единой школьной лиги в Саратовской области по черлидингу и 20 новых черлидинговых команд с количеством участников 25 человек в каждой команде (общее количество 500 человек).

Также в 2014 году в Институте Искусств СГУ была образована сборная команда по чир-дансу, которая действует и по настоящее время. 19 марта 2015 года прошла студенческая весна Института Искусств СГУ, где участницы команды продемонстрировали свое мастерство. В 2016 году черлидинг был включен в межвузовскую спартакиаду. Участие в первых соревнованиях по черлидингу среди ВУЗов приняло 5 ВУЗов Саратова. Команда СГУ заняла 1 место.

Планируется образование одной единой студенческой лиги в Саратовской области по черлидингу и 10 новых черлидинговых команд с количеством участников 25 человек в каждой команде (общее количество 250 человек).

С 2014 года СРФСОО «Саратовская областная спортивная федерация черлидинга» возглавляла группу поддержки на хоккейных матчах ХК «Кристалл», а с 2015 года группу поддержки на международных баскетбольных матчах БК «Автодор».

Планируется создание и присоединение отдельных профессиональных групп поддержек к каждому спортивному клубу Саратовской области в определенном виде спорта, так как у большинства спортивных клубов наблюдается их отсутствие.

Заключение. В ходе работы мною были изучены постановка программы в черлидинге, характеристика спортивной экипировки в черлидинге, описаны

развитие черлидинга в Саратовской области, история возникновения черлидинга в Саратовской области, перспективы развития данного направления в Саратовской области, успехи и достижения в черлидинге в Саратовской области в настоящее время.

В настоящее время СРФСОО «Саратовская областная спортивная федерация черлидинга» направлена на развитие массовости и профессионализма в черлидинге. Я думаю, что в ближайшем будущем черлидинг займет одно из первых мест в сфере спорта и спортивной хореографии, так как является оптимальным и разнонаправленным вариантом внедрения в массы активного и здорового образа жизни и активной жизненной позиции жителей г. Саратова и Саратовской области.