**Общая характеристика черлидинга как вида спорта**

Черлидинг (англ. cheerleading, от cheer — одобрительное, призывное восклицание и lead — вести, управлять) — вид спорта, который сочетает в себе элементы шоу и зрелищных видов спорта (танцы, гимнастику и акробатику).

Черлидинг можно разделить на два основных направления:

1.Соревнования команд по программам, подготовленным по специальным правилам;

2.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, смягчение 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.

Черлидинг *—*отдельный самостоятельный вид спорта. 12 февраля 2007г. был издан Приказ № 67 Федерального Агентства по Физической культуре и спорту "О признании нового вида спорта "Черлидинг". В 2009 году "Черлидинг" внесен в новый Всероссийский реестр видов спорта. По нему проводятся соревнования российского, европейского и мирового уровня. Чемпионаты по черлидингу проводятся в нескольких номинациях:

— Чир — элементы спортивной гимнастики и акробатики, построение пирамид и танцевальные перестроения под зычные кричалки;

— Данс — спортивные танцы с элементами гимнастики, с присутствием пластичности, хорошей хореографии и грации, потрясающей синхронности;

— Чир-микс — выступления смешанных команд (мужских и женских);

— Групповой стант — коллективное построение пирамид;

— Индивидуальный черлидер — сольный номер от главного заводилы команды;

— Чир-данс шоу;

— Корпоративный черлидинг.

Зарождение и развитие черлидинга связано с американским футболом, в конце XIX в. культивировавшимся, прежде всего, в университетах США. В 1870г. в Принстоне возникло первое объединение студентов, оказывающих организованную поддержку команде: выстроившись вдоль боковой линии поля лицом к трибунам, они с помощью специальных речёвок призывали зрителей активней поддерживать своих игроков. Вскоре, подобные группы поддержки появились в других американских вузах. 2 ноября 1898г. в практику черлидинга внесено принципиальное новшество: студент Джон Кэмпбелл спонтанно подпрыгнул во время матча перед болельщиками, — после чего черлидеры стали поддерживать свои команды не только словом, но и движением. В 1920г. на вооружение берутся барабаны и другие приспособления, помогающие создать необходимый шумовой фон, а чуть позже — специальные бумажные помпоны (с середины 1960-х вместо бумаги используются синтетические материалы), очень скоро ставшие неотъемлемым декоративным элементом выступлений черлидеров. Сложней и разнообразней становится спортивная техника черлидинга, группы поддержки представляют публике уже целые номера и программы с гимнастическими и акробатическими элементами. В 1920-е годы появляются первые черлидеры-девушки: прежде это считалось исключительно мужским занятием. Вторая мировая война способствовала окончательной "феминизации" черлидинга. В черлидинге эта тенденция сохранилась и после войны. Численное преобладание девушек привело и к качественным изменениям — в частности, к возникновению такой разновидности групп поддержки, как танцевальные команды, со временем они стали основным черлидерским "жанром" на крупных соревнованиях. Свой нынешний облик этот вид черлидинга приобрел после того, как в 1970г. группа поддержки команды "Даллас Ковбойс", состоящая из девушек с профессиональной хореографической подготовкой, впервые представила танцевальные номера в "бродвейском духе".

1960г. при команде "Балтимор Кольтс" создается первая профессиональная группа поддержки (до этого футбольные клубы пользовались услугами черлидеров местных школ и университетов). Черлидеры "осваивают" баскетбол, хоккей, легкую атлетику, плавание и другие виды спорта. Помимо поддержки команд во время состязаний они также участвуют в различных спортивных шоу (например, в церемонии открытия Олимпийских игр 1996 в Атланте), устраивают показательные выступления.

По регламенту, время выступления обычно составляет не более 2,5-3 мин (в индивидуальных и парных видах — меньше). Размеры площадки — 12×12 м. Выступление проходит под подобранное самими участниками музыкальное сопровождение. Судьи оценивают сложность программы, технику и артистизм исполнения (в cheer оценивается также скандирование и реакция зрителей). За использование запрещенных технических элементов, несоблюдение правил страховки, превышение времени выступления и прочие нарушения команде начисляются штрафные баллы — вплоть до дисквалификации. Победители определяются по общему количеству набранных очков.

В 1980 году были установлены официальные стандарты и правила безопасности, которые запрещали некоторые травмоопасные кувырки и пирамиды.

В 1955 году была основана Европейская ассоциация черлидинга (ЕСА), которая взяла в свои руки руководство движением черлидеров в Европе. Первый чемпионат Европы по черлидингу состоялся в 1955г. В Германии, в городе Штутгарте.

В Европейскую Ассоциацию Черлидинга входят следующие страны: Германия, Австрия, Финляндия, Швеция, Словения, Норвегия, Польша, Великобритания, Россия, Венгрия, Украина, Италия, Дания, Сербия, Черногория, Франция, Хорватия.

В 2001 году была основана Международная Федерация Черлидинга (IFC), куда впоследствии вошла Япония-страна, где в 2001г. в г.Токио состоялся первый чемпионат мира по черлидингу.

В России черлидинг существует относительно недавно. Своё начало он получил одновременно с появлением у нас американского футбола. Первая чирлидинговая команда в нашей стране была создана в 1996 году при Детской Лиге Американского Футбола (ДЛАФ). В январе 1998 года появилась Автономная Некомерческая Организация Досуговый Клуб «Ассоль» главной задачей которого стало развитие программы Группы поддержки спортивных команд.

В феврале 2002 года РОО «Федерация Черлидерс- группы поддержки спортивных команд» вступила в Европейскую Ассоциацию Черлидинга и Международную Федерацию Чирлидинга. Российские команды получили право на участие в чемпионатах Европы и Чемпионатах Мира по Черлидингу.

2006 год- российские команды впервые завоевали первые и призовые места на Чемпионате Европы.

2007год-Черлидинг признан видом спорта.

2008год- присвоены первые спортивные разряды и звания по черлидингу.

2009год-прошел первый Чемпионат России по Черлидингу.

Черлидинг - относится к сложно-координационным видам спорта, для двигательной деятельности которых характерны чрезвычайно высокие требования к технике движений и качеству ловкости. Сложно-координационные виды спорта предъявляют повышенные требования к опорно-двигательному аппарату, к амплитуде движений в суставах, к механической прочности костей и суставов, к амортизирующей функции стопы и изгибов позвоночника.

Важным качеством спортсменов черлидеров является способность удерживать высокий уровень исполнительского мастерства в соревновательных условиях мышечной деятельности.

Черлидинг содержит координационно-сложные и интенсивные движения, включающие элементы акробатики, спортивной и художественной гимнастики, спортивных танцев. В процессе тренировки спортсменов-черлидеров формируется богатейший арсенал двигательных навыков, отличающихся координационной точностью и сложностью.

Другой отличительной особенностью этого вида спорта является развитие силовых возможностей во всех их важнейших проявлениях: динамическая, статическая и взрывная сила, скоростно-силовая выносливость.

Спортсменам в черлидинге при выполнении соревновательных программ приходится применять значительное количество двигательных действий: махи, приседания, прыжки, падения, повороты, вращения и т.п. При этом, находясь в постоянном движении, спортсмен должен уметь из самых разнообразных положений тела выполнить целенаправленные двигательные действия, основными из которых являются: перестроения и взаимодействия в команде, точные броски и своевременная ловля помпонов, обязательные элементы сложности и базовые движения черлидинга.

Важным средством повышения общей и технической подготовленности, улучшения спортивных результатов в самых различных видах спорта является акробатическая подготовка. Занятия акробатикой способствуют развитию множества важных двигательных и морально-волевых качеств. Акробатические упражнения разносторонне влияют на организм занимающихся: способствуют развитию силы, быстроты и точности движений, развивают способность ориентироваться в пространстве, оказывают большое тренирующее воздействие на вестибулярный аппарат, совершенствуют функцию равновесия.

Актуальность черлидинга в том, что он создает условия для продвижения обучающихся к физическому совершенству. 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 черлидингом развивают физические качества, 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).

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