

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия № 587
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета
ГБОУ Гимназия №587
Протокол № 1
от «30» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Гимназия № 587
С. Е. Кузнецова / _____
Приказ № 366
«30» августа 2023 года

Рабочая программа

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Черлидинг»

Возраст учащихся от 10 до 12 лет.
Срок освоения 1 год,

Разработчик:

Пономаренко Дарья Александровна

Педагог дополнительного образования,
учитель физической культуры

Задачи:

Образовательные:

- совершенствование двигательного опыта учащихся посредством изменения и усложнения упражнений скоростно-силового характера;
- соблюдение последовательности, непрерывности и постепенности в обучении учащихся;
- приобретение теоретических знаний из области физической культуры и спорта, спортивной медицины, гигиены спорта. Знаний о формах двигательной активности, использование этих форм для совершенствования индивидуальных физических качеств учащихся.

Развивающие:

- развитие и совершенствование техники двигательных действий, умений, навыков, пространственно-временных параметров;
- повышение уровня функциональной подготовленности учащихся.
- развитие мотивационной сферы учащихся;
- формированием когнитивного компонента;

Воспитательные:

- воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- воспитание и развитие патриотических чувств;
- формирование навыков культуры поведения;
- развитие социальной активности;
- приобретение учащимися жизненных ориентиров на основе общечеловеческих ценностей и способности толерантного отношения к окружающим;
- развитием коммуникабельности, креативности, мобильности, умение работать в коллективе;
- воспитание спортивных черт характера: целеустремленности, настойчивости, инициативности, смелости, честности, доброты, упорства в достижении цели.

Ожидаемые результаты:

К концу обучения занимающиеся:

Будут знать:

1. правила техники безопасности, поведения на занятиях в спортивном зале и в повседневной жизни;
2. технику страховки при выполнении акробатических элементов.

Будут уметь:

1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях;
2. выполнять акробатические элементы (кувырок, колесо и тд);
3. выполнять танцевальную композицию под музыкальное сопровождение в группе.

Овладеют:

1. техникой выполнения акробатических элементов;
2. различными стилями современного танца;
3. навыками деятельности совместно с партнерами на основе взаимопонимания и согласования.

Форма отслеживания результатов усвоения дополнительной образовательной программы предполагает:

- индивидуальное наблюдение — при выполнении практических приемов обучающимися;

- тестирование — при проверке терминологии и определении степени усвоения теоретического материала.

Осуществление контроля за реализацией программы:

Контроль за освоением учебного материала проводится в форме сдачи нормативов, участия в соревнованиях и показательных выступлениях.

Календарно-тематическое планирование

Раздел/ № занятия	Содержание занятия	Кол-во часов	Планируемые даты	Фактические даты
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	04.09.2023	
2	Основы черлидинга,ОФП, разбор терминологии	2	06.09.2023	
3	Акробатика,партерная гимнастика	2	11.09.2023	
4	ОФП,СФП, ритмика, акробатика.	2	13.09.2023	
5	ОФП, растяжка, постановочная работа	2	18.09.2023	
6	ОФП, элементы народного и класс. танца, акробатика.	2	20.09.2023	
7	Постановочная работа, партерная гимнастика.	2	25.09.2023	
8	ОФП, СФП, элементы народного и класс. танца, постановочная работа.	2	27.09.2023	
9	Ритмика, постановочная работа, акробатика.	2	02.10.2023	
10	ОФП,СФП, ритмика, акробатика.	2	04.10.2023	
11	Элементы народного и классического танца, партерная гимнастика, акробатика.	2	09.10.2023	
12	СФП, постановочная работа, акробатика	2	11.10.2023	
13	СФП, постановочная работа, партерная гимнастика.	2	16.10.2023	
14	Ритмика, акробатика.	2	18.10.2023	
15	СФП, постановочная работа, акробатика.	2	23.10.2023	
16	Ритмика, партерная гимнастика, акробатика.	2	25.10.2023	
17	ОФП, элементы современного танца.	2	30.10.2023	
18	СФП, постановочная работа.	2	01.11.2023	
19	Ритмика, партерная гимнастика, акробатика.	2	06.11.2023	
20	ОФП, СФП, постановочная работа, акробатика.	2	08.11.2023	
21	Ритмика, партерная гимнастика, акробатика.	2	13.11.2023	
22	СФП, постановочная работа, партерная гимнастика.	2	15.11.2023	

23	СФП, партерная гимнастика, акробатика.	2	20.11.2023	
24	Элементы современного и классического танца, акробатика.	2	22.11.2023	
25	ОФП, СФП, постановочная работа.	2	27.11.2023	
26	Ритмика, акробатика.	2	39.11.2023	
27	Элементы народного и класс. танца, партерная гимнастика.	2	04.12.2023	
28	СФП, постановочная работа.	2	06.12.2023	
29	ОФП, элементы народного и класс. танца, акробатика.	2	11.12.2023	
30	Ритмика, акробатика.	2	13.12.2023	
31	СФП, элементы современного и класс. танца, партерная гимнастика.	2	18.12.2023	
32	СФП, элементы современного и класс. танца.	2	20.12.2023	
33	Ритмика, акробатика.	2	25.12.2023	
34	ОФП, элементы народного и класс. танца.	2	27.12.2023	
35	СФП, партерная гимнастика.	2	10.01.2024	
36	Показательное выступление	2	15.01.2024	
37	Тестирование	2	17.01.2024	
38	СФП, Элементы народного и класс. танца, партерная гимнастика.	2	22.01.2024	
39	Ритмика, акробатика.	2	24.01.2024	
40	ОФП, СФП, партерная гимнастика	2	29.01.2024	
41	ОФП, элементы народного и класс. танца, партерная гимнастика	2	31.01.2024	
42	СФП, элементы народного и класс. танца, партерная гимнастика	2	05.02.2024	
43	Ритмика, акробатика.	2	07.02.2024	
44	СФП, акробатика.	2	12.02.2024	
45	СФП, Постановочная работа,	2	14.02.2024	
46	ОФП, элементы современного и класс. танца, акробатика.	2	19.02.2024	
47	ОФП, СФП, элементы современного и класс. танца.	2	21.02.2024	
48	СФП, партерная гимнастика.	2	26.02.2024	
49	Ритмика, акробатика.	2	28.02.2024	
50	СФП, партерная гимнастика.	2	04.03.2024	
51	СФП, ОФП, элементы современного и класс. танца.	2	06.03.2024	
52	СФП, Ритмика, акробатика.	2	11.03.2024	
53	Показательное выступление.	2	13.03.2024	
54	ОФП, постановочная работа, акробатика.	2	18.03.2024	
55	СФП, Ритмика, акробатика.	2	20.03.2024	
56	Элементы народного и классического танца, партерная гимнастика	2	25.03.2024	
57	СФП, партерная гимнастика.	2	27.03.2024	
58	ОФП, постановочная работа,	2	01.04.2024	

	акробатика.			
59	ОФП, постановочная работа, акробатика.	2	03.04.2024	
60	СФП, Ритмика, акробатика.	2	09.04.2024	
61	Акробатика.	2	12.04.2024	
62	ОФП, Элементы народного и классического танца, партерная гимнастика	2	16.04.2024	
63	СФП, Ритмика, акробатика.	2	19.04.2024	
64	ОФП, Элементы народного и классического танца, партерная гимнастика	2	23.04.2024	
65	Акробатика.	2	26.04.2024	
66	ОФП, постановочная работа, акробатика.	2	30.04.2024	
67	ОФП, Элементы современного и классического танца, партерная гимнастика, акробатика.	2	08.05.2024	
68	Показательное выступление.	2	10.05.2024	
69	Ритмика, акробатика.	2	14.05.2024	
70	СФП, Ритмика, акробатика.	2	18.05.2024	
71	Тестирование	2	21.05.2024	
72	Итоговое занятие	2	24.05.2024	

План воспитательной работы

<u>№ п/п</u>	<u>Название мероприятия</u>	<u>Сроки проведения</u>
<u>1</u>	<u>Общий сбор секции</u>	<u>сентябрь</u>
<u>2</u>	<u>Инструктаж по технике безопасности</u>	<u>сентябрь</u>
<u>3</u>	<u>Родительское собрание учащихся первого года обучения</u>	<u>сентябрь</u>
<u>4</u>	<u>Индивидуальные консультации, беседы с родителями</u>	<u>сентябрь- май</u>
<u>5</u>	<u>Участие в соревнованиях, спортивных мероприятиях, акциях</u>	<u>в течение года</u>
<u>6</u>	<u>Участие в итоговом отчетном занятии</u>	<u>май</u>

