

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 418  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга**

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
Протокол №1  
\_\_\_Хорошевская Е.В.

«30» августа\_ 2022 г.

Утверждаю  
Директор школы:

\_\_\_\_\_ А.В.Воробьев

Приказ №173/Д от 30  
августа 2022 г.

**Рабочая программа**

**«Черлидинг»**

**2 класс (34 ч.)**

Выполнила  
учитель физической культуры  
Чебан В.В.

2023-2024 учебный год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «ЧЕРЛИДИНГ» предназначена для спортивно-оздоровительной работы с учащимися 2х класс.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями детей и направлена на овладение учащимися основами «черлидинга», техники и тактики выступлений. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом и психологическом развитии ребёнка. Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Личностные результаты программы:**

- Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

### **Метапредметными результатами программы:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **2. Познавательные УУД:**

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### **3. Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### **Оздоровительные результаты программы:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Черлидинг» учащиеся **научатся:**

- выполнять базовые движения» черлидинга»
- использовать «кричалки», «речёвки», приемы работы с реквизитом
- безопасно выполнять акробатические и силовые упражнения
- действовать слаженно в команде, проявляя уважение к членам команды
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении танцевальных связок
- демонстрировать постановочную танцевальную работу
- выполнять статические и динамические упражнения

#### **получат возможность научиться:**

- развивать организаторские навыки для проведения занятий в качестве помощника учителя
- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- владеть основным содержанием правил соревнований по «черлидингу»;
- выполнять технические приёмы и действия;

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### **Ритмика**

Акцентированные хлопки.

Удары в такт музыке.

Акцентированная ходьба.

### **Акробатика**

Перекаты

Шпагат

Мост

Переворот в сторону

### **Базовые движения**

Базовые шаги.

Базовые положения рук

Базовые положения ногами

### **Базовые элементы**

Чир- прыжки

Лип -прыжки

Чиры и Чанты

### **Физическая подготовка**

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Развитие пластичности

### **Хореографическая подготовка.**

Просмотр и разучивание танцевальных связок из ранее изученных элементов.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела и темы учебного занятия	Характеристика деятельности учащихся	Дата по плану	Дата по факту
1	Инструкция по технике безопасности для занимающихся.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений. Планируют действия в соответствии с поставленной задачей.		
2	Основные стойки и базовые положения рук. ОФП. Развитие координационных способностей. Стрейчинг.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Используют общие приёмы решений поставленных задач.		
3	Разучивание кричалок. Базовые положения рук «ХАЙ ВИ» и «ЛОУ ВИ ». Развитие скоростно-силовых способностей, гибкости и	Выбирают наиболее эффективные решения поставленной задачи. В процессе освоения техники бега устраняют характерные ошибки		

	силы.			
4	Основной хлопок «клэп» и «клапс» Махи вперед. Стойки.	Описывают технику, осваивают ее самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и действий, соблюдают правила безопасности.		
5	Базовые положения ног. Координационные упражнения. Махи вперед. Стойки.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения, соблюдают правила безопасности.		
6	Базовые положения кистей рук – клинок, подсвечник. Выпады вперед и в стороны. Мах в сторону, мах «веер». Танцевальные шаги.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе деятельности.		
7	Выдающиеся люди, начавшие карьеру в группах поддержки. Базовые положения кистей рук – ведра, кинжалы. Танцевальные шаги.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности		
8	Выпады: стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад. Мах в сторону, мах «веер». Танцевальные шаги.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, Выбирают наиболее эффективные решения поставленной задачи.		
9	Чир – прыжки: ножницы вперед, назад; «Стредл» (звездочка). Танцевальные шаги.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
10	Чир – прыжки: ножницы вперед, назад; «Стредл» (звездочка). Танцевальные шаги.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
11	Чир – прыжки: «разноножка»; «так», «той-тач» в парах с поддержкой. Танцевальная связка 1.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
12	Чир – прыжки: «разноножка», «так», «той-тач». Танцевальная	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила		

	связка 1.	безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>13</b>	Чир – прыжки: «пайк», «вокруг света» в парах с поддержкой. Разучивание танцевальной связки 1 под музыку.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
<b>14</b>	Чир – прыжки: «пайк», «вокруг света». Танцевальная связка 2 .	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
<b>15</b>	Кувырок вперед, назад. Разучивание стойки на руках спиной к гимнастической стенке. Танцевальная связка 2 .	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>16</b>	Кувырок вперед, назад. Разучивание стойки на руках спиной к гимнастической стенке. Танцевальная связка 2 .	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>17</b>	Колесо. Мост наклоном назад (из положения стоя). Разучивание танцевальной связки 2 под музыку.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности		
<b>18</b>	Колесо. Мост наклоном назад (из положения стоя).	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>19</b>	Пируэт – вращение на одной ноге вокруг своей оси на 360 градусов. Разучивание танцевальной комбинации (1+2).	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов,		

		варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>20</b>	Пируэт – вращение на одной ноге вокруг своей оси на 360 градусов. Разучивание танцевальной комбинации.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>21</b>	Совершенствование техники выполнения базовых элементов ДАНС-программы. Повторение танцевальной комбинации.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>22</b>	Совершенствование техники выполнения базовых элементов ДАНС-программы. Повторение танцевальной комбинации.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>23</b>	Базовые элементы ДАНС-программы. Перестроения. Разучивание танцевальной комбинации под музыку с кричалками.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений. Планируют действия в соответствии с поставленной задачей		
<b>24</b>	Базовые элементы ДАНС-программы. Перестроения. Разучивание танцевальной комбинации под музыку с кричалками.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности		
<b>25</b>	Базовые элементы ДАНС-программы: движения ног с полным и частичным переносом веса, движения корпуса, движения бедер.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности		
<b>26</b>	Базовые элементы ДАНС-	Взаимодействуют со сверстниками в		

	программы: движения ног с полным и частичным переносом веса, движения корпуса, движения бедер.	процессе совместного освоения упражнений. Планируют действия в соответствии с поставленной задачей		
<b>27</b>	Перестроения в движении, соединение с шагами танцевальных связок.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>28</b>	Перестроения в движении, соединение с шагами танцевальных связок.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>29</b>	Перестроения в движении, соединение с шагами танцевальных связок.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>30</b>	Постановочная работа. Развитие артистичности.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>31 32</b>	Постановочная работа. Развитие артистичности.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		

<b>33</b>	Постановочная работа. Развитие артистичности.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		
<b>34</b>	Постановочная работа. Показательное выступление.	Моделируют технику освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе вой деятельности.		

