|  |  |
| --- | --- |
| SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH **TRƯỜNG THPT TRẦN HƯNG ĐẠO** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM Độc lập – Tự do – Hạnh phúc** |
|  | *Gò Vấp, ngày 15 tháng 09 năm 2016* |

**KẾ HOẠCH**

**THÀNH LẬP, TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG CÂU LẠC BỘ CHEERLEADING**

**Năm học: 2016-2017**

**I.Mục đích, ý nghĩa**

- Tạo điều kiện để các bạn học sinh tiếp cận với các hoạt động vui tươi , năng động , rèn luyện thêm về sức khỏe , năng khiếu nhảy , sự ăn ý với đồng đội ,tự tin trước đám đông .

- Thông qua các Câu lạc bộ nhằm tạo cho các bạn học sinh một sân chơi giải trí lành mạnh, thấy được “ Mỗi ngày đến trường là một ngày vui”.

- Giúp các bạn học sinh bồi dưỡng những khả năng về thể lực, sự dẻo dai, bền bỉ, thể hiện và khẳng định bản thân mình .

- Tạo mối đoàn kết thông qua việc sinh hoạt tập thể, sinh hoạt nhóm, qua đó học hỏi kinh nghiệm lẫn nhau trong quá trình làm việc và học tập.

**II. Thành phần, thời gian, địa điểm hoạt động**

**1. Thành phần:**

**1.1. Ban cố vấn:** Mời giáo viên và cựu học sinh trường THPT Trần Hưng Đạo

**1.2.Ban chủ nhiệm:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Họ và tên** | **Lớp** | **Phụ trách phần** |
| 1 | Ngô Thùy Linh | 11A19 | Chủ nhiệm Câu lạc bộ |
| 2 | Nguyễn Trung Hậu | 11A13 | Phó chủ nhiệm Câu lạc bộ |
| 3 | Đào Sơn Hà | 11A17 | Uỷ viên |

**1.3. Đối tượng tham gia sinh hoạt câu lạc bộ:**

- Học sinh trường THPT Trần Hưng Đạo

- Những bạn có đam mê vềbộ môn nhảy cổ động .

**2. Thời gian:**

- Trong suốt năm học 2016-2017

**-** Sinh hoạt thường lệ vào : 6h30-11h30 thứ 7 hàng tuần .

**3. Địa điểm*:*** Sân trường

**III . Nội dung và hình thức hoạt động:**

**1. Nội dung:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **STT** | **Hoạt động sinh hoạt** | **Thời gian** |
| 1 | Tập trung, triển khai lịch hoạt động | Tuần 1 |
| 2 | Thể lực và ép dẻo | Tuần 2 |
| 3 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản | Tuần 3 |
| 4 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản | Tuần 4 |
| 5 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn | Tuần 5 |
| 6 | Thể lực, ép dẻo và bật nhảy | Tuần 6 |
| 7 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản | Tuần 7 |
| 8 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản cao tay | Tuần 8 |
| 9 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản, tháp cơ bản cao tay | Tuần 9 |
| 10 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn | Tuần 10 |
| 11 | Thể lực, ép dẻo và bật nhảy | Tuần 11 |
| 12 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn, bật nhảy | Tuần 12 |
| 13 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản, tháp cơ bản cao tay | Tuần 13 |
| 14 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn, bật nhảy | Tuần 14 |
| 15 | Thể lực, ép dẻo và vũ đạo | Tuần 15 |
| 16 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cơ bản | Tuần 16 |
| 17 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cở bản | Tuần 17 |
| 18 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cơ bản | Tuần 18 |
| 19 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn, bật nhảy | Tuần 19 |
| 20 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản, tháp cơ bản cao tay, tháp một chân cơ bản | Tuần 20 |
| 21 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản, tháp cơ bản cao tay, tháp một chân cơ bản | Tuần 21 |
| 22 | Thể lực, ép dẻo và tháp cơ bản, tháp cơ bản cao tay, tháp một chân cơ bản | Tuần 22 |
| 23 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn, bật nhảy | Tuần 23 |
| 24 | Thể lực, ép dẻo và vũ đạo | Tuần 24 |
| 25 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cao tay | Tuần 25 |
| 26 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cao tay | Tuần 26 |
| 27 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cao tay | Tuần 27 |
| 28 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cao tay | Tuần 28 |
| 29 | Thể lực, ép dẻo và tháp một chân cao tay | Tuần 29 |
| 30 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn, bật nhảy | Tuần 30 |
| 31 | Thể lực, ép dẻo và bốn tháp | Tuần 31 |
| 32 | Thể lực, ép dẻo và bốn tháp | Tuần 32 |
| 33 | Thể lực, ép dẻo và nhào lộn bật nhảy | Tuần 33 |
| 34 | Thể lực, ép dẻo và tháp tung | Tuần 34 |
| 35 | Thể lực, ép dẻo và tháp tung | Tuần 35 |

**2. Hình thức sinh hoạt:**

- Sinh hoạt tập trung theo sự phân nhóm của Ban cố vấn hoặc Ban chủ nhiệm CLB

- Ban chủ nhiệm hướng dẫn cho các thành viên.

- Có thể mời huấn luyện viên, Ban chủ nhiệm các trường bạn giao lưu, trao đổi kinh nghiệm.

- Tham gia biểu diễn trong các các hoạt động văn hoá, văn nghệ của nhà trường.

- Rèn kỹ năng sống thông qua các hoạt động ngoại khoá, hướng nghiệp, trải nghiệm sáng tạo.

**IV. Quy chế tổ chức Câu lạc bộ**

Tên câu lạc bộ : **CHEERLEADING Trần Hưng Đạo**

**Điều 1: Quy định chung:**

* Là học sinh đang tham gia học tập tại trường THPT Trần Hưng Đạo có nguyện vọng bồi dưỡng, rèn luyện và nâng cao khả năng sống cho bản thân.
* Thành viên Câu lạc bộ học là những học sinh tự nguyện tham gia, chịu trách nhiệm và tán thành quy chế hoạt động, được sự chấp thuận của Ban chủ nhiệm Câu lạc bộ và trường THPT Trần Hưng Đạo.

 **Điều 2: Các Quy định khác :**

* Ban chủ nhiệm làm việc trên tinh thần dân chủ, không được phép điều hành Câu lạc bộ theo quan điểm cá nhân mà phải họat động theo đúng quy chế đề ra.
* Khi còn là thành viên nhóm, không lôi kéo bè phái, chia rẽ làm mất đòan kết nội bộ.
* Mọi họat động, hành vi liên quan đến Câu lạc bộ của từng thành viên Câu lạc bộ phải được Ban chủ nhiệm thông qua, làm đúng quy chế họat động, tôn chỉ và định hướng
* Thành viên Câu lạc bộ phải cư xử lịch sự, bình đẳng, tế nhị với mọi người, trang phục, đồng phục lịch sự, đúng quy định Câu lạc bộ khi tham gia bất kỳ họat động nào của Câu lạc bộ .

**Điều 3: Mục đích tổ chức và họat động:**

* Họat động theo phương châm tổ chức các họat động nhảy , cổ vũ , sân chơi cho mọi học sinh theo từng chủ đề/ tháng.
* Tham gia các hoạt động công tác xã hội, các chương trình thi về văn nghệ, đi cổ vũ cho các cuộc thi của trường hoặc trường tham gia. Tạo điều kiện thuận lợi, là nhịp cầu nối tất cả cá nhân, tổ chức, mạnh thường quân, nhà hảo tâm tham gia để có cơ hội xây dựng quỹ hoạt động và làm công tác từ thiện.
* Giao lưu, học hỏi, kết nối bạn bè, tạo môi trường thân thiện, giúp đỡ nhau trong cuộc sống, trong công việc.
* Các thành viên, tình nguyện viên được tham gia vào các lớp đào tạo kỹ năng sinh hoạt, làm việc nhóm do Ban chủ nhiệm tổ chức.

**Điều 4: Nguyên tắc hoạt động và quản lý tài chính:**

 Câu lạc bộ thành lập và hoạt động theo tổ chức của nhà trường, do Đoàn trương trực tiếp quản lý;

Câu lạc bộ hoạt động theo nguyên tắc tự nguyện, tự chịu trách nhiệm với nhà trường;

**Điều 5: Quyền hạn và nghĩa vụ của các thành viên CLB :**

* Tổ chức, hoạt động theo Quy chế nội bộ và các quy định của nhà trường.
* Lưu trữ và công khai hồ sơ, nghị quyết, biên bản về các hoạt động của Câu lạc bộ theo quy định. Sử dụng tài sản, tài chính theo đúng mục đích của Câu lạc bộ;
* Được phép đề nghị kế hoạch tổ chức các họat động cho Câu lạc bộ khi tham gia sinh hoạt.
* Được tham gia bỏ phiếu, biểu quyết bầu chọn Ban chủ nhiệm, thành viên ưu tú, thi đua khen thưởng. Các thành viên phải có trách nhiệm với công tác của Câu lạc bộ, tham dự đầy đủ các buổi sinh hoạt định kỳ. Khi có chương trình sinh hoạt phải tự giác hỗ trợ Ban chủ nhiệm thực hiện công việc, đảm bảo trật tự nơi thực hiện công việc và vệ sinh môi trường.

**V.Tổ chức hoạt động:**

**1. Lập hồ sơ xin thành lập Câu lạc bộ**

**2. Tổ chức buổi ra mắt câu lạc bộ:**

**-** Ra mắt ban chủ nhiệm Câu lạc bộ.

 **-** Giới thiệu nội dung, quy chế Câu lạc bộ, danh sách các thành viên trong câu lạc bộ.

 **-** Công bố chương trình hoạt động của Câu lạc bộ.

- Biểu diễn một tiết mục ra mắt

**3. Duy trì hoạt động thường xuyên của câu lạc bộ:**

- Tổ chức sinh hoạt thật sinh động, hấp dẫn qua các hình ảnh chương trình thực tế.

- Kết hợp sinh hoạt và thực hành

- Tổ chức các chuyến đi sinh hoạt chung và nâng cao kỹ năng cho từng thành viên.

- Tổ chức cuộc thi trong Câu lạc bộ và giao lưu với các Câu lạc bộ của trường bạn.

**4**. **Tổ chức hoạt động câu lạc bộ:**

Bước 1: Chuẩn bị kế hoạch huấn luyện cụ thể và hình thức hoạt động CLB

Bước 2: Phân công trách nhiệm cụ thể đến từng thành viên nhằm hoàn thành tốt kế hoạch.

Bước 3: Tổ chức thực hiện kế hoạch đã định.

 Bước 4: Theo dõi, dám sát đánh giá và điều chỉnh hoạt động theo chương trình, nội dung đã hoạch định.

Trên đây là Kế hoạch thành lập, và tổ chức hoạt động của Câu lạc bộ CHEERLEADING Trần Hưng Đạo trong trường THPT Trần Hưng Đạo, đề nghị các thành viên Câu lạc bộ thực hiện nghiêm túc.

|  |  |
| --- | --- |
| **Phê duyệt của Hiệu trưởng****Nguyễn Thống Nhất**  | **Người lập kế hoạch****Ngô Thuỳ Linh**  |