

### **Дополнительная образовательная программа «Основы эстрадного вокала» (старшая группа)**

Статус программы: программа кружка модифицированная, составлена на основе программы А.Ю.Бондаревской

Направленность – художественная

Цель программы - привить любовь к вокальному искусству и научить правильно исполнять вокальные произведения

Контингент обучающихся: зачисляются дети МБОУ «СОШ №31» без конкурса.

Программа рассчитана на детей 11-17 лет.

Продолжительность реализации программы: 1 год

Режим занятий: Количество часов в неделю- 10 часов.

Количество часов в год – 290 часов (4 раза по 2,5 часа)

Краткое содержание: Теоретическая часть включает в себя нотную грамоту, работа с текстом, изучение творчества отдельных композиторов.

Практическая часть обучает приемам вокального исполнения песен и музыкальных произведений.

Музыкальную основу программы составляют произведения композиторов-классиков и современных композиторов и исполнителей эстрадной песни.

Ожидаемый результат: развитие музыкальных способностей, обучение приемам вокального пения и выразительного исполнения музыкальных произведений. Результаты работы обучающиеся демонстрируют на концертах, конкурсах.

### **Дополнительная образовательная программа «Знакомство с эстрадным вокалом» (младшая группа)**

Статус программы: программа кружка модифицированная, составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования, утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации 04.09.14 № 1726-р, Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации N 1008 г. от 29.08. 2013 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Направленность – художественная

Цель программы: развить музыкальные и вокальные способности обучающихся школы.

Контингент обучающихся: зачисляются дети МБОУ «СОШ №31» без конкурса.

Программа рассчитана на детей 7-10 лет.

Продолжительность реализации программы: 1 год.

Режим занятий: Количество часов в неделю: 232 часа в год (29 учебных недель), 8 часов в неделю (4 раза по 2 часа).

Краткое содержание: теоретическая часть включает в себя нотную грамоту.

В процессе обучения по данной программе дети знакомятся с основами эстрадного вокала (вокально правильная артикуляция, дыхание, опора), а также узнают о специфике сценического движения и актерского мастерства в доступной для их возраста форме (осанка певца, мимика и сценические движения артиста). Формируется познавательный интерес к многогранному миру вокала, танца и театра.

Практическая часть обучает приемам вокального исполнения песен и музыкальных произведений. Осознание необходимости постоянного внутреннего (со стороны ученика) и визуального контроля положения корпуса и головы. Выработка и закрепление правильной певческой позиции.

Выработка вокально правильной мимики и артикуляции (пение «на улыбке»). Формирование и закрепление данной певческой позиции при работе и исполнении музыкального произведения.

Ожидаемый результат: развитие музыкального слуха, творческих способностей. Обучающиеся научатся чисто интонировать и выразительно исполнять вокальные произведения композиторов и детский репертуар.

### **Дополнительная образовательная программа «Настольный теннис»**

Цель программы - углубленное изучение спортивной игры настольный теннис

Направленность – физкультурно-спортивная

Контингент обучающихся: зачисляются дети МБОУ «СОШ №31» без конкурса.

Программа рассчитана на детей 7 - 16 лет

Продолжительность реализации программы: 1 год

Режим занятий: Количество часов в неделю- 6 часов.

Количество часов в год – 204 часа

Краткое содержание: материал программы дается в трех разделах:

- основы знаний;
- общая и специальная физическая подготовка
- техника и тактика игры;

Ожидаемый результат:

Обучающиеся овладеют техникой и тактикой игры в теннис, повысят физическую подготовку.

### **Дополнительная образовательная программа «Юность России»**

Статус программы: Программа кружка «Юность России» модифицированная, составлена на основе курса «Гражданское образование» в средних и старших классах, авторами которой являются С.К. Тивикова, Н. Н. Деменева, Т. Я. Железнова, Н. Ю. Яшина.

Направленность – социально-педагогическая

Цель программы - создание условий для социализации растущей личности, для становления гражданской идентичности школьника, его духовно-нравственного развития.

Контингент обучающихся: зачисляются дети МБОУ «СОШ №31» без конкурса.

Программа рассчитана на детей 11-17

Продолжительность реализации программы: 1 год.

Форма организации процесса обучения: занятия организуются в учебных группах по 15 - 20 человек.

Режим занятий: занятия организуются 1 раз в неделю по 3 часа, в год, 102 часа.

Краткое содержание: содержание программы предусматривает три тематических блока: начальная военная подготовка, общефизическая подготовка, строевая подготовка. Специфика курса гражданского образования определяется тем, что в нем главным, ведущим содержательным элементом является опыт ценностных ориентаций, то есть эмоционально-чувственное, духовное отношение к миру и друг к другу.

Результаты реализации программы определяются личностным ростом учащихся. Программа призвана помочь каждому школьнику осмыслить его место в жизни, приобщиться к целому ряду ценностей, понятий, помочь сформулировать собственный взгляд на жизнь, своё мировоззрение и в тоже время знать и уважать прошлое и настоящее своего народа, своего края, своей семьи. Привить уважение к культуре других народов. Развить умение общаться с учителем и сверстниками.

### **Дополнительная образовательная программа «Долг. Честь. Отчизна.»**

Статус программы: программа ориентирована на воспитание старшего школьника как гражданина и патриота своей страны, что соответствует основным положениям государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».

Направленность – социально-педагогическая

Цель программы - создание условий для социализации растущей личности, для вхождения её в гражданское правовое общество через становление отношений к миру и к себе в нём.

Контингент обучающихся: зачисляются дети МБОУ «СОШ №31» без конкурса.

Программа рассчитана на детей 14-17 лет.

Продолжительность реализации программы: 1 год.

Форма организации процесса обучения: занятия организуются в учебных группах по 20- 25 человек.

Режим занятий: занятия организуются 1 раз в неделю по 3 часа обучения; всего 102 часа.

Краткое содержание: курс «Долг. Честь. Отчизна.» построен с учётом идей развивающего обучения и предполагает дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся.

#### Основы строевой подготовки

Обучающиеся будут знать:

- виды Вооруженных сил Российской Федерации, рода войск и их

назначение;

- устав внутренней службы Вооруженных сил Российской Федерации;
- общие обязанности военнослужащих;
- символы государственного Герба, Флага;
- что такое строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя;
- сигналы управления строем.

Обучающиеся будут уметь:

- перестраиваться в одну, в две шеренги;
- выполнять повороты на месте;
- соблюдать порядок выполнения воинского приветствия в строю, на месте и в движении;
- выполнять движение строем, поворот в движении, размыкаться и смыкаться в строю;
- выходить из строя и правильно подходить к начальнику, возвращаться в строй;
- выполнять движение строевым и походным шагом.

#### Основы огневой подготовки.

Обучающиеся будут знать:

- историю развития отечественного стрелкового оружия.
- законодательство о поведении с оружием.
- технику безопасности при использовании оружия.
- устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки.
- устройство и работа АК- 74.

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять выстрел из пневматической винтовки.
- стрелять по квадрату 10x10 см. на листе белой бумаги.
- стрелять в мишень.
- собирать и разбирать автомат АК -74 (полная неполная разборка) за определенное количество времени.

#### Основы физической подготовки

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять высокий, низкий старт.
- выполнять прыжок в длину с места.
- выполнять специально – беговые упражнения.
- выполнять бег в равномерном темпе 6 минут.
- выполнять прыжки через скакалку (кол-во раз за 1 минуту).
- правильно выполнять эстафетный бег 3x10.
- пробегать короткие дистанции 30 м., 60 м., 100 м.
- пробегать 1000 – 1200 м.
- выполнять командные эстафеты.
- выполнять подъем туловища из положения лежа.

#### Основы медицинских знаний

Обучающиеся будут знать:

- общие правила и приоритеты оказания первой помощи при различных травмах и состояниях;
- Обучающиеся будут уметь:
- оказывать первую помощь при различных травмах.

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной  
(общеразвивающей) программе  
«Легкая атлетика»**

Дополнительная программа по лёгкой атлетике разработана в соответствии с требованиями нормативных правовых актов.

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся 13-17 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

Занятия проходят 8 часов в неделю, за год – 272 часа.

Основная функция программы - физическое воспитание.

Актуальность программы. Легкая атлетика – один из основных и массовых видов спорта. Занятия общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года. В системе физического воспитания легкая атлетика занимает главенствующее место благодаря разнообразию, доступности, дозировки, а также ее прикладному значению.

Основой легкоатлетических упражнений являются естественные и жизненно важные движения человека. Благодаря занятиям легкой атлетики обучающийся приобретает правильные двигательные навыки и развивает ловкость, быстроту, силу и выносливость и т.д. Занятия легкой атлетикой являются хорошей профилактикой различных заболеваний опорно-двигательной системы (плоскостопие, нарушение осанки, сколиоза), дыхательной и сердечно-сосудистой системы, благотворно влияют на обменные процессы, повышают защитные силы организма.

В связи с введением с 1 сентября 2014 года в образовательных организациях физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», который предусматривает сдачу учащимися контрольных нормативов, а также приказа президента РФ №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ на период до 2024 года» от 07.05.2018 г. внедрение данной программы в образовательный процесс является актуальным.

**Цель программы:** развитие основных физических качеств и способностей учащихся, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма через занятия легкой атлетикой, вовлечение обучающихся в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность.

**Задачи программы:**

**обучающие:**

- сформировать базовые знания по истории развития легкой атлетике в регионе, России, мире;

- дать представление о методике формирования навыков технической подготовленности по дисциплине легкой атлетике «бег на короткие дистанции»;
- раскрыть понятия, термины и определения легкой атлетики;
- обучить техническим элементам бега на короткие дистанции и правилам легкой атлетики данной дисциплины;
- обучить юных спортсменов самостоятельно формировать комплексы общей и специальной физической подготовки;
- обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

***развивающие:***

- развить общефизические и специальные качества бегуна на короткие дистанции;
- развивать устойчивую позицию к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- развивать средствами легкой атлетики индивидуальные способности обучающихся;
- развивать уровень познавательных интересов, памяти, мышления, внимания, воображения;
- способствовать раскрытию средствами легкой атлетики спортивной одаренности и таланта обучающихся;
- расширить функциональные возможности организма, через систему физкультурно-оздоровительных упражнений.

***воспитательные:***

- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированности, исполнительности и ответственности;
- воспитывать волевые качества, формирующие спортивный дух и характер;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни;
- способствовать воспитанию социальных и гражданских качеств личности ребенка.

**Планируемые результаты**

***знать:***

- историю развития и современное состояние легкой атлетики в мире и у нас в стране;
- место легкой атлетики в системе Олимпийского движения;
- правила безопасного поведения во время занятий легкой атлетикой, поведения на стадионе, в качестве зрителя, болельщика;
- правила оказания доврачебной помощи пострадавшему во время занятий легкой атлетикой (растяжение, ушибы, ссадины, вывихи);

- режим дня легкоатлета (бегуна), личная гигиена юного бегуна, уход за спортивной одеждой и обувью;
- методику организации самостоятельных занятий по развитию физических качеств;
- правила проведения контрольно-тестовых упражнений по общей физической и специальной подготовке;
- причины травматизма во время занятий легкой атлетикой и правила его предупреждения;
- правила соревнований по легкой атлетике в дисциплине бег на короткие дистанции;

***уметь:***

- организовать самостоятельные занятия легкой атлетикой, а также с группой сверстников;
- организовывать и проводить соревнования по легкой атлетике в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.;
- выполнять требования по общей и специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять технические элементы и упражнения, подвижные и спортивные игры, эстафеты с различными элементами и предметами направленные на развитие физических качеств бегуна;
- владеть техническими и тактическими действиями в легкой атлетике по возрасту;
- соблюдать правила безопасного поведения во время занятий легкой атлетикой, в частности, бегом на короткие дистанции;

**Формы аттестации.** Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе педагога дополнительного образования. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей. Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала. Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки. Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления тренировочным процессом.

*Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:*

- проверяются и оцениваются результаты усвоения материала на тренировочных занятиях.
- объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данного года подготовки.
- выявление уровня освоения обучающимся, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам.

**Формой контроля** является мониторинг по общей и специальной физической подготовке. Инструментарием мониторинга являются

контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учетом возрастной категории обучающихся. Сдача нормативов (тестов) ВФСК ГТО. Мониторинг, текущий или промежуточный контроль проводится в середине декабря и мае месяце каждого года обучения. Итоговая аттестация проводится в конце года. Результаты мониторинга заносятся в протокол и обрабатываются в электронном виде.

### **Аннотация к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Коньки»**

Катание на коньках является эффективным средством улучшения здоровья и физической подготовленности учащихся. Проходя на воздухе, систематические занятия катанием на коньках оказывают положительное влияние на организм ребёнка. Прежде всего, можно отметить благоприятные изменения в развитии органов дыхания и дыхательной мускулатуры. Занятия конькобежным спортом значительно повышают устойчивость вестибулярного аппарата. У учащихся совершенствуется функция равновесия, что позволяет им легко и свободно маневрировать на льду, выполнять различные фигуры. Благодаря влиянию холодного воздуха улучшаются терморегуляторные процессы в организме и, следовательно, происходит закаливание, повышается сопротивляемость простудным заболеваниям, отмечается сокращение их продолжительности. Таким образом, катание на коньках при целенаправленном руководстве со стороны учителя способствует развитию основных видов движений и может оказать всестороннее влияние на физическое развитие и физическую подготовленность учащихся. Желание воспитанников овладеть катанием, воспитывают у них волю, терпение, смелость, настойчивость и другие положительные качества. Совместная работа педагога и семьи поможет осуществить правильное физическое развитие и воспитание характера и личности. Для развивающегося детского организма катание на коньках также принесет неисчерпаемый запас отличного настроения. При регулярном катании на коньках дети становятся менее раздражительными, что немаловажно при переходных возрастах, преодолевают страх и неуверенность в себе, а при поворотах развивают пространственное представление, что способствует тренировке зрения.

Данная программа составлена на 34 недели 2021-2022 учебного года, с недельной нагрузкой 4,5 часа. **Всего за год 153 часа.**

**Цель** данной программы – формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом; пропаганда и популяризация здорового образа жизни, организация досуга детей и подростков.

#### **Задачи программы:**

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- привитие интереса к занятиям конькобежному спорту;

- обучение технике катания на коньках, в дальнейшем – освоение основ техники скоростного бега на коньках;
- формирование двигательных умений и навыков
- всесторонняя физическая подготовка учащихся.

Основой являются практические занятия – тренировки; соревнования.

Практические занятия можно классифицировать на два раздела: осенью и весной это занятия на улице и в спортивном зале, где предпочтение отдается общей физической подготовке, а зимой – занятия на льду – специальная физическая подготовка.

#### **Формы обучения и виды занятий:**

Беседы: техника безопасности при занятиях на коньках; правила поведения на льду; приемы и техника падения.

Практикум: подбор коньков; занятия на твердом покрытии; занятия на снежной укатанной площадке.

Занятия-тренировка: занятия на льду.

#### **Уровень сложности программы - стартовый**

#### **Используемые технологии:**

- здоровьесберегающие;
- дифференцированный и индивидуальный подход в обучении.

#### **Ожидаемые результаты:**

При освоении программы учащиеся будут **знать и иметь представление:**

- о роли и значении занятий катанием на коньках в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни;
- об особенностях функционирования основных органов и структур организма при катании на коньках;
- о правилах поведения на льду, мерах предупреждения травматизма.

После освоения программы учащиеся должны **уметь:**

- правильно подобрать коньки;
- кататься по прямой;
- скользить на одном коньке;
- делать повороты;
- кататься по кругу;
- кататься спиной вперед;
- тормозить различными способами;
- уметь группироваться при падении.

После освоения программы учащиеся должны **демонстрировать:**

- правильное положение тела при катании на коньках;
- виды торможений;
- упражнения простого катания на коньках;
- нормативы общефизической подготовки;