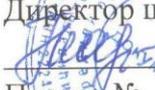


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Средняя общеобразовательная школа №70»

|   |   |
|---|---|
| <b>РАССМОТРЕНО</b><br>Педагогический совет<br>Протокол № 16<br>Дата рассмотрения<br>«22»августа 2024 г. | <b>УТВЕРЖДЕНО</b><br>Директор школы<br> Гайнутина Т.Н./<br>Приказ № <u>64</u><br>Дата утверждения<br>«29» августа 2024 г. |
|---|---|

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
МБОУ «СОШ № 70»  
«Палитра»  
(мужской класс)  
на 2024/2025 учебный год  
(возраст 6,5 - 11 лет)**

**Направленность программы:** художественная

**Адресат программы:** мальчики младшего школьного возраста 6,5-11 лет

**Срок и объем освоения программы:** 8 месяцев, в объеме 90 занятий за период обучения.

**Форма обучения:** очная, групповая

**Автор–составитель:** педагог дополнительного образования  
Сухина О.А.

**Барнаул, 2024**

## **ДООП «Палитра» (мужской класс)**

**Направленность программы:** художественная

**Адресат программы:** мальчики младшего школьного возраста 6,5-11 лет

**Срок и объем освоения программы:** 8 месяцев, в объеме 90 занятий за период обучения.

**Форма обучения:** очная, групповая

**Особенности организации образовательной деятельности:** группа разновозрастная (мальчики)

**Режим занятий:** три раза в неделю, продолжительность занятий 1 час 30 минут: 2 занятия по 40 минут, 10 минут перемена.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, открытое занятие.

**Форма аттестации:** открытое занятие

**Цель:** развитие творческих способностей воспитанников средствами хореографического искусства (народного танца).

### **Планируемые результаты:**

*В результате овладения материалом ученик должен знать:*

танцевальную терминологию;

основные позиции рук и ног в народном танце;

музыкальный размер;

названия основных элементов русского танца;

название рисунков танца;

элементы народного мужского танца.

*Уметь:*

- постепенно укреплять мышечный аппарат;
- владеть центром тяжести тела;
- ориентироваться в пространстве;
- сохранять постановку корпуса;
- чувствовать ракурс и позу;
- исполнять основные элементы народного танца;
- исполнять не сложные трюковые элементы;
- исполнять не сложные танцевальные комбинации, этюды.

### **Содержание программы**

- Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях по хореографии. Критерии внешнего вида – форма одежды, прическа. Упражнения на формирования правильной осанки. Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие.
- Понятие о темпе и контрасте музыкального произведения. Ритмический рисунок. Точное начало и окончание движения вместе

с началом и окончанием музыкальной части. Движение в различных темпах (быстро, медленно). Передача хлопками простейшего ритмического рисунка (4/4,  $\frac{3}{4}$ , 2/4). Слышать и передавать в движении ярко выраженные ритмические акценты (громко, умеренно, тихо).

- Танцевальная азбука. Изучение точек класса, позиций рук и ног в народном танце. Положения головы. Понятия: «птичка», «утюжок», «флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» - поднимание ноги до колена с натянутой стопой.
- Разучивание движений партерной гимнастики. В данный комплекс входят упражнения: на укрепление мышц спины и брюшного пресса («лодочка» на животе и спине, «рыбка»)- одновременное поднимание рук и ног лёжа на животе, «склёпка» - одновременное поднимание рук и ног лёжа на спине,; на развитие подвижности и натянутости ног и стопы- «птичка», «утюжок», «ножницы», «самолёт», «горка» с переходом на полупальцы и обратно, махи ногами «сильные ноги»; на развитие выворотности ног «бабочка», «лягушка»; на растяжение мышц ног «книжка» подъём и раскрытие ног, шпагат, поперечный шпагат, перекаты через поперечный шпагат «солнышко»; на гибкость спины «коврик», «кораблик», «перегибы корпуса», «мост»; на развитие и укрепление плечевого пояса и рук «планка», «отжимание».
- Силовой комплекс. Упражнения направленные на развитие и укрепление мышц всего корпуса. «Лифт»- медленный подъём на полупальцы и такое же опускание; «ласточка» - наклон корпуса с одновременным подниманием ноги; «заскоки» на полупальцы в плие; медленные приседания (plie) на полупальцах маленькие (demi) и большие (grand); «крабик» по 2 позиции ног, руки в крест сесть в plie поднять пятки, задержать, опустить и подняться вверх. Диагональ:«спортивный бег» с работой рук; «спортивный бег» из положения сидя; «трамплинный бег» с зависанием в верхней точке; «поджатые» прыжки; «поджатые» прыжки с коленями к груди; «таракан»; «мячик» по 6 позиции и с фиксацией в 1 позиции; «мяч» с подбивом, «мяч» с поджатым; «кочка» простая; «кочка» с поджатым; «боковой перепрыг»; «змейка» ноги натянутые на полу руками шагаем вперёд; «неваляшка»; «медуза»; «гусеница»; «белка летяга»; «ящерка греется» как в планке только руки и ноги широко открыты.

- Разучивание шагов, ходов. Шаги с носка, с высоким подъемом колена, на полупальцах, на пятках, в комбинации с хлопками. Прыжки в продвижении в глубоком приседании и на прямых ногах. Бег на месте и в продвижении, подскоки, галоп.
- Ориентировка в пространстве: круг, линия, диагональ, колонна. Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно. Построение в диагональ, две диагонали. Построение в круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале.
- Основные элементы русского народного танца: притопы, перескоки, «ключ», «гармошка», «ковырялочка», «моталочка», «верёвочка», «припадание».
- Элементы мужского народного танца: «хлопушки», «присядки», базовые трюковые элементы. Трюковые элементы «разножка», «колесо», «рандат», «флажок» и др.
- Простейшие танцевальные комбинации и этюды на основе ранее выученных движений.

### Тематическое планирование

| № п/п | Название раздела, темы                                 | Количество часов |          |       | Формы аттестации/контроля |
|-------|--|------------------|----------|-------|---------------------------|
|       |  | Теория           | Практика | Всего |                           |
| 1     | Вводные занятия.                                       | 1                | 3        | 4     |                           |
| 2     | Понятие о темпе и контрасте музыкального произведения. | 1                | 3        | 4     |                           |
| 3     | Танцевальная азбука.                                   | 1                | 2        | 3     |                           |
| 4     | Разучивание движений партерной гимнастики.             | 0                | 14       | 14    |                           |
| 5     | Силовой комплекс.                                      | 0                | 14       | 14    |                           |
| 6     | Разучивание шагов, ходов.                              | 0                | 5        | 5     |                           |
| 7     | Ориентировка в пространстве                            | 0                | 4        | 4     |                           |

|    |  |   |    |    |                |
|----|--|---|----|----|----------------|
| 8  | Основные элементы русского народного танца                                     | 0 | 14 | 14 |                |
| 9  | Элементы мужского народного танца  | 0 | 14 | 14 |                |
| 10 | Простейшие танцевальные комбинации и этюды на основе ранее выученных движений. | 0 | 14 | 14 |                |
| 11 | Итоговый урок  | 0 | 1  | 1  | Открытый урок. |
|    | Итого:   | 2 | 88 | 90 |                |

## Организационный раздел

### 3.1. Учебный план

#### Пояснительная записка к учебному плану

МБОУ «СОШ № 70» оказывает платные образовательные услуги в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Законом Российской Федерации от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Положением о платных образовательных услугах МБОУ «СОШ № 70»;
- Уставом школы.

Платные образовательные услуги направлены на развитие интеллектуальных возможностей обучающихся и оказываются на основе принципов добровольности и полноты информации на договорной основе. Выбор предметов образовательных услуг определяется обучающимися и их родителями в соответствии с уровнем учебных возможностей и интересов обучающихся. Учебный план составлен с учетом социального заказа на образовательные услуги.

Учебный план обеспечивает соблюдение интересов учащихся, преемственность обучения, реализацию образовательных потребностей и интересов обучающихся, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований, социализацию и адаптацию к новым условиям.

Программы курсов имеют своей целью расширить предметную область соответствующего предмета, адаптировать детей к новым условиям.

### **Учебный план платных образовательных услуг на 2024 – 2025 учебный год**

| Наименование платной образовательной услуги | Сроки                     | Кол-во учебных часов в неделю | Кол-во учебных часов в месяц | Кол-во часов в год |
|---|---------------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------|
| Палитра                                     | с 01.10.2024 – 23.05.2025 | 3                             | 9-12                         | 90                 |

### **Календарный учебный график**

#### **Пояснительная записка**

Календарный учебный график платных образовательных услуг МБОУ «СОШ № 70» на 2024-2025 учебный год является локальным актом, регламентирующим организацию образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам. Календарный учебный график платных образовательных услуг разработан на основе следующих документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Положения о платных образовательных услугах МБОУ «СОШ № 70»;
- Устава школы.

### 1. Продолжительность учебного периода:

| Наименование платной образовательной услуги | Начало     | Окончание  | Количество учебных недель |
|---|------------|------------|---------------------------|
| Палитра                                     | 01.10.2024 | 23.05.2025 | 30                        |

### 2. Режим занятий:

Платные образовательные услуги предоставляются вне учебных занятий согласно утвержденному расписанию.

| №  | Наименование дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы | Продолжительность занятий |
|----|---|---------------------------|
| 9. | Палитра   | 2 по 40 мин               |

### Положение

#### о количестве обучающихся в объединениях, их возрастных категориях и продолжительности учебных занятий в МБОУ «СОШ № 70»

| № п/п | Наименование объединения | Название дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, направленностей              | Количество обучающихся в объединении (мин. кол-во, макс. кол-во) | Количество занятий в неделю | Количество и продолжительность занятий в день (в соответствии с СанПиН) | Возраст обучающихся | Срок реализации программы |
|-------|--------------------------|--|--|-----------------------------|---|---------------------|---------------------------|
| 9.    | Палитра                  | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Палитра» художественная направленность | От 15 до 20 чел  | 3                           | 2 по 40 мин   | от 6,5 до 11 лет    | 8 месяцев                 |

### 3. Количество занятий согласно расписания

| Наименование платной образовательной услуги | Кол-во часов в год | Кол-во часов в неделю | Количество часов в месяц |        |         |        |         |      |        |     |
|---|--------------------|-----------------------|--------------------------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|
|   |                    |                       | октябрь                  | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май |
| Палитра                                     | 90                 | 3                     | 12                       | 12     | 12      | 9      | 12      | 9    | 12     | 12  |

### 4. График праздничных и каникулярных дней в 2024-2025 уч. году

В праздничные дни занятия не проводятся.

осенние каникулы – с 27.10.2024 по 04.11.2024;

зимние каникулы – с 29.12.2024 по 08.01.2025;

для обучающихся первых классов(дополнительные каникулы) 17.02.2025 – 23.02.2025

весенние каникулы – с 22.03.2025 по 30.03.2025;

летние каникулы с 26.05.2025 по 31.08.2025.

### 5. Сроки итоговой аттестации

| Наименование платной образовательной услуги | Сроки итоговой аттестации |
|---|---------------------------|
| Палитра                                     | 23.05.2025                |

Обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам не сопровождается промежуточной аттестацией. Итоговая аттестация по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам может быть проведена в форме открытых занятий, концертов, творческих отчетов, спортивных соревнований и др.