УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. ХАБАРОВСКА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ВОСХОЖДЕНИЕ»

Принята
на заседании
педагогического совета
от "29" августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор
ДЮЦ «Восхождение»
_____Зыкова Е.Н.
"29" августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЫ. ХИП-ХОП»

Направленность программы: художественная
Возраст обучающихся: 7-11 лет
Уровень освоения: стартовый
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель программы:
Котова Екатерина Ивановна,
педагог дополнительного образования

г. Хабаровск
2023 год

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современные танцы. Хип-хоп» имеет *художественную направленность, направление – современные танцы, стартового уровня*. Основным предметом данной программы является танцевальный стиль хип-хоп. Этот стиль - особенная философия, способ общения между людьми. Хип-хоп не требует последовательности и строгости исполнения движений и стандартов, тем самым открывая безграничные возможности для самовыражения и творчества.

1.1.1. Нормативно-правовая база

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. №124- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
4. Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 13 марта 2019 г №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего

профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996).

10. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2021-2025 годы (Постановление Правительства РФ от 12 ноября 2020г. №2945-р).

11. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 7 декабря 2018 г., протокол №3).

12. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).

13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 августа 2015 г. №АК-2563/05 «Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

15. Положение о дополнительной общеобразовательной программе, реализуемой в Хабаровском крае (утверждено приказом КГАОУДО «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)» от 26 сентября 2019 г. №383П).

16. Постановление администрации г. Хабаровска от.25.10.2019 г. №3501 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории городского округа «Город Хабаровск».

17. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 11.02.2022 г.

1.1.2. Актуальность программы

Актуальность данной программы обусловлена тем, что хип-хоп является одним из самых доступных, ярких и популярных стилей современного танца. Хип-хоп как танцевальное направление является настолько популярным, что он проник в нашу жизнь повсеместно - в шоу, клипы, школы и центры танцев, фитнес-клубы, кино, театр и т. д. Все это обусловливает повышенный интерес к его изучению со стороны подростков и их родителей.

1.1.3. Отличительная особенность программы

Особенностями данной программы являются:

– концентрация обучения преимущественно на одном стиле

современного уличного танца - стиле «хип-хоп» и его разновидностях;

– сообщение расширенных сведений по истории танца (история возникновения элементов, значение названий, связь с другими стилями танцев и др.).

– особое внимание уделяется развитию способностей к импровизации, что в итоге приводит к умению выражать себя в определенное эмоциональное состояние посредством танцевальных движений.

1.1.4. Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что планируемый учебно-воспитательный процесс нацелен на изучение учащимися выразительной палитры движений танца; избавление от физических зажимов; развитие физической выносливости и творческой активности средствами свободной импровизации; расширение кругозора в стилях и современных течениях музыкальной культуры. Также занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся учащимися из танцевального класса в другие сферы деятельности детей.

1.1.5. Адресат программы

Дети в возрасте от 7 до 11 лет, желающие заниматься хореографией. Учащиеся зачисляются в группы после приема документов и медицинского заключения об отсутствии противопоказаний для занятий спортом и хореографией.

Программа рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству, поэтому содержание программы составлено таким образом, чтобы его мог освоить любой ребенок. Допускается прием учащихся в течение учебного года после первичной диагностики (просмотра).

1.1.6. Форма обучения: очная.

1.1.7. Особенности организации образовательного процесса

Основной формой организации образовательного процесса в программе является групповое занятие. Обычно это комплексное занятие, включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а также творческие задания.Наполняемость групп: 13-15 человек.

Первый год пребывания в коллективе связан с адаптацией детей к новым условиям, знакомством друг с другом, особенностями коллектива. Основное внимание уделяется общему развитию детей, определению их способностей и перспектив в избранной деятельности. В начальной стадии обучения хип-хопу важно набрать необходимое физическое состояние, развить координацию движений, изучить базовые движения, научиться слышать бит. Этот фундамент позволит в дальнейшем успешно осваивать более сложные элементы и связки.

Данная программа позволяет двигаться к обозначенным целям с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, закрепляя уже достигнутые результаты. Заканчивается обучение выступлением в составе коллектива на отчетном концерте.

Методы обучения:

– Наглядный - показ методики исполнения педагогом.

– Словесный метод обучения – рассказ, объяснение, беседа.

– Использование видеоматериала (по возможности).

– Практические методы обучения: тренировочные упражнения, тренировки (интервальные, круговые).

– Участие в массовых мероприятиях внутри учреждения образования, а также за его пределами.

– Участие в конкурсах, соревнованиях, турнирах, фестивалях по современным танцевальным направлениям.

Формы организации образовательного процесса:

– групповая (занятия по сформированным группам);

– в парах (работа с партнером);

– индивидуально-групповая (свободная импровизация);

– ансамблевая (творческая деятельность ансамбля).

Формы организации занятий: учебный диалог**,** практическая работа (тренировка, репетиция), мастер-класс, battle (командная, индивидуальная битва – кто кого перетанцует), djam (дружеская встреча сборных команд, индивидуальный обмен опытом), тестирование, анкетирование, тренинг, участие в соревнованиях, творческих выступлениях, молодежных проектах.

1.1.8. Режим занятий

Занятия с детьми проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом в 10 мин. Предусмотрен щадящий режим тренировок для ослабленных детей до момента набора необходимой физической кондиции. Объем и срок реализации программы

Срок и объём реализации программы: 344 часа за 2 года обучения (144 часа за учебный год и 28 часов за летний период).

1.2.Цель и задачи программы

Цель программы: формирование творческого потенциала учащихся путем приобщения к культуре современного танцевального направления «хип-хоп».

Задачи:

Предметные:

–формирование знаний основ хип-хоп хореографии, основных стилей хип-хоп;

–формирование первичных навыков для выполнения основных движений и связок в танце хип-хоп, для развития тела и укрепления здоровья.

Метапредметные:

–развивать пластику, координацию, музыкальность, способность к импровизации и творческому самовыражению;

–развивать физические качества до уровня, необходимого для безопасного и правильного выполнения основных движений хип-хоп;

–развивать культуру общения и взаимодействия в коллективе.

Личностные:

–воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству в целом и к его современным направлениям;

–формировать интерес к здоровому образу жизни.

1.3. Учебный план 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Наименование разделов и тем	**Количество часов**			**Формы аттестации/контроля**
	Теория	**Практика**	**Всего**	
Раздел 1. Музыкальное движение	**3**	**5**	**8**	Устный опрос, педагогическое наблюдение
Тема 1.1. Введение	1	1	2	
Тема 1.2. Музыкально - ритмическое воспитание	1	1	2	
Тема 1.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности	1	3	4	
Раздел 2. Современные танцевальные направления	**8**	**82**	**90**	Устный опрос, педагогическое наблюдение, танцевальный баттл
Тема 2.1. R'n'B	2	16	18	
Тема 2.2. Hip-hop	2	36	38	
Тема 2.3. GirlHip-Hop	2	14	16	
Тема 2.4. Street-dance	2	16	18	
Раздел 3. Физическая подготовка	**1**	**31**	**32**	Педагогическое наблюдение, диагностика
Тема 3.1. Разминка	-	2	2	
Тема 3.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук	-	4	4	
Тема 3.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.	-	4	4	
Тема 3.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	-	4	4	
Тема 3.5. Дыхательная гимнастика	1	3	4	
Тема 3.6. Стрейтчинг	-	10	10	
Тема 3.7. Расслабление	-	4	4	
Итоговое занятие	**-**	**4**	**4**	Танцевальный баттл, отчетный концерт
Мероприятия учебно-воспитательного характера	**-**	**10**	**10**	Концертные и конкурсные мероприятия разных уровней
Итого часов	**12**	**132**	**144**	

Содержание программы 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел 1. Музыкальное движение

Тема 1.1. Введение (2ч.)

Теория (1 ч.): Основные музыкальные понятия: музыкальные размеры, музыкальная фраза, сильные и слабые доли.

Практика (1 ч.): Выполнение упражнения «Ассоциации» - направленного на развитие эмоционального восприятия музыки (см. приложение № 1). Выполнение упражнения «Пантомима» - направленного на умение слушать, слышать, воспринимать. Выполнение упражнений, направленных на развитие воображения и фантазии.

Тема 1.2. Музыкально- ритмическое воспитание (2 ч.)

Теория (1 ч.):Понятия «темп» и «ритм». Танцевальный шаг.

Практика (1 ч.):Выполнение упражнения «Аплодисменты» - направленного на развитие чувства ритма (см. приложение № 1). Импровизация танцевальных композиций. Вытягивание ноги вперед, в сторону, назад из первой позиции. Вытягивание носка вперед и натягивание носка на себя. Ходьба по часовой стрелке, против часовой стрелки с левой ноги, с правой ноги; шаги с хлопком на сильную долю; шаги на полупальцах; на пятках, переменный шаг, шаг с поднятым бедром. Шаг с акцентом на сильную долю. Бег с замедлением и ускорением. Бег на месте, в продвижении по диагонали с отбрасыванием ног от колена назад с вытянутой стопой. Переступание из стороны в сторону. Притоп с хлопками в ладоши. Притоп в комбинации с шагами вперед, в сторону, назад. Подскоки. Пространственные построения: линия, шеренга, колонна, круг (внутренний, внешний), диагональ, интервал.

Тема 1.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности (4ч.)

Теория (1 ч.): Приемы музыкально-двигательной выразительности: пружинные движения, маховые движения, плавные движения, движения эмоционально-динамического характера.

Практика (3 ч.): Выполнение упражнений «Кукловод», «Кривое зеркало» и любых других упражнений, направленных на развитие двигательной памяти и памяти о тактильных ощущениях (см. приложение № 1). Освоение пружинных движений: приседания; полуприседания; пружинное движение ногами - полуприсед, с последующим подъемом на носки; прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; подскоки с ноги на ногу; легкие подскоки; сильные подскоки; выполнение упражнения “Попрыгунчики” (пружинное подпрыгивание). Освоение маховых движений: поднятие ноги с вытянутым носком вперед, в сторону до прямого угла. Освоение плавных движений: упражнения “Тугая резинка” (плавное полуприседание); “Морская волна” (плавное движение рук). Освоение движений эмоционально-динамического характера: ходьба - спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на

всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг. Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный (задача - учить изменять характер бега).

Раздел2. Современные танцевальные направления

Тема 2.1. R'n'B (18ч.)

Теория (2 ч.):Характеристика направления R'n'B.

Практика (16 ч.):Выполнение упражнения на сокращения отдельных мышц корпуса. Волнообразные движения. Вращения и повороты. Танцевальные комбинации движений этого стиля. Элементы джазовых движений

Тема 2.2. Hip-hop (38 ч.)

Теория (2 ч.):Характеристика направления Hip-hop.

Практика (36 ч.):Подпрыгивания. Скольжения, «слайды». Изолированные движения отдельными частями тела. Волнообразные движения. Связки танцевальных элементов движений, данного танцевального направления.

Тема 2.3. GirlHip-Hop (16 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления GirlHip-hop.

Практика (14 ч.):Подпрыгивания. Скольжения, «слайды». Изолированные движения отдельными частями тела. Волнообразные движения. Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 2.4. Street-dance (18 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Street-dance.

Практика (16 ч.): Соединения базовых элементов CripWalk или C-Walk, Electricboogie, TheKrump, GirlHip-Hop, Hip-hop, R'n'B в один взаимосвязанный танец.

Раздел 3. Физическая подготовка

Тема 3.1. Разминка (2ч.)

Практика (2 ч.).Выполнение упражнений, направленных на разогрев мелких группы мышц: Упражнения для мышц шеи: наклоны головы вперед, вправо, влево. Запрокидывание головы назад. Упражнения для кистей и пальцев рук: сгибание кистей вниз, вверх; круговые движения; движение рук из стороны в сторону. Прогибы корпуса в направлении вперед, назад, в сторону. Акцентированная ходьба с движением рук. Бег. Махи ногой в сторону, вперед, назад. Приседания. Упражнения на координацию. Круговые движения руками.

Тема 3.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук (4 ч.)

Практика (4 ч.):Отжимание. Плечевой пресс. Боковой подъем рук. Концентрированные сгибания рук в положениях сидя, стоя. Пульсирующие сгибания рук.

Тема 3.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц (4 ч.)

Практика (4 ч.):Приседание «плие». Приседания на одной ноге. Сгибание ног лежа. Упражнение «велосипед», «ножницы», «цифры». Лежа на спине, подъем ягодиц вверх.

Тема 3.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки (4 ч.)

Практика (4 ч.): Вдавливание поясницы. Наклоны «квадратик». Полный наклон. Перекаты. Лежа на животе, прогибы назад, «лодочка». Упражнение «Кошечка». Группировка. Пресс.

Тема 3.5. Дыхательная гимнастика (4 ч.)

Теория (1 ч.). Как мы дышим? Общие правила выполнения дыхательных упражнений. Как дышать - через рот или нос? Частота дыхания. Как удлинять выдох.

Практика (3 ч.): Звуко - двигательные дыхательные упражнения. Игры, позволяющие закрепить привычку удлинять выдох. Упражнения на восстановление дыхания.

Тема 3.6. Стрейтчинг (10 ч.)

Практика (10 ч.): Комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания мышц и увеличения подвижности суставов. Растягивания в шпагат. Прогибы. «Бабочка». «Лотос». «Лягушка».

Тема 3.7. Расслабление (4 ч.)

Практика (4 ч.): Упражнение «Куколка», направленное на постепенное расслабление. Полное расслабление - «музыкальная релаксация».

Итоговое занятие (4 ч).

Практика (4 ч.): Подведение итогов за учебный год. Аттестация. Отчётный концерт для родителей и подготовка диагностических материалов на степень удовлетворенности детей и родителей образовательным процессом по программе.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (10 ч).

Практика (10 ч.). Воспитательная работа и организация досуга детей. Игры на сплочение коллектива, на взаимовыручку и взаимопонимание. Мероприятия на формирование уверенности в себе, позитивное восприятие окружающего мира.

Учебный план на лето

№	Раздел и темы занятий	Кол-во часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Поведение танцора	4	1	3	Проведение игр на разные ситуации
2.	Актерский тренинг	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
3	20 правил ребенка	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
4.	Этикет	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
5.	Основы макияжа	4	0.5	3,5	Самостоятельное выполнение макияжа
6.	Правила визажистов	2	0.5	1,5	Беседа
7.	Прическа	2	0.5	1,5	Самостоятельное выполнение прически
8.	Выход в свет	4	-	4	Представление
	Итого:	**28**	**4**	**24**	

Содержание программы на лето

1. Поведение танцора (4 ч.)

Теория: рассказать правила поведения танцора в различных ситуациях. Привить культуру общения и поведения на тренировке, на соревнованиях, на концерте. Беседы, мозговой штурм и т.д.

Практика: создание разных ситуаций по направлениям

- поведение танцоров на тренировке,
- правила индивидуальных тренировок,
- правила поведения и обязанности участников на соревнованиях,
- спортивная этика.

2. Актерский тренинг (4 ч.)

Теория: Познание или первое знакомство с ролью, понимание роли

Разбор на составляющие роли и переход к целостному образу.

Практика:

- игра «Перевоплощение»
- игра «Спасатель»
- игра «Спектакль»
- игра «Театр кукол на столе»
- игра «Театр кукол на столе»
- игра «Помощник»
- игра «Птички»
- игра «Ритмопластика»

3. 20 правил ребенка(4 ч.)

Теория: Прививать детям хорошие манеры нужно с самого раннего детства. Для чего нужны манеры. Где и как их использовать.

Практика:

- правила этике, которые должен знать каждый ребенок,
- игра «Волшебные слова»
- игра «Вежливые слова»
- игра «Благородные поступки»
- игра «Хорошо или плохо?»

4. Этикет(4 ч.)

Теория: Донести знание и соблюдение правил этикета. Привить необходимый навык, который помогает в повседневной жизни.

Практика:

- игра «Наши имена»
- игра «В театре»
- игра «В гостях»
- игра «У меня зазвонил телефон»

5. Основы макияжа(4 ч.)

Теория: курс молодого бьюти-бойца, который поможет разобраться в основах макияжа.

Практика:
- что нужно для мейкапа: перечень средств и инструментов,
- правильный макияж: пошаговая инструкция для начинающих.

6. Правила визажистов(2 ч.)

Теория: Рассказать и показать разные виды косметики. Как правильно пользоваться косметикой.

Практика:
- основы макияжа: 5 базовых правил визажистов,
- советы визажиста по технике нанесения правильного макияжа,
-простой макияж для новичков: 5 идей.

7. Прическа(2 ч.)

Теория: Рассказать и показать разные виды причесок. Как правильно подбирать прическу.

Практика:
- прически по назначению,
- виды причесок,
- прически по назначению,
- деление причесок по возрастным группам,
- виды причесок для возрастных групп,
- практика в выполнении различных причесок.

8. Выход в свет(4 ч.)

Импровизированное представление детей, на основе использования пройденного материала.

Учебный план 2-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ

Наименование разделов и тем	**Количество часов**			**Формы аттестации/контроля**
	Теория	**Практика**	**Всего**	
Раздел 1. Музыкальное движение	**1**	**3**	**5**	Устный опрос, педагогическое наблюдение
Тема 1.1. Введение	0,5	1,5	2	
Тема 1.2. Приемы музыкально-двигательной выразительности	0,5	1,5	2	
Раздел 2. Современные танцевальные направления	**12**	**88**	**100**	Устный опрос, педагогическое наблюдение, танцевальный баттл
Тема 2.1. Hip-hop	2	20	22	
Тема 2. 2. The Krump	2	10	12	
Тема 2. 3. Electricboogie	2	10	12	
Тема 2. 4. Crip Walk или C- Walk	2	10	12	
Тема 2.5. Street-dance	2	28	30	
Тема 2.6. Jazz Funk	2	10	12	
Раздел 3. Физическая подготовка	**0,5**	**27,5**	**28**	Педагогическое наблюдение, диагностика
Тема 3.1. Разминка	-	2	2	
Тема 3.2. Укрепление плечевого	-	4	4	

пояса и мышц рук				
Тема 3.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.	-	4	4	
Тема 3.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	-	4	4	
Тема 3.5. Дыхательная гимнастика	0,5	1,5	2	
Тема 3.6. Стрейтчинг	-	10	10	
Тема 3.7. Расслабление	-	2	2	
Итоговое занятие	-	**2**	**2**	Танцевальный баттл, отчетный концерт
Мероприятия учебно-воспитательного характера	-	**10**	**10**	Концертные и конкурсные мероприятия разных уровней
Итого часов	**13,5**	**130,5**	**144**	

Содержание программы 2-й год обучения.

Раздел 1. Музыкальное движение

Тема 1.1. Введение

Теория (0,5 ч.): Введение в программу года. Повторение техники безопасности.

Практика (1,5 ч.): Диагностика хореографической и спортивной подготовки.

Тема 1.2. Приемы музыкально-двигательной выразительности (2 ч.)

Теория (0,5 ч.):Приемы музыкально-двигательной выразительности: пружинные движения, маховые движения, плавные движения, движения эмоционально-динамического характера.

Практика (1,5 ч.): Выполнение упражнений на развитие двигательной памяти и памяти о тактильных ощущениях (см. приложение № 1). Освоение пружинных движений: приседания, полуприседания. Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; подскоки с ноги на ногу; легкие подскоки; сильные подскоки. Выполнение упражнения “Попрыгунчики” (пружинное подпрыгивание). Полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д. Пружинное движение руками - руки в стороны, сгибание руки одновременно во всех суставах, прижать локти к бокам, кисти в стороны. Разогнуть руки в стороны, подняв кисти вверх.

Освоение маховых движений: поднятие ноги с вытянутым носком вперед, в сторону до прямого угла. Освоение плавных движений: выполнение упражнения “Тугая резинка” (плавное полуприседание); выполнение упражнения “Морская волна” (плавное движение рук) - движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

Освоение движений эмоционально-динамического характера.

Ходьба: спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на

месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг. Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный (задача - учить изменять характер бега). Выполнение упражнения “Ускоряй и замедляй”. Выполнение упражнения “То бегом, то шагом”. Подготовка к вращениям - повороты из стороны в сторону на 180°. Вращения по диагонали.

Раздел 2. Современные танцевальные направления

Тема 2.1. Hip-hop (22 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Hip-hop.

Практика (20 ч.): Подпрыгивания. Скольжения, «слайды». Изолированные движения отдельными частями тела. Волнообразные движения. Связки танцевальных элементов движений, данного танцевального направления.

Тема 2.2. The Krump (12 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления The Krump.

Практика (10 ч.): Подпрыгивания. Скольжения, «слайды». Изолированные движения отдельными частями тела. Движения, передающие эмоции. Комбинации широких шагов, наклонов. Простые поддержки. «Контактные» комбинации движений. Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 2.3. Electric boogie (12 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Electric boogie.

Практика (10 ч.): Скольжение, «слайды». Волны. Пластичные движения, имитирующие электрический разряд. Танцевальные комбинации движений этого стиля.

Тема 2.4. CripWalk или C-Walk (12 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Crip Walk или C-Walk.

Практика (10 ч.): Подпрыгивания. Скольжения, «слайды». Импровизационная и определенная работа стоп. Танцевальные комбинации движений этого стиля.

Тема 2.5. Street-dance (30 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Street-dance.

Практика (28 ч.): Соединения базовых элементов Crip Walk или C-Walk, Electric boogie, The Krump, Girl Hip-Hop, Hip-hop, R'n'B в один взаимосвязанный танец.

Тема 2.6. Jazz Funk (12 ч.)

Теория (2 ч.): Характеристика направления Jazz Funk.

Практика (10 ч.): Сольная импровизация движений. Парная и групповая синхронная импровизация движений. Выполнение упражнения «Музыкальная комедия».

Раздел 3. Физическая подготовка

Тема 3.1. Разминка (2 ч.)

Практика (2 ч.): Выполнение упражнений, направленных на разогрев мелких группы мышц. Упражнения для мышц шеи. Запрокидывание головы назад.

Упражнения для кистей и пальцев рук. Прогибы корпуса в направлении вперед, назад, в сторону. Акцентированная ходьба с движением рук. Бег. Маховые упражнения. Приседания. Упражнения на координацию.

Тема 3.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук (4 ч.)

Практика (4 ч.): Отжимание. Плечевой пресс. Боковой подъем рук. Концентрированные сгибания рук в положениях сидя, стоя. Пульсирующие сгибания рук.

Тема 3.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц (4 ч.)

Практика (4 ч.): Приседание «плие». Приседания на одной ноге. Сгибание ног лежа. Упражнение «велосипед», «ножницы», «цифры». Лежа на спине, подъем ягодиц вверх.

Тема 3.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки (4 ч.)

Практика (4 ч.): Вдавливание поясницы. Наклоны «квадратик». Полный наклон. Перекаты. Лежа на животе, прогибы назад, «лодочка». Упражнение «Кошечка». Группировка. Пресс.

Тема 3.5. Дыхательная гимнастика (2 ч.)

Теория (0,5 ч.): Повторение правил выполнения дыхательных упражнений.

Практика (1,5 ч.): Звуко - двигательные дыхательные упражнения. Игры, позволяющие закрепить привычку удлинять выдох. Упражнения на восстановление дыхания.

Тема 3.6. Стрейтчинг (10 ч.)

Практика (10 ч.): Комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания мышц увеличения подвижности суставов: растягивания в шпагат, прогибы, «Бабочка», «Лотос», «Лягушка». Комплекс поз с выдерживанием их 30 секунд.

Тема 3.7. Расслабление (2 ч.)

Практика (2 ч.): Упражнения на постепенное расслабление, «музыкальная релаксация».

Итоговое занятие (2 ч).

Подведение итогов за учебный год. Аттестация. Отчётный концерт для родителей и подготовка диагностических материалов на степень удовлетворенности детей и родителей образовательным процессом по программе.

Мероприятия учебно-воспитательного характера (10 ч).

Воспитательная работа и организация досуга детей. Игры на сплочение коллектива, на взаимовыручку и взаимопонимание. Мероприятия на формирование уверенности в себе, позитивное восприятие окружающего мира.

Учебный план на лето

№	Раздел и темы занятий	Кол-во часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Поведение танцора	4	1	3	Проведение игр на разные ситуации
2.	Актерский тренинг	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
3	20 правил ребенка	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
4.	Этикет	4	0.5	3,5	Разыгрывание сценок
5.	Основы макияжа	4	0.5	3,5	Самостоятельное выполнение макияжа
6.	Правила визажистов	2	0.5	1,5	Беседа
7.	Прическа	2	0.5	1,5	Самостоятельное выполнение прически
8.	Выход в свет	4	-	4	Представление
	Итого:	**28**	**4**	**24**	

Содержание программы на лето

1. Поведение танцора (4 ч.)

Теория: рассказать правила поведения танцора в различных ситуациях. Привить культуру общения и поведения на тренировке, на соревнованиях, на концерте. Беседы, мозговой штурм и т.д.

Практика: создание разных ситуаций по направлениям

- поведение танцоров на тренировке,
- правила индивидуальных тренировок,
- правила поведения и обязанности участников на соревнованиях,
- спортивная этика.

2. Актерский тренинг (4 ч.)

Теория: Познание или первое знакомство с ролью, понимание роли

Разбор на составляющие роли и переход к целостному образу.

Практика:

- игра «Перевоплощение»
- игра «Спасатель»
- игра «Спектакль»
- игра «Театр кукол на столе»
- игра «Театр кукол на столе»
- игра «Помощник»
- игра «Птички»
- игра «Ритмопластика»

3. 20 правил ребенка (4 ч.)

Теория: Прививать детям хорошие манеры нужно с самого раннего детства. Для чего нужны манеры. Где и как их использовать.

Практика:

- правила этике, которые должен знать каждый ребенок,
- игра «Волшебные слова»

- игра «Вежливые слова»
- игра «Благородные поступки»
- игра «Хорошо или плохо?»

4. Этикет (4 ч.)

Теория: Донести знание и соблюдение правил этикета. Привить необходимый навык, который помогает в повседневной жизни.

Практика:
- игра «Наши имена»
- игра «В театре»
- игра «В гостях»
- игра «У меня зазвонил телефон»

5. Основы макияжа (4 ч.)

Теория: курс молодого бьюти-бойца, который поможет разобраться в основах макияжа.

Практика:
- что нужно для мейкапа: перечень средств и инструментов,
- правильный макияж: пошаговая инструкция для начинающих.

6. Правила визажистов (2 ч.)

Теория: Рассказать и показать разные виды косметики. Как правильно пользоваться косметикой.

Практика:
- основы макияжа: 5 базовых правил визажистов,
- советы визажиста по технике нанесения правильного макияжа,
-простой макияж для новичков: 5 идей.

7. Прическа (2 ч.)

Теория: Рассказать и показать разные виды причесок. Как правильно подбирать прическу.

Практика:
- прически по назначению,
- виды причесок,
- прически по назначению,
- деление причесок по возрастным группам,
- виды причесок для возрастных групп,
- практика в выполнении различных причесок.

8. Выход в свет (4 ч.)

Импровизированное представление детей, на основе использования пройденного материала.

1.4. Планируемые результаты

После обучения по программе стартового уровня учащиеся:

Предметные

будут знать:

– назначение и порядок выполнения основных общеразвивающих и

разминочных физических упражнений;

– историю развития хип-хоп культуры, хип-хоп танца;
– основы Hip-HopOldSchool;
– основные понятия и термины хип-хоп;
– основные приемы музыкально-двигательной выразительности.

будут уметь:

– правильно выполнять упражнения для улучшения физических данных и формирования осанки;

– выполнять основные элементы и комбинации изученных танцевальных стилей хип-хоп;

– считать любой темп музыки и слышать бит;
– воспринимать эмоциональные образы музыки и танца;
– выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца.

Метапредметные

будут обладать:

– мышечной силой, гибкостью, выносливостью, скоростно-силовыми и координационными способностями на уровне, достаточном для правильного и безопасного выполнения основных танцевальных движений хип-хоп.

будут уметь:

– строить конструктивные отношения со сверстниками, работать в команде;

– контролировать себя и самостоятельно оценивать свои действия;

– принимать осознанные решения в процессе учебной и познавательной деятельности;

– преодолевать трудности, достигать требуемых результатов.

Личностные

будут знать:

– общие понятия хореографии и эстетики танца;
– основные правила этикета;

– основные ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни.

будут уметь:

– находить и ценить прекрасное в различных проявлениях повседневной жизни;

– противостоять негативным факторам, способствующим ухудшению здоровья и нарушению безопасности.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Часы	Формы контроля
Сентябрь	1.09	Мастер-класс по хип-хопу. Знакомство с объединением. Техника безопасности.	Беседа, анкетирование	2	Анализ анкетирования, рефлексия
	5.09	Общее представление о стиле «хип-хоп». История	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	8.09	Пружинистые движения.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	12.09	Виды «кача».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.09	Хлопковые упражнения на ритм.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	19.09	«Кач»: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.09	Разминка плечевого пояса. Элементарные степы: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	26.09	Разминка шейного отдела. Элементарные степы: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.09	Круговые движения руками; разминка кистей.Элементарные степы: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Октябрь	3.10	Упражнения на укрепление икроножных мышц. Элементарные степы: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	6.10	Разминка поясничного отдела позвоночника.Элементарные степы: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	10.10	Развитие работы мышц грудной клетки."Твист": техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.10	Упражнения на укрепления мышц спины."Твист": практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	17.10	Разминка поясничного отдела позвоночника.«Tone-whop»: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.10	Разминка стоп и голеностопа.«Tone-whop»: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	24.10	Закреплениетемы: "Разминка"."Running Man with touch": техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	27.10	Понятие об общей физической подготовке."RunningManwithtouch"": практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	31.10	"Running Man with touch"": практика,	Практические	2	Пед.наблюдения,

		вариации.	упражнения		рефлексия
Ноябрь	3.11	Упражнения на укрепления мышц спины."Pobocop":	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	7.11	Упражнения на пресс.Характерные движения головой. ."Pobocop"	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	10.11	Понятие о растяжке."Happyfeet»	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	14.11	Отжимания.«Happyfeet»:вариации	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	17.11	Понятие о статической растяжке. "Criss-cross".	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	21.11	Динамическая растяжка. "Criss-cross": вариации	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	24.11	Растяжка мышц спины .Составление связки №1.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	28.11	Растяжка мышц ног. Отработка связки №1 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Декабрь	1.12	"Поза лотоса": техника выполнения. Движения в стиле "c-walk».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	5.12	Шпагаты. Движения в стиле "c-walk".	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	8.12	Составление связки №2. Отработка под счет.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	12.12	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.12	Отработка связки №1 и №2 под Счет и музыку	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	19.12	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.12	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	26.12	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.12	Баттл «Новыйгод». Показательное выступление.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Январь	9.01	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	12.01	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	16.01	Закрепление темы «Растяжка». "Monastery	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	19.01	Составление связки №3. Отработка под счет и музыку	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	23.01	"Monastery»: вариации.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	26.01	Отработка связки №3 под музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия

	30.01	Упражнения для пресса. Отработка связки №1-3 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Февраль	2.02	Составление связки №4. Отработка под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	6.02	Упражнения для бедер и ягодиц. Отработка связки №4 под музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	9.02	Движения в стиле "c-walk":вариации.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.02	Отработка связки № 1-4 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	16.02	Составление связки № 5. Отработка под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.02	Отработка связок №1-5 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	27.02	Отработка связок №1-5 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Март	2.03	Упражнение «Кошка».«Rebook»:техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	6.03	«Rebook»: вариации	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	9.03	Составление связки № 6. Отработка под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.03	Упражнения на укрепления мышц спины. Прыжки: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	16.03	Отработка связки №6 подсчет и музыку. Прыжки: практика	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.03	Отработка связок № 1-6 под счет и Музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	23.03	Упражнения на укрепление икроножных мышц.Элементы брейк-данса: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	27.03	Отжимания.Элементы брейк-данса: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	30.03	Krump: техника. Джем	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Апрель	3.04	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	10.04	Отработкатанцевальногономера. Krump: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.04	Индиан степ:техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	17.04	Соединение материала в рисунок.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.04	Изучение отдельных синхронов и связок, их последовательности.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	24.04	Растяжка на шпагат. Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия

	27.04	Фристайл. Джем.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
май	4.05	« StiveMartin»	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	8.05	« StiveMartin» : вариации	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	11.05	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.05	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.05	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.05	Постановка и отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.05	Отчетный концерт	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.05	Итоговое занятие. Батлл	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Итого:			**144 часа**		

Календарный учебный график на лето

Месяц	Дата	Тема занятий	Форма проведения	Часы	Форма контроля
июнь		Поведение танцора	Беседа, практика	2	Проведение игр на разные ситуации
		Поведение танцора	Беседа, практика	2	Проведение игр на разные ситуации
		Актерский тренинг	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Актерский тренинг	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		20 правил ребенка	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		20 правил ребенка	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Этикет	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Этикет	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
Июль		Основы макияжа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение макияжа
		Основы макияжа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение макияжа
		Правила визажистов	Беседа, практика	2	Беседа
		Прическа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение прически

		Выход в свет	Творческая работа	2	Представление
		Выход в свет	Творческая работа	2	Представление
			ИТОГО	28	

2 год обучения

Месяц	Дата	Тема	Форма проведения	Часы	Форма контроля
Сентябрь	4.09	Мастер-класс по хип-хопу.	Практические упражнения	2	Анализ анкетирования, рефлексия
	7.09	Беседа о роли танца в жизни человека. Вводный инструктаж по охране труда	Беседа, анкетирование	2	Анализ анкетирования, рефлексия
	11.09	Ознакомление с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Техника безопасности.	Беседа, анкетирование	2	Анализ анкетирования, рефлексия
	14.09	Входная диагностика: разучивание небольшой связки за короткий промежуток времени и ее исполнение самостоятельно.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.09	Приемы музыкально-двигательной выразительности.Bounceпод различный темп.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	21.09	Приемы музыкально-двигательной выразительности. Маховые движения под различный темп.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.09	Понятие о растяжке.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	28.09	Приемы музыкально-двигательной выразительности. «Кукловод»	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Октябрь	2.10	Разминка шейного отдела. «Кривое зеркало».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	5.10	«Harlem shake»: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	9.10	Разминка плечевого пояса. Понятие о «Freestyle».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	12.10	«Harlemshake»: практика. Повтор упражнений	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия

		«Кукловод» и «Кривое зеркало».			
	16.10	Круговые движения руками; разминка кистей. Движения Electricboogie.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	19.10	Движения Electricboogie: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	23.10	Упражнения на выносливость	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	26.10	Движения Electricboogie: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	30.10	Упражнения на укрепления мышц спины.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Ноябрь	2.11	Движения Electricboogie: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	6.11	Упражнения на укрепление икроножных мышц. «Freestyle»	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	9.11	"Crab": усложненная техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.11	Круговые движения бедрами; «восьмерка» бедрами.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	16.11	"Crab": вариации.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.11	Растяжка	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	27.11	Разминка поясничного отдела позвоночника. Понятие «Джем».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	30.11	«Happy feet»: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Декабрь	4.12	Закрепление темы: "Растяжка".	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	7.12	Волны руками «waving»: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	11.12	Понятие об общей физической подготовке.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	14.12	Волны руками «waving»:практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.12	Упражнения на выносливость	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	21.12	"Shamrok": техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.12	Упражнения на укрепление икроножных мышц. Растяжка	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	28.12	"Shamrok": практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия

Январь	11.01	Движения Electricboogie: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.01	Упражнения на пресс.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.01	Движения Electricboogie: практика	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.01	Отжимания.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.01	Понятие «джем» и «фристайл».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.01	Растяжка.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Февраль	1.02	«Kik ball change »: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	5.02	Понятие о статическойрастяжке.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	8.02	«Kik ball change »: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	12.02	Динамическая растяжка.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.02	«Kik ball change »: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	19.02	Упражнение «Бабочка».	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.02	«Kik ball change »: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	26.02	Шпагат: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.02	Движения «C-walk»: техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Март	4.03	Растяжка мышц спины.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	11.03	Движения «C-walk»: практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	14.03	Составление и отработка связки №1 под счет и музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.03	Растяжка мышц ног и спины.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	21.03	Приемы музыкально-двигательной выразительности (актерское мастерство)	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.03	Упражнения на выносливость.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	28.03	Движения в стиле "c-walk": техника.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Апрель	1.04	Движения в стиле "c-walk": практика.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия

	4.04	Составление связки №2.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	8.04	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	11.04	Отработка связки №1 и №2 под счет.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	15.04	Отработка связки №1 и №2 под музыку.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	18.04	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	22.04	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	25.04	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	29.04	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
Май	2.05	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	6.05	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	13.05	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	16.05	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	20.05	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	23.05	Постановка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	27.05	Отработка танцевального номера.	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
	30.05	Итоговое занятие	Практические упражнения	2	Пед.наблюдения, рефлексия
			ИТОГО	144	

Календарный учебный график на лето

Месяц	Дата	Тема занятий	Форма проведения	Часы	Форма контроля
июнь		Поведение танцора	Беседа, практика	2	Проведение игр на разные ситуации
		Поведение танцора	Беседа, практика	2	Проведение игр на разные ситуации
		Актерский тренинг	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Актерский тренинг	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок

		20 правил ребенка	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		20 правил ребенка	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Этикет	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
		Этикет	Беседа, практика	2	Разыгрывание сценок
Июль		Основы макияжа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение макияжа
		Основы макияжа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение макияжа
		Правила визажистов	Беседа, практика	2	Беседа
		Прическа	Беседа, практика	2	Самостоятельное выполнение прически
		Выход в свет	Творческая работа	2	Представление
		Выход в свет	Творческая работа	2	Представление
			ИТОГО	28	

2.2 Условия реализации программы

2.2.1. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы необходимы следующие материально-технические условия:

1. Хореографический зал, соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям и технике безопасности к данному виду деятельности, оборудованный зеркалами по одной из стен зала (зеркала не должны подниматься от пола выше, чем на 5-10 см), гладким покрытием пола (ровный паркет или ламинат), хореографическим станком;
2. Помещения для переодевания (раздельно для мальчиков и девочек), оборудованные вешалками для одежды;
3. Видео и аудио аппаратура с USB-входом;
4. флэш-накопители;
5. Резиновые коврики для партерной гимнастики;
6. Концертные костюмы и концертная обувь

Форма для занятий приобретается обучающимися (родителями) самостоятельно: кроссовки, спортивная форма, наколенники.

2.2.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Для учебно-методического и информационного обеспечения программы требуются:

– Методические материалы: видео-уроки, учебники, наглядные материалы (рисунки, схемы, таблицы с основными позициями рук и ног, фотографии);

– Справочные материалы по искусству, хореографии;
– Видеозаписи концертов, выступлений;
– Аудиозаписи музыкального сопровождения;
– Доступ преподавателя к интернет-ресурсам, образовательным сервисам и порталам.

В процессе обучения по образовательной программе «Современные танцы. Хип-хоп» применяются следующие **формы:**

- *Тематические* (изучение или повторение одной учебной темы)
- *Комплексные или интегрированные* (изучение одной темы с использованием двух, трех видов творческой деятельности)
- *Зачетные* (аттестация обучающихся по теоретическим и практическим основам данного направления)
- *Игровые* – познавательные
- *Соревновательные* (баттл)
- *Выездные* (творческие выступления)

Методы:

Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения.

Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты и связь музыки и движения.

Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

Метод практического обучения, где в учебном процессе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование,
- инструктирование,
- корректирование.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия:

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую

подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно
10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия:

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление мышц; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия:

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у обучающихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и рекомендации по поводу недостаточно освоенных движений помогают обучающимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Особенностью всех этапов обучения является одинаковое изложение теоретического материалареализации программы и вариативная подача практического материала. Кроме изучения техники хип-хоп танца, ведется работа по изучению и освоению основ хореографии. На начальном этапе предлагается развернутая схема занятия: экзерсис на полу, на середине, вращение, прыжки, танцевальные вариации и схемы, которые могут меняться каждое занятие.

Изучение нового материала проходит без музыкального сопровождения, затем он осваивается в очень медленном темпе, после чего пробуется исполнение в полтемпа и затем в полный темп.

Первостепенное внимание уделяется работе над техникой хип-хоп танца, правильному исполнению упражнений и работе с музыкальным материалом. На протяжении всего времени обучения уделяется внимание развитию творческих

способностей детей, интереса к современному хореографическому искусству, а также желанию заниматься в коллективе хип-хоп танца. В процессе обучения с подростками проводится воспитательная работа, разрабатываются правила поведения в жизни, на сцене и в зрительном зале.

Воспитание

Основой воспитательного процесса в ДЮЦ «Восхождение» является национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, цель воспитания в ДЮЦ «Восхождение»заключается в личностном развитии учащихся.

Образовательный процесс в детском объединении «Harlem» предполагает активное освоение компетенций по направленности программы, а также воспитание обучающихся.

Воспитательная деятельность осуществляется по основным направлениям воспитания:

– гражданское воспитание;
– патриотическое воспитание;
– духовно-нравственное воспитание;
– эстетическое воспитание;
– физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия;
– трудовое воспитание;
– экологическое воспитание;
– ценности научного познания.

Воспитательная деятельность педагогаосуществляется в рамках содержания программы на занятиях в детском объединении. А также на мероприятиях, проводимых в детском объединении и центре. В число организационных форм воспитания входят конкурсы, концерты, выставки, игровые программы, квесты, проекты, творческие встречи, тематические встречи поколений, фестивали, воспитательные события, посвящённые памятным датам.

Особенностью воспитательной работы является вовлеченность в нее социальных партнеров (родителей и другихсетевых партнеров). Обучающиеся и их родители включены в совместную деятельность – социальную, волонтерскую, оздоровительную и досуговую.

Педагог в своей работе ориентируется осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, природосообразности.

Результатом воспитательного процессав детском объединении является получение каждым обучающимся необходимых социальных навыков, которые помогут ему ориентироваться в мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающим миром, продуктивнее взаимодействовать с людьми разных возрастов и разного социального положения, искать и находить выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь для себя и окружающих его людей.

План воспитательной работы в детском объединении представлен в приложении №4.

2.3 Формы аттестации

С целью определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста обучаемых проводится диагностика уровня освоения учащимися образовательной программы. Способом проверки результатов освоения образовательной программы является системное педагогическое наблюдение в процессе ведения образовательной деятельности.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- текущий контроль (в течение всего учебного года),
- промежуточный контроль (по изучаемым темам),
- итоговый годовой контроль (май)
- итоговая аттестация (май)

Текущий контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания и самоконтроль, опрос по терминам.

Промежуточный контроль проводиться по окончанию темы, здесь решается такая же задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается, кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и на знания теоретической и практической части.

В ходе промежуточной аттестации устанавливаются следующие уровни достижения планируемых результатов: высокий, средний, низкий (неудовлетворительный) в соответствии с приложением.

Анализ усвоения теоретического и практического материала вслух проговаривается педагогом воспитаннику.

Итоговой годовой контроль проходит в конце учебного года (май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

Практический зачет проходит в форме battle. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

Дополнительной формой итогового контроля может являться также просмотр и оценка результатов выступления учащихся в концертах, конкурсах, соревнованиях.

По итогам просмотра выступлений выставляется оценка по десятибалльной шкале:

– 9-10 баллов (высокий уровень) – технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;

– 7-8 баллов (хороший уровень) – отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);

– 5-6 баллов (средний уровень) – исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т. д.;

– 3-4 балла (низкий уровень) – комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнения программы учебного плана;

– 1-2 балла (не аттестация)

Итоговая аттестация – это оценка обучающимися уровня достижений, заявленных в образовательных программах по завершении всего образовательного курса программы. Итоговая аттестация характеризует содержание всей образовательной программы в целом.

Итоговая аттестация учащихся проводится в мае по окончании полного курса обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Результаты фиксируются в протокол аттестации и позволяют отслеживать степень усвоения знаний, умений и навыков каждого учащегося. По итогам аттестации – необходимая рефлексия, где совместно с учащимися оцениваются результаты работы, проводится поиск новых способов анализа и самоанализа деятельности, с обязательным акцентом на положительных сторонах и достижениях каждого воспитанника.

2.4 Оценочные материалы

В рамках данной программы совершается ведение рейтингов двух типов:

Конкурсный (соревновательный) рейтинг. Освещается в открытой форме; результаты оглашаются публично; свидетельствует о групповой динамике;

возможен индивидуальный зачёт в рамках конкурсных процедур; предполагает победителей, проигравших, награды и поощрения.

Содержательный (знаниевый / компетентностный) индивидуальный рейтинг. Доступен только педагогическому коллективу и ребёнку, в отношении которого он формируется; результаты не предаются публичной огласке, а предоставляются лично каждому ребёнку; свидетельствует о продвижении каждого конкретного ребёнка в уровнях освоения программы; предполагает оценку на основании тех заданий и испытаний, которые имеют непосредственное отношение к содержательно-тематическому направлению программы; может частично формироваться из результатов предыдущего типа рейтинга. Вне зависимости от того, на каком уровне находится участник программы изначально, он должен иметь возможность получить доступ к заданиям любого уровня и осуществить пробу его решения. Решения таких заданий могут производиться как в очной, так и в заочном форматах. Образовательная программа должна предусматривать процедуры перехода учеников между разными уровнями. В свою очередь, ученик должен иметь право запросить проведение такой процедуры в любой момент, когда он произведёт самооценку готовности к переходу. Такие процедуры также должны проводиться планово, через организацию рубежного контроля.

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 год.
2. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 262с.
3. Бахто С.Е.(составитель). Ритмика и танец. Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств. Метод. Пособие. М, 1980.
4. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
5. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.
6. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях» Учебное пособие. Киев. 1985.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
8. Давыдов, В.Ю., Коваленко, Т.Г., Краснова, Г.О. Методика преподавания танцев/ Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. – Волгоград: Изд-во Волгогр. гос. ун-та. – 2004 г.
9. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн]
10. Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
11. Константиновский В. Учить прекрасному. М., 1973.
12. Королева М. Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп.С.-Петербург, 2005.

13. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
14. Письменская А. Хип-хоп и R'n' С- Петербург. 2005.
15. Пособие по ритмике длямузыкальной школы. М., 2005.
16. Руднева, Э Фиш. Музыкальное движение. М. «Просвещение», 1972.
17. Сидоров В. Современный танец
18. Эльш Н. Образы танца

Список литературы для учащихся

1. Е.А. Гринберг «Растем красивыми» Новосибирск, 2005г.
2. История костюма. М.: Искусство, 2006г.
3. www.idance.ru– Российский танцевальный портал
4. www.5678.ru– Информационный танцевальный портал.

Список литературы для родителей

1. Издательство «Один из лучших», Москва 2004г.
2. Шабоха Е.Г., Соколов Г.Я., Кислухина И.И., Трушкова М.П. Оздоровительная аэробика для школьников: Методические рекомендации. - Омск:СибГАФК,1998.-4 с.
3. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». -М.: ВАКО, 2009

Интернет-ресурсы

1. http://dancedb.ru/electro/education/article/84/
2. http://school.balanceclub.ru/rus/index/modern/2_step
3. http://steptodance.ru/video/training/?SECTION_ID=54203
4. http://www.streetlife.ru/

Приложение №1

Методические материалы к разделу «Музыкальное движение»

Упражнение «Ассоциации»

Руководитель ставит подобранные мелодии (3-4, не более). Это могут быть отрывки из классических произведений и современной музыки.

Дети должны слушать музыку и записывать (зарисовывать) мысли и чувства, которые возникают у них во время прослушивания, ассоциативно. После прослушивания идет групповое обсуждение, каждый ребенок должен высказать свое эмоциональное восприятие прослушанной музыки.

Упражнение «Пантомима»

Дети разделяются на две группы. Руководитель дает прослушать музыку (музыка может быть самой разной: классической, танцевальной, современной эстрадной, из детских песен, сказок, фильмов). Дети внимательно слушают. Затем ведущий дает время (5-7 мин.) каждой команде, чтобы участники обдумали и посоветовались, что они будут изображать. Придуманная пантомима, сценка, в которой действующие лица не говорят, а выражают все с помощью жестов, мимики, и т. д. должна быть понятна другой группе.

После того как дети 5-7 мин. поразмышляют над заданием, руководитель еще раз дает прослушать музыку. В придуманной сценке дети отражают характер музыки.

Если музыка грустная, участники должны изобразить это движениями, жестами, обыграть это в сюжете.

Когда одна группа показывает, другая внимательно смотрит и пытается понять сценку. Проигрывает та команда, которая не сумела достаточно ясно отразить в своей сценке мелодию.

Упражнение «Аплодисменты»

Одна из самых простых музыкальных игр - на запоминание прохлопанного ритма.

Возможны несколько участников и ведущий. Первый из участников придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Следующий должен точно, без ошибки его повторить и придумать следующий ритм, который передается таким же образом дальше. И так по кругу.

Ритмы постепенно можно усложнять. Если кто-то не может повторить прохлопанный ритм с первого раза, ведущий должен попросить придумавшего этот ритм повторить его несколько раз. В этом есть определенная сложность для того, кто предлагает, задает пример - он не должен забывать и путаться при повторе, т. е. первоначальный ритмический отрывок должен быть сложным ровно на столько, насколько сам «автор» может точно его запомнить и воспроизвести.

Игру можно постепенно усложнять, вводя в ритмический рисунок простейшие возгласы и слова (например, «и раз!», «раз, два, три» и т. д.) Можно

использовать смешные присказки или поговорки, проговаривая их ритмически организованно.

Упражнение «Кукловод»

Руководитель (водящий) завязывает глаза ребенку и водит его как куклу, по несложному маршруту, держа за плечи, в полном молчании: 4-5 шагов вперед, остановка, поворот на право, 2 шага назад, поворот на лево, 5-6 шагов вперед и т.д. затем ребенку развязывают глаза, просят самостоятельно найти исходную точку маршрута и пройти его от начала до конца, вспоминая движения. Движения постепенно можно усложнять, увеличивая продолжительность маршрута и включая ряд не сложных физкультурных упражнений: согнуть руки, присесть, сделать полный оборот через левое, правое плечо и т. д.

Упражнение «Кривое зеркало»

Вариант 1.

Участники игры принимают различные позы. Водящий, посмотрев на них, должен запомнить и воспроизвести их после того, как все дети вернутся в исходное положение. Игру следует усложнять постепенно: сначала водящий повторяет позы одного игрока, затем количество игроков увеличивается.

Вариант 2.

Дети повторяют движения рук и ног за ведущим. Когда они запомнят очередь движений, повторяют их самостоятельно в обратном порядке.

Примеры движений:

присесть, встать, присесть, поднять руки, опустить руки.

Приложение №2

Методические материалы к разделу
«Современные танцевальные направления»

R'n'b (mix **хип-хопа,** фанка, джаза, street-a) расшифровывается как **«ритм и** блюз» — это характеристика музыки. Четкий ритм чередуется, соединяется с лирической составляющей. Это отражает танец. С одной стороны - из техники хип-хопа - специфическое движение «Кач». «Кач»? - свободное ритмичное движение, сродни действию пружины, при этом изолированно сокращаются отдельные мышцы корпуса, в то время как остальные мышцы расслаблены и производят впечатление развязности. С другой стороны, лирические напевы музыки, танцующие выражают волнообразными, вращательными движениями.

Хип-хоп (англ. **Hip-hop)** — молодежная субкультура, появившаяся в США в конце 70 годов прошлого века в среде афроамериканцев. Характерна своя музыка, также называемая «хип-хоп», которая состоит из двух основных элементов: рэпа (ритмичного речитатива с четко обозначенными рифмами) и ритма, задаваемого ди-джеем, свой жаргон, своя мода, танцевальные стили, графическое искусство (граффити) и свой кинематограф. К началу девяностых хип-хоп стал частью молодежной культуры во многих странах мира. По своей сути ему очень близки R&B и брейк-данс. Все они характеризуются хулиганистостью, может и некоторой развязностью. Даже стиль в одежде танцоров одинаковый, поскольку эти танцы являются составляющими хип-хоп культуры. Разница заключается лишь в технике выполнения танца. Мультитехничность и открытость хип-хопа для экспериментов и импровизации объясняет сложность классификации его направлений по стилям и техникам. Яркой чертой этого танцевального направления является его характер, актерская составляющая. Естественность здесь сочетается с движениями, совершенно не свойственными человеческой биомеханике.

Характерные движения танца, следующие: высокие подпрыгивания, сменяются низкими скольжениями над полом, резкие и четко выраженные движения сменяются волнообразными и медленными. Как в афро-джазе, так и в хип-хопе присутствует некая расслабленность, движения как бы обращены в пол. Это объясняется тем, что в верованиях африканских народов Бог обитает не на небе, а под землей. Поэтому поклоняются ему, обращаясь к земле. Отсюда низкая посадка корпуса и всегда немного расслабленные колени в танце. Первым музыкальным сопровождением для африканских танцев были тамтамы, поэтому и хип-хоп в дальнейшем получил хорошую ритмическую основу.

GirlHip-Hop-Ультрамодное танцевальное направление, использующее элементы hip-hop, клубного танца, африканского, арабского и египетского танца. Завораживающая пластика, яркие, женственные, обольстительные движения.

TheKrump— один из новейших танцев, широко распространившийся среди молодежи США и некоторых стран Европы. Это ритмичные движения, раскачивание и подрагиваниекорпусом, необычные сгибания спины и мощные движения грудного отдела или сильные, качающие амплитудные удары.

Крампинг – достаточно агрессивная форма танца, его предназначение— давать волю эмоциям через сильные, тяжелые и драматичные шаги. Большая вариативность, индивидуальность и динамичные, мощные движения. Основная идея движений— умение донести до соперника или зрителя смысловую нагрузку танца: что ты хочешь сказать или доказать. Базовая техника крампинга отталкивается от старой школы хип-хопа. Но, в силу своей эмоциональной самобытности, она постоянно развивается и усложняется, требуя от танцора совершенного исполнения жестких движений, тряски, наклонов. Также стиль крампинга предполагает физический контакт между танцорами.

Electricboogie(Электрик-буги) – пластичные движения, имитирующие электрический разряд, состоит из скольжений, волн и т.п. Его еще иногда называют «лунное буги», т. к. движения танцоров создают впечатление нахождения их в невесомости.

Крип волк (CripWalk или C-Walk) – стиль современного уличного танца, ориентированный на виртуозную импровизированную работу стоп. Он появился вначале 1970-х годов в Комптоне, в конце 90-х движения CripWalking'а вошли в состав базовых элементов хип-хопа. Сегодня этот танец известен как CWalk и имеет несколько разновидностей: ClownWalk— более быстрый стиль, с добавлением элементов развлекательного характера, и CrownWalk — это синтез ритма CripWalk и движений ClownWalk. На основе cwalk был создан вид танца rwalk, особенностью является написание текстов русского алфавита ногами.

Street-dance (Стрит-Данс) – это не какой-то определенный *стиль,* а множество различных стилей (хип-хоп, брейк-данс, хаус, R'n'B и т. п.), объединенных жизненным употреблением - их танцуют в ночных клубах (клубные танцы) и на улице (street-dance). Таким же собирательным является понятие эстрадный танец. По логике названия — это комбинирование стилей современного танца для сценического воплощения. Хотя, к сожалению, под таким названием часто можно увидеть танцы далеко не современные.

JazzFunk– это яркий и экспрессивный танец, вобравший в себя лучшее из таких стилей как джаз, латина, стрит, хип-хоп и других популярных танцевальных направлений. Таким образом, танец джаз фанк – это не конкретный стиль, а скорее смешение всевозможных направлений, которые сплетаются в уникальном стиле, рождаемом индивидуальным чувством вкуса хореографа, и основанный на игре и единении контрастов. Внем нет никаких конкретных правил и ограничений. Совмещение несовместимого делает этот танец загадочным и тем более привлекательным. Несмотря на то, что в этот стиль танца состоит из элементов, заимствованных из других танцевальных

направлений, у него всё же есть своё собственное лицо. Jazzfunk отличает постановка корпуса: открытая, как в классическом танце. С такой осанкой исполняются и волны, и движения изоляции.

Приложение 3

Диагностика результатов обучения по программе

	Отлично (5 баллов)	***Хорошо (4 балла)***	***Удовлетворительно (3 балла)***
	Музыкальность		
Обучение	Умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинает и заканчивает движения вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки	В движениях выражает общий характер музыки, темп. Начало и конец музыкального произведения совпадает не всегда	Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения
	Артистичность		
	Умеет передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции. Умеет выразить свои чувства не только в музыке, но и в слове	Не всегда умеет передать гамму чувств через мимику и пантомиму. Движения не всегда эмоциональны	Мимика бедная, движения невыразительные
	Пластичность, гибкость		
	Движения рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения, мягкие, плавные и музыкальные	Несложные акробатические упражнения выполняет недостаточно плавно, гибко, музыкально	Низкий уровень мягкости, плавности, музыкальности
	Координация движений		
	Обладает точностью исполнения упражнений, правильным сочетанием рук и ног при танцевальных	Недостаточно точно исполняет танцевальные упражнения, ритмические композиции в быстром и медленном темпе	Низкий уровень точности исполнения упражнений, правильности сочетания рук и ног при танцевальных видах движения, исполнения ритмических композиций в

	Отлично (5 баллов)	*Хорошо (4 балла)*	*Удовлетворительно (3 балла)*
	видах движений. Правильное и точное исполнение ритмических композиций в быстром и медленном темпе		разном темпе
	Память		
	Способен запоминать музыку и движения, активно проявляет разнообразные виды памяти: музыкальную, двигательную и зрительную	Способен запомнить последовательность упражнений в полном объёме при выполнении движений педагогом	Не способен запомнить последовательность движений или требует большого количества повторений
Развитие	***Проявление активности и творчества***		
	Обладает оригинальностью мышления, богатым воображением, развитой интуицией, легко увлекается творческим процессом	Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива, периодически инициативен, может предложить интересные идеи, но не всегда может оценить их и выполнить	Инициативу проявляет редко, не испытывает радости при успешном выполнении задания, способен выполнять действия, но только при помощи педагога
	Культура суждения о работе других		
	Обладает способностью объективно оценивать работу партнёров	Не всегда способен объективно оценить деятельность партнёров	Негативно реагирует на успех партнёра, не способен оценить работу других
	Мотивация к занятиям, эмоциональный настрой		
	Чётко выраженные потребности. Стремление изучить предмет как будущую профессию	Интерес на уровне увлечения, поддерживается самостоятельно. Устойчивая мотивация. Ведущие мотивы: познавательный, общение, добиться высоких результатов	Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес иногда поддерживается самостоятельно
Воспитание	***Проявление самостоятельности учащихся***		
	Самостоятелен на занятиях	Способен к самостоятельной деятельности, но не всегда её проявляет. Работоспособен при помощи педагога	Не способен работать самостоятельно

	Отлично (5 баллов)	*Хорошо (4 балла)*	*Удовлетворительно (3 балла)*
	Способность к коллективному творчеству		
	Соблюдает нормы коллективных отношений. Умеет работать в коллективе, группах, паре	Не всегда испытывает потребность и стремление работать в коллективе	Может пренебрегать нормами коллективных отношений. Не испытывает стремления работать в коллективе, группе, паре
	Способность к адекватной самооценке. Уверенность в своих силах и возможностях		
	Способен правильно воспринимать критику и самокритичен. Доброжелательно относится к партнёру. Уверен в своих силах и возможностях	Не всегда может адекватно оценить себя. Не всегда уверен в своих силах и возможностях	Неадекватно реагирует на критику. Не уверен в своих силах и возможностях

Диагностическая карта промежуточной (итоговой) аттестации учащихся объединения_____ _____учебный год

Группа №____ ,_____ уровень, _____модуль

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Обучение			Развитие			Воспитание					Средний балл
		музыкальность	артистичность	пластичность, гибкость	координация движений	память	проявление активности, творчества	культура суждения о работе других	мотивация к занятиям, эмоциональный настрой	проявление самостоятельности учащихся	способность к коллективному творчеству	способность к адекватной самооценке уверенность в своих силах и возможностях	

«_____» _____ 20 ___ г.

Педагог ДО _____ / _____
(подпись) (Ф.И.О. педагога)

Приложение №4

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Направления воспитательной деятельности	**Мероприятия (форма*, название) в рамках образовательной и внеурочной деятельности**	**Время проведения (указать месяц)**	**Ответственные (педагог, педагог-организатор, методист, организационно-методический отдел и.п.)**	**Примечание (Раздел, направление, модуль, тема учебного плана ДООП)**
Гражданское воспитание	Изучение русского народного эпоса	октябрь	Чередниченко К.А.	беседа, видео урок
Патриотическое воспитание	День защитника Отечества Участие в акции «Георгиевская ленточка» Участие в праздновании Дня Победы	февраль Апрель –май май	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И.	Тематический праздник Вручение Георгиевских ленточек Показательные выступления для ветеранов
Духовно-нравственное воспитание	Дни открытых дверей Международный день пожилых людей Новогодний праздник Всемирный день влюбленных Международный женский день	Сентябрь Октябрь Декабрь Февраль Март	Чередниченко К.А. Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И	Родительское собрание Тематический праздник, квест Мастер-класс по изготовлению валентинок
Эстетическое воспитание	Беседы по этикету, по истории развития хореографии; Международный день танца	Согласно разделу Учебного плана Апрель	Чередниченко К.А.	Просмотр видео материалов и обсуждение творческих работ
Экологическое воспитание	«День Земли»	Март	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И	Беседа, просмотр видео материала, викторина
Физическое воспитание, формирование культуры	Создание условий для сохранения и укрепления			

здорового образа жизни и эмоционального благополучия	здоровья воспитанников Личная гигиена. Здоровое питание; Техника безопасности на занятиях; Дни здоровья	Согласно разделу Учебного плана	Чередниченко К.А. Чередниченко К.А. с участием родителей	Беседа
Трудовое воспитание	«Чистый мир»	Апрель	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И.	Субботник, очистка прилегающей территории от мусора
Ценности научного познания	Эмоции, воображение, фантазия, интуиция Наука в основе современного танца Единство мира танца и научного познания	Согласно разделу Учебного плана	Чередниченко К.А.	Мастер-класс Игры на развитие памяти, творческого воображения, перевоплощения.