



Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»
Санкт-Петербурга

Принята
на педагогическом совете
протокол №1
от 29 августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом № 37 от 29 августа 2019 г.
Директор ГБУ ДО ДЮТЦ «В.О.»

Н.М. Чуклина _____ /



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«В ритме танца»

Возраст детей: 12-25 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: **Назарова Фируза Владимировна,**
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

Вид деятельности – хореографическое искусство.

Данная программа направлена на развитие творческого потенциала детей на основе их интересов и способностей, приобщает детей к современному танцевальному творчеству, а также вовлекает подростков и молодежь в систематические занятия физкультурой и спортом. Учебный материал ориентирован на выработку доступных для учащихся умений и навыков. Помимо обучения хореографии, большое внимание уделяется физической подготовке.

Стрит-денс, - это смесь различных танцевальных жанров и культур. Это танцевальное направление объединяет множество танцевальных стилей, которые родились за пределами танцевальных студий и балетных школ. Мы живем в огромном мире, где все между собой общаются, а в век интернета – это явление вообще происходит повсеместно и не составляет никаких сложностей. Поэтому уже давно многие стили перемешались, дополнились, обогатились, и уже не имеют того первоначального вида, который был при его создании. Так как этот танец родился на улице, то и рассчитан был на уличное исполнение: активное участие в баттлах, импровизация, свободное взаимодействие с публикой. В современном уличном танце все направления основываются на хип-хоп культуре.

Сегодняшний стрит-дэнс – это уникальность и неповторимость. Он не требует последовательности и строгости исполнения движений и стандартов, тем самым, открывая безграничные возможности для самовыражения и творчества. В стрит-дэнсе раскованность и простота движений не оставит никого равнодушным. Когда тело движется в такт музыке, душа получает расслабление. Занятия стрит-дэнсом способствуют развитию выносливости, координации движений и отличной физической формы. С его помощью выплескивается наружу накопившаяся негативная энергия, впуская в душу вместо себя радость и чистый позитив.

Данная программа является модифицированной и основана на:

- Программе дополнительного образования «Хореография» Заболотской М.А.
- Программе дополнительного образования «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю.

Программа спроектирована в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 №1726-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей» (п.12,17,21);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41).
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает большое количество детей, желающих заниматься современными направлениями хореографического искусства. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Современный танец впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Поэтому он так интересен и близок молодому поколению.

Этот вид танца очень популярный среди школьников и молодёжи, является увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство художественного воспитания.

Актуальность данной программы заключается в систематизации принципов работы с учащимися объединения в данном направлении. Современное танцевальное искусство среди подростков в России по большей части формировалось на улице (например, направления «брейк-данс», «хип-хоп» и т.д.), и реализовать их потребности и способности на «законном основании» задача педагога. Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию подростков в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности и вульгарности. Получив возможность осваивать импровизации, подросток избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики. Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия в виде тематических бесед, посещения с подростками концертов по данному профилю, конкурсных поездок, направленных на осознание подростками значения современного искусства и их личного творчества, развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

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. 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.

Особенностью программы является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения, акцент ставится на изучение современной хореографии, что позволяет воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику.

Адресат программы

Дополнительная образовательная программа «В ритме танца» адресована как мальчикам, так и девочкам с 10 до 18 лет. Программа ориентирована на выявление способностей каждого ребенка, активное включение его в новое для него образовательное пространство. В объединение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Во время приема и формирования групп педагог проводит предварительное собеседование, на котором определяет развитие чувства ритма и коммуникабельность претендентов.

Срок реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объем – 216 часов в год.
Уровень освоения программы – **базовый**.

Цель программы: Популяризация современного танца, мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи

Обучающие:

- Познакомить с танцевальным миром уличной культуры.
- Научить технике основных базовых движений уличного танца.
- Научить свободному владению корпусом, движению головы и позиции рук.
- Научить составлению танцевальных комбинаций, в различных стилях уличной хореографии.
- Познакомить с культурой и правилами сцены.

Развивающие:

- Развитие специфических навыков гибкости, пластичности и устойчивости.
- Развитие творческой индивидуальности учащихся.
- Развитие физических качеств.
- Развитие артистичности и манеры поведения
- Развитие сплоченности, командности и ответственности в коллективе.

Воспитательные:

- Вовлекать детей, подростков и молодежь в систематические занятия физкультурой и спортом.
- Привить любовь к танцевальному искусству.
- Выработать дисциплинированность и самоорганизацию в коллективе.
- Воспитать целеустремленность и силу воли к поставленным задачам.

Условия реализации программы

Набор детей в танцевальный коллектив ДЮТЦ «В.О.» производится в начале учебного года в соответствии с возрастной категорией, без хореографической подготовки.

Основанием для приема несовершеннолетних детей является письменное заявление родителей.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, поэтому необходимо от каждого обучающего при зачислении справка по состоянию здоровья от педиатра.

Принимаются девочки и мальчики 10-18 лет, по итогам просмотра и собеседования с педагогом.

Занятия проводятся 4 раза в неделю:

2 раза в неделю по 2 часа, 2 раза в неделю по 1 часу. Перерыв между занятиями 10 минут.

Количество детей в группах: 15-20 человек.

Материально-техническое обеспечение

1. Учебный класс для занятий – большой, светлый, хорошо проветриваемый зал с зеркалами;
2. Коврики или покрытия для занятия в партере,
3. Специальная обувь – кеды
4. Тренировочная одежда
5. Музыкальное сопровождение – колонки, компьютер.

Процесс обучения построен на реализации дидактических принципов:

1. **Принцип сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями, физической подготовки и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.
2. **Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.
3. **Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

4. **Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, физических нагрузок, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.
5. **Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:
 - безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
 - глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
 - создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения, развитие силы воли.
6. **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Занятие уличной хореографией для учащихся должно быть процессом творчества. Большое значение имеет импровизация, составление учащимися танцевальных и учебных комбинаций, простейших композиций и этюдов. Личное участие в творчестве углубляет и обогащает восприятие искусства. Навыки творчества, которые развиваются у детей в процессе таких занятий, способствуют формированию творчески-активной личности.

Принципы обучения и воспитания

Главным методическим принципом проведения занятий является то, что усложнение, продвижение по программе напрямую зависит от степени усвоения материала учащимися. Главное не торопиться, добиться правильного исполнения в простом, а не гнаться за сложным, проигрывая при этом в грамотности исполнения.

Обучение уличному танцу - двусторонний процесс, осуществляемый педагогом и ребенком в их взаимодействии и творческом сотрудничестве. Обучение строится на следующих педагогических принципах:

- принцип последовательности выражает порядок и логику в изучении учебного материала;
- принцип преемственности, суть которого в том, что предшествующее развивается и обогащается в последующем;
- принцип сознательности и активности, ориентированный на создание таких условий, при которых ребенок сознательно и активно усваивает учебный материал;
- принцип создания оптимальных условий для обучения - морально-психологической атмосферы, взаимоуважения, вежливости и взаимопонимания;

Описание форм занятий

Основной, наиболее действенной и эффективной формой занятия является учебное занятие, учебно-тренировочное занятие или тренировка.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций, тематических бесед, видеопросмотров. Эти занятия имеют относительно небольшой удельный вес в общем процессе подготовки.

Практические занятия являются основной формой подготовки. Они классифицируются по следующим признакам:

По педагогическим задачам

По величине нагрузок

По организации

- обучающие,

- тренировочные,

- контрольные,

- восстановительные,

- постановочные,
- комплексные.
- ударные,
- оптимальные,
- умеренные,
- разгрузочные.

Структура учебно-тренировочного занятия должна быть четкой, со строгим переходом от одной части к другой в соответствии с поставленными задачами.

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: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются 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; упражнения и тренировки для развития артистизма, изучение движений танцев; отработка композиций и 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. Основной частью является растяжка на ковриках под спокойную музыку.

В конце занятий подводится краткий итог достигнутых результатов тренировочного процесса. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Планируемые результаты.

Предметные результаты:

дети

- знают культуру уличных танцев, стили, направления и жанры;
- знают технику, и манеры исполнения уличной хореографии:
 - ✓ Хип-хоп
 - ✓ Дэнсхолл
 - ✓ Брейк-данс
- умеют ловко и подвижно двигаться;
- освоили технику основных базовых танцевальных шагов;
- умеют импровизировать
- умеют самостоятельно подбирать комплексы упражнений;
- умеют выполнять акробатические элементы и прыжки;
- умеют выполнять простейшие поддержки.

Метапредметные результаты

- понимают влияние физических упражнений на организм;
- знают понятие ритма и счёта;
- развили физическую выносливость;
- развили образное и ассоциативное мышление, творческое воображение, чувство ритма;
- понимают значение мимики и эмоции, выразительных жестов в танце.

Личностные результаты:

- приобрели ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
- сформировалось ответственное отношение к коллективу и ко всем его участникам, понимание сплоченности.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Основные понятия и требования на занятиях.	2	1	1	Просмотр
2	Общая физическая подготовка	22	2	20	Зачет
3	Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе	14	2	12	Наблюдение педагога
4	Общая хореография	17	2	15	Зачет
5	Уличный танец	22	2	20	Зачет
6	Хип-хоп	22	2	20	Зачет
7	Дэнсхол	22	2	20	Зачет
8	Брейк-данс	22	2	20	Зачет
9	Импровизация и свой стиль	20	2	18	Просмотр
10	Постановка танцевальных номеров	23	3	20	Концертные выступления
11	Репетиционная работа	26	2	24	Наблюдение педагога
12	Итоговая аттестация	4	1	3	Отчетный концерт.
	Итого:	216	24	192	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	11.09.	29.05.	36	216	4 занятия в неделю: 2 раза в неделю по 2 часа, 2 раза в неделю по 1 часу

Рабочая программа

Первый год обучения – это ознакомление учащихся с различными танцевальными стилями уличного танца. Основой является общая физическая подготовка, координация и свобода и легкость в движении.

Задачи.

Обучающие:

- Познакомить с танцевальным миром уличной культуры.
- Научить технике основных базовых движений уличного танца.
- Научить свободному владению корпусом, движению головы и позиции рук.
- Научить составлению танцевальных комбинаций, в различных стилях уличной хореографии.
- Познакомить с культурой и правилами сцены.

Развивающие:

- Развитие специфических навыков гибкости, пластичности и устойчивости.
- Развитие творческой индивидуальности учащихся.
- Развитие физических качеств.
- Развитие артистичности и манеры поведения
- Развитие сплоченности, командности и ответственности в коллективе.

Воспитательные:

- Вовлекать детей, подростков и молодежь в систематические занятия физкультурой и спортом.
- Привить любовь к танцевальному искусству.
- Выработать дисциплинированность и самоорганизацию в коллективе.
- Воспитать целеустремленность и силу воли к выполнению поставленных задач.

Планируемые результаты

Дети будут

Знать:

- ✓ Культуру уличных танцев, стили, направления и жанры
- ✓ Значение мимики и эмоций
- ✓ Терминологию уличной культуры

Уметь:

- ✓ Ловко и подвижно двигаться;
- ✓ Технично исполнять любой стиль уличного танца
- ✓ Импровизировать и сочинять комбинации
- ✓ Самостоятельно подбирать комплексы упражнений;
- ✓ Выполнять акробатические элементы и прыжки;
- ✓ Выполнять простейшие поддержки.

Содержание

1. Основные понятия и требования на занятиях.

Теория: Знакомство друг с другом, знакомство с миром уличной культуры танца. Техника безопасности, правила поведения в хореографическом зале.

Практика: Знакомство с базовыми движениями: «качи» и «степы».

2. Общая физическая подготовка.

Теория: Значение ОФП для занятий современным танцем. Упражнения, направленные на развитие:

- силы
- выносливости
- быстроты
- координации
- гибкости.

Практика:

Выполнение упражнений на выносливость, общую выносливость (пробежки средней интенсивности, пробежки в режиме фартлек, прыжки со скакалкой, интервальные прыжки со скакалкой, спокойные прыжки в ровном темпе, чередование разнообразных прыжков со спокойным низкоинтенсивным бегом).

3. Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе.

Теория: Значение сплочённости коллектива для успешных выступлений. Правила участия в играх. Правильность выполнения упражнения.

Практика: Игры «Узелки», «Электрическая цепь», «Биг-мак», «Сидячий круг», «Отжимания», «Все на борт», «Бревно», «Тролли», «Прогулка слепых», «Паутина», «Переправа», «Электрическая изгородь», «Траст — фол», «Комплименты», «Колдуны» и др.

4. Общая хореография

Теория: Значимость общей хореографии, изучение правил и законов хореографии, танцевальное искусство и ее разновидности.

Практика: Разогрев.

- Разминка на середине: наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад, работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back (флэт бэк – плоская стена), наклоны: flat back и наклон к ноге: вперёд и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперёд с flat back и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).
- Разминка по кругу: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, галопы (лицом в круг и спиной), подскоки, лёгкий бег на п/пальцах.
- ✓ Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- ✓ Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава;
- ✓ Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов
- ✓ Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- ✓ Упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- ✓ Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- ✓ Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.
- ✓ Упражнения для развития выворотности ног танцевального шага;

Позиции ног и рук в современном танце.

Основные позиции ног современного танца.

В современном танце есть универсальные позиции, которые встречаются во всех направлениях от модерна до хип-хопа. Эти позиции делятся на «параллельные», «свободные» или «out» и «заворотные» «in» позиции.

Параллельные позиции

I параллельная позиция - аналогична шестой в классическом танце. Пятки вместе, носки вместе.

II параллельная позиция - ноги на ширине плеч. Стопы параллельны друг другу.

III параллельная позиция - пятка одной ноги на середине стопы другой. Стопы параллельны друг другу.

IV параллельная позиция - ноги на расстоянии одной длины стопы. Одна нога впереди. Стопы параллельны друг другу.

V параллельная позиция — похожа на четвертую параллельную позицию, но между ногами нет расстояния. Пятка одной ноги возле носка другой.

Свободные позиции ног

Заворотные или «in» позиции ног

Основные позиции рук.

В современном танце есть все классические позиции и положения рук, а также присущие только этому направлению хореографии. Мы предлагаем один из вариантов классификации позиций и положений рук. В настоящее время четкого регламента пока не существует.

Прямые позиции

Подготовительная современная позиция — руки вдоль туловища, вытянуты вниз и прижаты к телу.

I современная позиция — руки вытянуты параллельно перед собой на уровне плеч.

II современная позиция — руки вытянуты в стороны на уровне плеч.

III современная позиция — руки вытянуты параллельно вверх.

V-позиции V-позиции (ви-позиции)

Подготовительная V позиция — руки вытянуты вниз и слегка разведены в стороны, образуя перевернутую букву V.

I V-позиция — руки вытянуты перед собой на уровне плеч и слегка разведены в стороны, образуя букву V.

III V-позиция — руки вытянуты вверх и в стороны по диагонали, образуя букву V.

Закрытые позиции (close-poz [клоуз-поз])

I close-poz в сторону — руки согнуты в локтях, кисти на уровне солнечного сплетения (груди). Локти направлены точно в стороны, руки не прижаты к телу, пальцы рук не соприкасаются. Иногда эту позицию называют А-позиция.

I close-poz вниз — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч и не прижимаются. Локти направлены точно вниз. Иногда эту позицию называют Б-позиция.

II close-poz — руки согнуты в локтях, кисти на уровне плеч. Локти направлены точно в стороны.

Пресс-позиции (press-poz [пресс-поз])

Подготовительная press-poz — локти слегка согнуты и направлены в стороны. Кисти вытянуты и прижаты по бокам к тазовой кости.

I press-poz — руки согнуты в локтях на 90° закрывая живот таким образом, чтобы кисть одной руки была над локтем другой, а вторая кисть под локтем противоположной руки. При этом руки не прижимаются к телу.

II press-poz — руки согнуты в локтях и направлены в стороны слегка перед собой, параллельно полу. Локти направлены к внешним косым мышцам пресса, но не прижимаются.

III press-poz — аналогична классической III позиции, только локти более согнуты.

Кисти рук

Jazz-hend [джаз-хэнд] — дословно с английского означает джазовая рука. Пальцы напряжены и максимально разведены друг от друга.

Fist [Фэст] — сжатый кулак.

Flex [флэкс] — сокращенная кисть, т.е. ладонь перпендикулярно к предплечью.

Stretch [Стрэйч] — вытянутая кисть, т.е. ладонь раскрыта и является продолжением предплечья.

Allonge - расслабленная кисть

Уровнем называется расположение тела танцующего относительно земли.

Основные виды уровней:

стоя:

- верхний уровень (на полупальцах);
- средний уровень (на всей стопе);
- нижний уровень (колени согнуты).

на коленях:

- стоя на двух коленях;
- стоя на одном колене, другая нога открыта в любом направлении.

на четвереньках:

- опора на руках и коленях;

- одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;
- одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

сидя:

- ноги разведены в стороны;
- ноги согнуты в коленях и соединены;
- ноги согнуты в коленях и скрещены;
- джазовый шпагат (нога впереди вытянута, сзади – согнута);
- сидя на одном бедре (свободная нога открыта назад или в сторону или отделена от пола).

лёжа:

- на животе;
- на спине;
- на боку.

Кроме того, существуют так называемые *акробатические уровни*: шпагат, «мост», «колесо», стойка на лопатках, стойка на руках и др.

5. Уличный танец

Теория: Понятие уличной культуры, история происхождения, уличный танец – как мирное разрешение конфликтов, разбор основных базовых движений, разбор старой, средней и новой школы в уличных танцах.

Практика: Основные базовые элементы уличного танца:

Two step [Ту степ], Humpty Dance [Хампти дэнс], Kick it [Кик ит], Kick it [Кик ит], Kick and slide [Кик энд слайд], Kick Ball Change [Кик бол Ченьч], Change Ball Change [Ченьч бол Ченьч], Cabbage, Bk bounce (Brooklyn dance), Criss cross [Крисс кросс], Elbows up [Элбоус ап], Charleston [Чарльстон], Gucci [Гучи] Running man [Ранинг мэн], Wobble [Воббл], Up town [Ап таун], Tone wor, Reebok [Рибок], Shamrock [Шэмрок], The Wor [Вор], Happy feet [Хэппи фит], Fila [Фила], The Prep [Преп], The Biz Markie [Зэ Биз Марки], James Brown [Джэймс Браун], Wreckin' Shop [Уэкин Шоп], March Step [Марч степ], Party Duke [Пати Дюк], Step and slide [Стэп энд слайд], Punch it [Панч ит], TLC [ТиЭлСи]

1. Хип-хоп

Теория: История происхождения хип-хоп танца, разбор основных движений и показ видеоматериала, знакомство с музыкальными композициями.

Практика: Middle School [Мидл Скул] (Средняя школа Хип-Хопа 90гг.)

Alfa [Альфа], Cork Screw [Корк скрю], Lean Like a Cholo [Лин Лайк э Чоло], Roof Top [Руф Топ], Popcorn [Попкорн], Pepper Seed [Пэппер Сид], Getting Jiggy [Гетинг Джигги], Rope Dance [Роуп Дэнс], Guess [Гэс], Mary J Blige [Мэри Джэй Блайдж], Janet Jackson [Джанет Джексон], LL Cool J [Эл Кул Джэй], Robocop [Робокоп], Monastery [Монастери], Up stairs — down stairs [Ап стэс — доун стэс], Crazy legs [Крэйзи легз], Crab step [Краб степ], Alf [Альф], Butterfly [Батерфлай], Steve Martin [Стив Мартин], Bart Simpson [Барт Симпсон], Bernie lean [Берни лин], Bernie dance [Берни дэнс], Wreckin' Shop [Уэкин Шоп], Lean Back [Лин Бэк], Walk it out [Уолк ит аут], Sponge Bob [Спанч Боб], Party machine [Пати машин], Nae-Nae [Ней-Ней], Victory Dance [Виктори Дэнс], Get Silly [Гет Сили], Fish bone [Фиш бон], Dip in [Дип ин], Cat Daddy [Кэт Деди], South Dallas Swag [Саус Далас Свэг], Swag Walk [Свэг Уолк] Squat [Скуат], Stanky leg [Стэнки лэг], ATL Stomp [АТЛ Стомп], Soulja Boy [Солжда Бой], Jerk [Джэк], The Reject [Зэ Реджект], Whip [Уип], Bankhead Bounce [Бэнхэд Баунс]

2. Дэнсхолл

Теория: История происхождения дэнсхолла, подстилы танца, характер и манера, объяснение и разбор базовых движений, прослушивание музыки.

Практика: BOGLE, LOG ON, NAN LINGA, ONE KNOCK, SHOOK IT UP, WILLIE BOUNCE.

3. Брейк-данс

Теория: История происхождения брейк-данса, подробное объяснение старой школы, разделений на под-стили, значимость акробатики в брейк-дансе, а также физической подготовки. Подробный разбор элементов и характера данного направления уличного танца.

Практика: Toprock, Freeze, Power Move (Back spin, Shoulder spin, Air chair spin), Footwork (Six step и тд)

4. Импровизация и свой стиль

Теория:

Перед занятием проводится разминка, целью которой является разогрев мышц и связок, а также включение в атмосферу уличной культуры. Разминка проводится в кругу, что позволяет наблюдать за другими, способствует раскрепощению перед коллективом, а также увеличивает важность внутреннего ощущения движения, по сравнению с упражнениями перед зеркалом, когда внимание в основном концентрируется на форме.

Практика:

Комплексы упражнений по импровизации:

Скорость (медленная-средняя-быстрая), части тела, амплитуда (широкие и узкие движения), положение в пространстве (перемещения, на месте), характер движений (плавные-четкие), эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов), сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии), мягкость и жесткость в движениях, «Эмоции», «Скрепки», Контактная импровизация.

5. Постановка танцевальных номеров

Теория: Разъяснение идеи танцевальной постановки, эстетического восприятия, образов в танце, сценического пространства, значение танцевальной лексики, перемещений и рисунков.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Разучивание комбинаций, связок. Расстановка рисунков. Взаимодействие в группе.

11. Репетиционная работа

Теория: Показать и объяснить еще раз как нужно правильно выполнять танцевальные комбинации, а также детально разобрать и проработать эмоционально образы, требуемые для постановки.

Практика: Отработка танцевальной композиции, акробатических элементов и поддержек, групповая работа над синхронностью и четкой техники исполнения, характер исполнения образа.

12. Итоговая аттестация

Теория: Правила сцены и поведения на мероприятии, а также на зачетах и открытых занятиях. Мотивационный заряд и напутственные слова для успешной сдачи и выступлений.

Практика: Подведение итогов работы. Открытое занятие. Небольшой отчет – выступление на концерте.

Календарно-тематическое планирование

На 20__-20__ учебный год

По программе «В ритме танца»

Педагог Назарова Ф.В.

1-й год обучения, группа №

Согласовано

_____ (дата)

зав. отделом _____

№	Дата	Фактическая дата	Раздел. Тема учебного занятия.	Всего часов
1			Основные понятия и требования на занятиях.	2
2			Общая физическая подготовка. <i>Пробегжки средней интенсивности</i>	1

3			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Упражнения для знакомства с друг другом.</i>	1
4			Общая хореография. <i>Изучение позиций в современной хореографии.</i>	2
5			Уличный танец. <i>Изучение теории, старой школы, изучение разновидностей кача.</i>	2
6			Брейк-данс. <i>Изучение теории, основных базовых движений верхнего брейка.</i>	1
7			Общая физическая подготовка. <i>Пробежки в режиме фартлек.</i>	1
8			Общая хореография. <i>Уровни в танце.</i>	2
9			Хип-хоп <i>Изучение теории, изучение основных степеней.</i>	2
10			Импровизация и свой стиль. <i>Скорость (медленная-средняя-быстрая)</i>	1
11			Брейк-данс. <i>Повторение теории, основных базовых движений верхнего брейка.</i>	1
12			Дэнсхолл. <i>Изучение теории, основных базовых степеней</i>	2
13			Общая хореография. <i>Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.</i>	2
14			Общая физическая подготовка. <i>Прыжки со скакалкой</i>	1
15			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Упражнения на командообразование.</i>	1
16			Уличный танец. <i>Повторение теории, старой школы, разновидностей кача.</i>	2
17			Импровизация и свой стиль. <i>Работа с изоляцией отдельно с каждой частью тела</i>	2
18			Брейк-данс. <i>Изучение верхнего брейка, повторение теории</i>	1
19			Общая физическая подготовка. <i>Интервальные прыжки со скакалкой</i>	1
20			Общая хореография <i>Упражнения для развития выворотности ног танцевального шага;</i>	2
21			Хип-хоп. <i>Повторение теории, повторение основных степеней</i>	2
22			Импровизация и свой стиль. <i>Повторение скорости и изоляции</i>	1

23			Брейк-данс <i>Повторение верхнего брейка, повторение теории</i>	1
24			Дэнсхолл. <i>Повторение теории, основных базовых степов</i>	2
25			Общая хореография. <i>Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела</i>	2
26			Общая физическая подготовка. <i>Спокойные прыжки в ровном темпе</i>	1
27			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Узелки», «Электрическая цепь»</i>	1
28			Уличный танец. <i>Two step [Ту степ], Humpty Dance [Хампти дэнс], Party Duke [Пати Дюк], Step and slide [Стэп энд слайд]</i>	2
29			Постановочный процесс.	2
30			Общая хореография. <i>Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава</i>	1
31			Общая физическая подготовка. <i>Чередование разнообразных прыжков со спокойным низкоинтенсивным бегом.</i>	1
32			Хип-хоп <i>Middle School [Мидл Скул] (Средняя школа Хип-Хоп 90гг.) Alfa [Альфа], Cork Screw [Корк скрю], Lean Like a Cholo [Лин Лайк э Чоло], Roof Top [Руф Топ], Popcorn [Попкорн]</i>	2
33			Репетиционная работа	2
34			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Freeze</i>	1
35			Уличный танец. <i>Kick it [Кик ит], Kick it [Кик ит], Kick and slide [Кик энд слайд], March Step [Марч степ]</i>	1
36			Дэнсхолл. <i>Изучение разновидностей элемента BOGLE.</i>	2
37			Общая хореография. <i>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.</i>	2
38			Общая физическая подготовка. <i>Пробежки средней интенсивности</i>	1
39			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Биг-мак», «Сидячий круг».</i>	1
40			Импровизация и свой стиль. <i>Контактная импровизация. Работа в парах.</i>	2
41			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Freeze</i>	1
42			Общая физическая подготовка.	1

			<i>Пробежки в режиме фартлек</i>	
43			Общая хореография. <i>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса</i>	2
44			Хип-хоп. <i>Pepper Seed [Пэппер Сид], Getting Jiggy [Гетинг Джигги], Rope Dance [Роуп Дэнс], Guess [Гэс], Mary J Blige [Мэри Джэй Блайдж],</i>	2
45			Импровизация и свой стиль. <i>Работа с амплитудой (широкие и узкие движения)</i>	1
46			Импровизация и свой стиль <i>Упражнения «Скрепки»</i>	1
47			Дэнсхолл. <i>Повторение разновидностей элемента BOGLE.</i>	2
48			Общая хореография. <i>Упражнения для улучшения гибкости позвоночника;</i>	2
49			Общая физическая подготовка. <i>Прыжки со скакалкой</i>	1
50			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе	1
51			Уличный танец. <i>The Biz Markie [Зэ Биз Марки], James Brown [Джэймс Браун], Wreckin' Shop [Уэкин Шоп]</i>	2
52			Хип-хоп. <i>Janet Jackson [Джанет Джексон], LL Cool J [Эл Кул Джэй], RoboCop [Робокоп], Monastery [Монастери], Up stairs — down stairs [Ап стэс — доун стэс]</i>	2
53			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Freeze</i>	1
54			Импровизация и свой стиль. <i>Положение в пространстве (перемещения, на месте)</i>	1
55			Постановочный процесс	2
56			Репетиционная работа	2
57			Общая хореография. <i>Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра</i>	1
58			Дэнсхолл. <i>Изучение разновидностей элемента LOG ON</i>	1
59			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Freeze</i>	2
60			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Отжимания», «Все на борту»</i>	2
61			Общая физическая подготовка <i>Интервальные прыжки со</i>	1

			<i>скакалкой, спокойные прыжки в ровном темпе</i>	
62			Уличный танец. <i>Kick Ball Change [Кик бол Ченьч], Change Ball Change [Ченьч бол Ченьч]</i>	1
63			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Freeze</i>	2
64			Постановочный процесс	2
65			Импровизация и свой стиль <i>Игры «Отжимания», «Все на борт»</i>	1
66			Общая физическая подготовка. <i>Чередование разнообразных прыжков со спокойным низкоинтенсивным бегом</i>	1
67			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Freeze</i>	2
68			Хип-хоп. <i>Crazy legs [Крэизи лэгз], Crab step [Краб степ], Alf [Альф], Butterfly [Батерфлай], Steve Martin [Стив Мартин]</i>	2
69			Дэнсхолл. <i>Повторение разновидностей элемента LOG ON</i>	1
70			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Бревно», «Тролли»</i>	1
71			Общая физическая подготовка. <i>Чередование разнообразных прыжков со спокойным низкоинтенсивным бегом</i>	2
72			Уличный танец. <i>Cabbage, Bk bounce (Brooklyn dance), Criss cross [Крисс кросс]</i>	2
73			Импровизация и свой стиль. <i>Положение в пространстве (перемещения, на месте)</i>	1
74			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Footwork</i>	1
75			Постановочный процесс	2
76			Репетиционная работа	2
77			Общая физическая подготовка <i>пробежки средней интенсивности</i>	1
78			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Прогулка слепых», «Паутина»</i>	1
79			Хип-хоп. <i>Bart Simpson [Барт Симпсон], Bernie lean [Берни лин], Bernie dance [Берни дэнс], Wreckin' Shop [Уэкин Шоп], Lean Back [Лин Бэк], Walk it out [Уолк ит аут], [Бэнхэд Баунс]</i>	2
80			Дэнсхолл. <i>Изучение разновидностей элемента NAN LINGA</i>	2
81			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Footwork</i>	1

82			Общая физическая подготовка. <i>Пробежки в режиме</i>	1
83			Постановочный процесс	2
84			Репетиционная работа	2
85			Импровизация и свой стиль. <i>Упражнения «Эмоции»</i>	1
86			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Footwork</i>	1
87			Постановочный процесс	2
88			Репетиционная работа	2
89			Общая физическая подготовка. <i>Фартлек прыжки со скакалкой</i>	1
90			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игры «Переправа», «Электрическая изгородь»</i>	1
91			Хип-хоп. <i>Sponge Bob [Спанч Боб], Party machine [Пати машин], Nae-Nae [Ней-Ней], Victory Dance [Виктори Дэнс], Get Silly [Гет Сили], Fish bone [Фиш бон], Dip in [Дип ин]</i>	2
92			Дэнсхолл. <i>Повторение разновидностей элемента NAH LINGA</i>	2
93			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Footwork</i>	1
94			Общая физическая подготовка <i>Интервальные прыжки со скакалкой</i>	1
95			Уличный танец. <i>Elbows up [Элбоус ап], Charleston [Чарльстон], Gucci [Гучи] Running man [Ранинг мэн]</i>	2
96			Репетиционная работа	2
97			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. <i>Игра «Траст — фол»,</i>	1
98			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Power Move</i>	1
99			Постановочный процесс	2
100			Репетиционная работа	2
101			Общая физическая подготовка <i>Спокойные прыжки в ровном темпе</i>	1
102			Брейк-данс. <i>Повторение раздела Power Move</i>	1
103			Хип-хоп. <i>Cat Daddy [Кэт Деду], South Dallas Swag [Саус Далас Свэг], Swag Walk [Свэг Уолк] Squat [Скуат]</i>	2
104			Дэнсхолл. <i>Изучение разновидностей элемента ONE KNOCK</i>	2
105			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе.	1

			Игры «Комплименты», «Колдуны»	
106			Общая физическая подготовка. <i>Чередование разнообразных прыжков со спокойным низкоинтенсивным бегом</i>	1
107			Уличный танец. <i>Wobble [Воббл], Up town [Ап таун], Tone wor, Punch it [Панч ит], TLC [ТиЭлСи]</i>	2
108			Постановочный процесс	2
109			Репетиционная работа	1
110			Брейк-данс. <i>Изучение раздела Power Move</i>	1
111			Импровизация и свой стиль. <i>Положение в пространстве (перемещения, на месте), характер движений (плавные-четкие)</i> <i>Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов)</i>	2
112			Хип-хоп. <i>Stanky leg [Стэнки лэг], ATL Stomp [АТЛ Стомп], Soulja Boy [Солжда Бой]</i>	2
113			Общая физическая подготовка <i>Пробежки средней интенсивности</i>	1
114			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе <i>Игры «Биг-Мак», «Узелки»</i>	1
115			Дэнсхолл <i>Повторение разновидностей элемента ONE KNOCK</i>	2
116			Постановочный процесс	2
117			Репетиционная работа	1
118			Общая физическая подготовка <i>Пробежки в режиме фартлек</i>	1
119			Уличный танец. <i>Reebok [Рибок], Shamrock [Шэмрок], The Wor [Вор]</i>	2
120			Импровизация и свой стиль. <i>Положение в пространстве (перемещения, на месте), характер движений (плавные-четкие)</i> <i>Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов)</i>	2
121			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе.	1
122			Репетиционная работа	1
123			Хип-хоп. <i>Jerk [Джэ́к], The Reject [Зэ Реджект], Whip [Уип], Bankhead Bounce</i>	2
124			Импровизация и свой стиль. <i>Сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии)</i> <i>Мягкость и жесткость в движениях.</i>	2
125			Репетиционная работа	1
126			Общая физическая подготовка	1

			<i>Прыжки со скакалкой</i>	
127			Дэнсколл <i>Изучение разновидностей элемента SHOOK IT UP, WILLIE BOUNCE</i>	2
128			Постановочный процесс	2
129			Репетиционная работа	1
130			Игры, формирующие благоприятный социально-психологический климат в коллективе. Игры «СКУЛЬПТУРНЫЙ ПОРТРЕТ», «СЧЁТ ДО ДЕСЯТИ».	1
131			Уличный танец. <i>Happy feet [Хэппи фит], Fila [Фила], The Prep [Преп]</i>	2
132			Постановочный процесс	2
133			Репетиционная работа	1
134			Брейк-данс <i>Повторение раздела Power Move</i>	1
135			Дэнсколл. <i>Повторение разновидностей элемента SHOOK IT UP, WILLIE BOUNCE</i>	2
136			Репетиционная работа	2
137			Брейк-данс <i>Повторение раздела Power Move</i>	1
138			Постановочный процесс	1
139			Репетиционная работа	2
140			Импровизация и свой стиль. <i>Повторение пройденных упражнений. Самостоятельная работа в подгруппах.</i>	2
141			Репетиционная работа	1
142			Репетиционная работа	1
143			Итоговая аттестация. <i>Зачет, просмотр номеров</i>	2
144			Итоговая аттестация. <i>Открытое занятие</i>	2
			Итого	216

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Итоговая аттестация	Декабрь, май

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	• Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива.	Сентябрь
	• Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы.	В течение года
	• Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы.	Декабрь
	• Итоги учебного года и творческие перспективы.	Май

Совместные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. • Отчётные концерты • Посещение отчётного концерта ДЮТЦ. 	В течение года Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. • Групповая консультация • Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. • Индивидуальные консультации по развитию танцевальных способностей 	Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль Май

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Контроль успеваемости предполагает диагностику уровня освоения программы обучающимися на всех этапах ее реализации. Главные принципы его проведения и организации:

- систематичность;
- учет индивидуальных особенностей учащегося;
- сплочение коллектива.

Контроль выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют общие для всех этапов обучения критерии.

Критерии оценки эффективности результатов обучения:

- сформированность практических умений;
- наличие знаний теоретического материала и умение использовать их на практике;
- хорошая физическая подготовка и выносливость;
- положительные результаты творческих достижений воспитанников (выступления на концертах и участие в конкурсах)

Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- 1. Входной контроль** - проводится педагогом в начале учебного года и направлен на диагностику начального уровня учащегося. Это педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями.
- 2. Текущий** (промежуточный) - проводится в течение года обучения. Позволяет проследить степень усвоения учащимися содержания предлагаемого материала и выявить уровень развития физических способностей ребенка и специальных хореографических знаний и навыков. Имеет воспитательные цели, учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся. Это контрольное открытое занятие в конце

полугодия, показательные выступления, участие в концертах и конкурсах, итоговая аттестация.

3. Итоговый контроль - проводится в конце учебного года. Направлен на выявление уровня освоения программы за год и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого ребёнка.

Диагностические материалы, для проведения процедуры мониторинга

- комплексы контрольных заданий и упражнений;
- опросы и беседы по терминологии курса;
- проведение открытых уроков;
- зачеты по определенным темам;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня

Показатели и критерии диагностики образовательной программы «В ритме танца»

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению:

3-высокий уровень,

2- средний уровень,

1 – низкий, незначительный уровень.

Показатель	Критерии		
	3	2	1
O1 Знакомство с танцевальным миром уличной культуры. Формирование теоретических знаний и практических умений	Ребёнок владеет специальной терминологией и правилами исполнения движений уличного танца, знает позиции рук и ног, позы, применяет знания осознано	Ребёнок путается в специальной терминологии и в правилах исполнения движений уличного танца, знает позиции рук и ног, позы, применяет знания осознано, но допускает 2-3 ошибки.	Ребёнок не владеет специальной терминологией уличной культуры, плохо знает позиции рук и ног, позы, применяет знания неправильно, или не может применить
O2 Формирование представления танцевальных и музыкально-выразительных средств	Ребёнок безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок с первой попытки. Комбинации исполняются музыкально, в нужном ритме.	Ребёнок безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок не с первой попытки. Комбинации исполняются музыкально, но иногда сбивается с ритма.	Ребёнок неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки. Комбинации исполняются немusically, не справляется с ритмом.
O3 Совершенствование танцевальных навыков	Ребенок отлично осваивает материал, знает и понимает элементы уличного танца, применяет их в сочинении комбинаций и в	Ребенок хорошо осваивает материал, знает и понимает элементы уличного танца, но немного путается в теории и практике. Применяет	Ребенок плохо осваивает материал, смутно помнит элементы уличного танца. Не может применить в сочинении и

	импровизации.	частично танцевальные навыки в сочинении комбинаций и импровизации.	комбинации, а также плохо импровизирует.
О4 Формирование навыков артистизма, Ознакомление правил выступления на сцене.	Ребёнок творчески подходит к заданию, точно передает образ, с натуральностью, неповторимостью. Знает и применяет правила выступления на сцене	Ребёнок выполняет задание с достаточным творческим подходом, но без яркого образного показа. Иногда теряется на сцене.	Ребёнок не стремится предать заданный образ, комплексует при общем показе. Не понимает, что находится на сцене и делает против правил сцены.
О5 Научить составлению танцевальных комбинаций, в различных стилях уличной хореографии.	Ребенок умеет уверенно сочинять комбинации, понимает, как нужно играть в танце образ, слышит характер музыки.	Ребенок с подсказкой педагога может сочинить комбинации, не до конца открывает образ, чувствует характер музыки и может объяснить.	Ребенок отказывается сочинять комбинации, работать над образом.
Р1 Развитие индивидуальности в танцевальных и музыкальных, а также актерских способностях	Ребёнок исполняет любой уличный стиль, применяя основные базовые движения, теорию, артистичность, свободно импровизирует, легко сочиняет танцевальную лексику, а также креативно подходит к заданиям.	Ребёнок интересуется уличными стилями в основном на занятии, за пределами кабинета может повторить изученный материал, поработать дома над физическими данными.	Ребёнок ходит исключительно по инициативе родителей. Или по инициативе друзей и хорошей компании.
Р2 Развитие специфических навыков гибкости, пластичности и устойчивости.	У ребёнка хорошо сданы нормативы (пресс, спина, отжимания, складочка, лягушка).	У ребёнка нормативы сданы с натяжкой (пресс, спина, отжимания, складочка, лягушка).	У ребёнка нормативы не сданы(пресс, спина, отжимания)
Р3 Развитие физических качеств.	Ребенок отлично справляется с заданными нагрузками. Отлично отработаны такие качества как: выносливость, быстрота, координация и гибкость. Сдача ОФП на зачет	Ребенок справляется, но не со всеми заданными нагрузками, Средне отработаны такие качества как: выносливость, быстрота, координация и гибкость. Сдача ОФП с 2 попыток на зачет	Ребенок не справляется с заданными нагрузками, нет понимания важности ОФП, отказ от ОФП, не зачет по ОФП
Р4 Развитие артистичности и манеры поведения	Ребенок понимает, как нужно применять эмоции, чрез жесты мимику	Ребенок немного теряется и стесняется, но продолжает работать над собой,	Ребенок не понимает значимости актерских навыков в танце, отказывается от

	и пластику, правильно входит в роль	выполняя действия, дома работает перед зеркалом	упражнений, заданные педагогам.
Р5 Развитие сплоченности, командности и ответственности в коллективе	Ребёнок умеет приспосабливаться к любым ситуациям на занятии, отлично ладит с детьми в коллективе, ответственно относится к занятиям	Ребенок может переключиться и приспособиться к меняющимся ситуациям, но чувствует себя при этом не очень комфортно, почти ответственно относится к занятиям	Ребенок теряется при смене привычной обстановки, не может включиться в работу, если ход занятия изменён. Отказывается работать со всеми в одинаковых условиях, конфликтует с другими детьми коллектива, безответственно относится к занятиям
В1 Воспитание дисциплинированности и самоорганизация в коллективе	Ребенок очень ответственный, дисциплинированный, самостоятельно может приступить вспомнить материал прошлого урока, придумать образ и сочинить танец	Ребенок достаточно ответственный, но иногда может проявлять лень и недисциплинированность, не всегда выполняет задания.	Ребенок безответственный, недисциплинированный, не проявляет трудолюбия. Отказывается от выполнения задания.
В2 Воспитание лидерских качеств	Ребёнок может принять на себя ответственность, повести за собой других детей, принять какое-то решение	Ребёнок может выполнить персональное поручение, но не очень уверен в своих силах, постоянно ищет одобрения и поддержки своих действий.	Ребёнок не может выполнять персональных поручений, боится ответственности.
В3 Вовлечение детей, в систематические занятия физкультурой и спортом	Ребёнок легко справляется с любыми уровнями заданий ОФП, выполняет их легко и свободно, получает удовольствие при выполнении задания	Ребёнку дается не сразу какие-либо уровни ОФП, теряется в выполнении, нужно больше времени для понимания, чтобы освоить материал	Ребёнку сложно даются уровни ОФП, с трудностью справляется с заданиями
В4 Воспитание через любовь к танцевальному искусству.	Ребёнок интересуется уличной культурой, танцевальным искусством, ходит на чемпионаты, мастер-классы, концерты, смотрит популярные	Ребенку интересны занятия в классе, но вне занятий он не интересуется материалом, просмотрами и чтением об уличной культуре, дома может выполнить	Ребенку не интересен материал, он ходит на занятия по инициативе родителей. Или для комфортного времяпровождения со своими друзьями

	конкурсы, шоу, фильмы о танцах, читает литературу о танцах, дома выполняет самостоятельно задания, слушает музыку и импровизирует	самостоятельно задания, слушает музыку и возможно импровизирует	
В5 Воспитание целеустремленность и силу воли к поставленным задачам	Ребенок доводит начатую работу до конца, упорно развивает свои данные и способности, достигает всех поставленных задач, а также имеет крепкую силу воли	Ребенок не так быстро доводит начатую работу до конца, развивает свои данные и способности, медленно достигает поставленных задач, сила воли не ярко выраженная	Ребенок не доводит начатую работу до конца, развивает свои данные и способности без особого энтузиазма, отказывается от достижения поставленных задач, ослабленная сила воли

Методические материалы

Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения на занятиях.

Общим для каждого года обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля могут быть итоговые занятия один раз в полугодие, открытые занятия, выступления, конкурсы, зачеты, соревнования, которые также способствуют поддержанию интереса к занятиям, мотивирует детей на хороший результат. В познавательной части обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе занятия, анализа своего выступления и поиска решения предлагаемых обстоятельств.

Формы и методы работы

Основной формой работы является учебное занятие.

Важное место занимает работа по подготовке учащихся к различным мероприятиям - выступлениям на концертах, конкурсах и т.д.

Основные методы работы:

1. наглядный – практический показ;
2. словесный – объяснение;
3. творческий – самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов.

Литература

Для учащихся

1. Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей»
2. Р. Захаров «Сочинение танца. Страницы педагогического опыта»
3. И. А. Шипилина «Хореография в спорте: учебник для студентов»
4. С.С.Полятков «Основы современного танца»
5. Блондин Кале-Жермен "Твое тело. Подробная инструкция для пользователя, или как работают позвоночник, суставы и мышцы"

Для педагога

1. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин.- М., 1999.
2. Никитин В.Ю. Модерн-танец / В.Ю. Никитин.- М.: РАТИ (ГИТИС), 2000.
3. Я вхожу в мир искусства. Модерн-джаз танец. В.Ю. Никитин, Москва, 1998 г.
4. Методика учебно-творческой работы в самодеятельном танцевальном коллективе.- Л., 1972.
5. Никитин, В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца / В. Ю. Никитин. – Москва: Один из лучших, 2006 – 254 с.
6. Никитин, В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца./ Учебно-методическое пособие.- Москва: Один из лучших, 2010
7. Никитин, В. Ю. Модерн – джаз танец: этапы развития. Методика. Техника / В. Ю. Никитин. – Москва: Один из лучших» 2004 – 414 с., ил.
8. Раис Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Раис.- СПб., 2000.
9. Руднева С. Ритмика, музыкальное движение / С. Руднева, Э. Фиш.- М.: Просвещение, 1972.
10. Ткаченко Т.С. Работа с танцевальным коллективом / Т.С. Ткаченко.- М.: Искусство, 1985
11. Шаховская Т. Некоторые проблемы хореографической самодеятельности/ Т.Шаховская // Мастера эстрады и самодеятельности.- М.: Искусство, 1977.
12. Е.В. Горшкова «От жеста к танцу».

Интернет-источники

1. [https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B8%D0%BF-%D1%85%D0%BE%D0%BF_\(%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B8%D0%BF-%D1%85%D0%BE%D0%BF_(%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86))
2. <https://labocadance.ru/blog/vypusk-7/sovety-kak-nauchitsya-tancevat-xip-hop/>
3. https://vk.com/topic-17401881_30891610
4. <http://www.sncmedia.ru/body/khip-khop-dvizheniya-kotorye-my-lyubim-uzhe-iz-za-nazvaniy-v-dvizhushchikhsya-kartinkakh/>
5. <https://sovetunion.ru/the-names-of-the-movements-in-hip-hop-in-russian-how-to-learn-to-dance-hiphop-tips-for-girls-and-guys.html>