

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Протокол педагогического совета № 4
от «15» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 211 от «15» июня 2026 г.

Директор ДДЮТ _____ Н.А.Козлова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Хип-хоп»

Срок освоения 3 года
Возраст обучающихся 8 - 15 лет

Разработчик –
Меновщикова Виктория Владимировна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Хип-хоп» имеет **художественную направленность**.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ребенка. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

В процессе обучения дети совершенствуют навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства.

Адресат программы

Данная программа направлена на обучение мальчиков и девочек в возрасте 8-15 лет, желающих обучаться исполнительскому танцевальному искусству, не имеющих противопоказаний к занятиям хореографией (медицинское заключение).

Актуальность программы вызвана повышенной потребностью современных детей в двигательной активности и интересом детей к современному танцу и хореографии. Большую часть времени они проводят за уроками и работой на компьютере, что не позволяет их растущему организму получать физическую нагрузку в нужном объеме. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус ребенка.

Занятия по программе «Хип-хоп» способствуют физическому, психологическому росту детей. Учащиеся осваивают вначале простейшие танцевальные движения, развивающие мышцы и гибкость, обучаются координировать движения головы, корпуса, рук и ног, затем обучаются основам различных танцевальных техник, приобретают навыки актёрского мастерства, учатся самостоятельно сочинять танцевальные комбинации.

При изучении законов движения в соответствии с требованиями пластики и внешней выразительности у ребенка формируется эстетический вкус, развиваются художественные способности. Все это способствует творческому росту детей. Сложность материала зависит от возраста детей, от их физических, умственных, психических особенностей. Соответствует целям и задачам государственной политики в области воспитания гармонично развитой личности и Концепции развития дополнительного образования.

Уровень освоения программы

Программа имеет базовый уровень освоения.

Объем и срок освоения программы. Срок обучения по программе 3 года, общее количество часов – 444, (148 часов в год).

Целью программы является развитие у учащихся мотивации к творческой деятельности и совершенствование их физических данных через освоение хореографического искусства.

Задачи программы:

обучающие -

- изучение методики, теории, композиции современного танца

- развитие и укрепление физических данных ребенка; укрепление костно-мышечного аппарата и развитие умения держать хорошую осанку;
- освоение техники и принципов движения танца в стиле хип-хоп; формирование навыков свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- развитие чувства ритма и музыкального исполнения движений, координации, гибкости и подвижности опорно-двигательного аппарата;
- формировать способности обучающихся к социально-профессиональной адаптации в обществе;

развивающие -

- развитие творческой фантазии, освоение навыков импровизации, построение и создание авторских этюдов и комбинаций;
- умение работать в команде, освоение навыков синхронного исполнения движений;
- развитие у детей умения самостоятельно контролировать свою деятельность во время урока, видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять;
- развитие творческих коммуникативных навыков;
- развитие артистичного и эмоционального исполнения хореографических композиций.

воспитательные -

- воспитание у детей этики танцора (внешний вид, правила поведения в танцевальном зале и на сценических площадках);
- формирование личностных качеств танцора (дисциплина, трудолюбие, выносливость, целеустремленность, воля к победе);
- формирование социальной успешности (лидерские качества, самостоятельность, адекватная самооценка, наставничество);
- воспитание у детей уважительного отношения ко взрослым через общение с педагогом;
- воспитание у детей способности свободного и доверительного общения со сверстниками.

Планируемые результаты

предметные результаты:

- начальные знания методики и теории современного танца;
- физическое развитие, развитие костно-мышечного аппарата и хорошей осанки;
- технически и методически правильное исполнение элементов хип-хоп танца, овладение навыками свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- проявление чувства ритма, музыкальности и скоординированности исполнения движений, подвижность и гибкость опорно-двигательного аппарата;
- понимать важность целенаправленного раннего знакомства с миром профессий и уважительного отношения к любому труду;

метапредметные результаты:

- проявление творческой фантазии, навыки импровизации, умение сочинить танцевальную комбинацию;
- начальные навыки работы в команде, синхронное исполнение движений с другими учениками, проявление высокой работоспособности на занятиях;
- самоконтроль своей деятельности во время занятия, возможность видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять;
- проявление творческих коммуникативных навыков;
- артистичное и эмоциональное исполнение хореографических композиций, стремление к творческому росту.

личностные результаты:

- опрятный внешний вид, умения и навыки поведения в танцевальном зале;
- проявление дисциплины, трудолюбия, выносливости, целеустремленности;
- проявление лидерских качеств, самостоятельность;
- уважительное отношение ко взрослым;
- свободное и доверительное общение со сверстниками.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы государственный язык РФ, русский.

Форма обучения очная

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие, которое включает в себя:

1. Изучение нового материала;
2. Применение знаний на практике, формирование практических умений;
3. Контроль знаний

Групповые занятия.

Условия набора и в коллектив

Для обучения принимаются девочки и мальчики 8-15 лет, без начальной подготовки, желающие освоить мастерство современного танца хип-хоп.

Все дети должны иметь врачебное заключение (справку) об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией.

На второй и третий год обучения учащиеся проходят предварительный просмотр.

Условия формирования групп

Группы формируются по возрасту:

- 1 группа - 8-10 лет;
- 2 группа - 11-15 лет.

Количество обучающихся в группе

- 1 год - 15 чел.
- 2 год - 12 чел.
- 3 год - 10 чел.

Формы организации занятий

Программой предусмотрены групповые аудиторные занятия в хореографическом зале под руководством педагога.

Формы проведения занятий:

- открытое занятие (2 раза в год)
- репетиция
- мастер-класс
- тренинг.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (беседа, объяснение и показ танцевальных движений)
- коллективная (работа в коллективе, репетиции, выступления)
- групповая (работа в малых группах, сочинение танцевальных комбинаций)
- индивидуальная (работа с учащимися для закрепления и повторения пройденного материала).

Материально-техническое оснащение программы

- класс хореографии (зеркала, хореографические станки, профессиональное покрытие)
- музыкальный центр

- коврики для занятий на полу

На протяжении всего периода обучения, каждому учащемуся необходимо иметь на занятии:

- спортивную (свободную) форму;
- спортивную обувь (кроссовки);
- спортивные наколенники;
- скакалку.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, имеющий хореографическое образование (со специализацией по современному танцу).

Учебный план

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие Инструктаж по ОТ	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.	Базовые движения	28	4	24	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	24	2	22	Педагогическое наблюдение
4.	Изоляция	22	2	20	Педагогическое наблюдение
5.	Прыжки	28	4	24	Педагогическое наблюдение
6.	Вращение	24	4	20	Педагогическое наблюдение
7.	Творческое развитие	16	2	14	Педагогическое наблюдение
8.	Итоговые занятия	4	0	4	Педагогическое наблюдение
	Итого:	148	19	129	

Учебный план

2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	

1.	Вводное занятие Инструктаж по ОТ	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.	Базовые движения	28	4	24	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	24	2	22	Педагогическое наблюдение
4.	Изоляция	22	2	20	Педагогическое наблюдение
5.	Прыжки	20	2	18	Педагогическое наблюдение
6.	Вращение	18	2	16	Педагогическое наблюдение
7.	Кроссфит	14	2	12	Педагогическое наблюдение
8.	Творческое развитие	16	2	14	Педагогическое наблюдение
9.	Итоговые занятия	4	0	4	Педагогическое наблюдение
	Итого:	148	17	131	

Учебный план 3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие Инструктаж по ОТ	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.	Базовые движения	24	2	22	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	20	2	18	Педагогическое наблюдение
4.	Изоляция	20	2	18	Педагогическое наблюдение

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
5.	Прыжки	20	2	18	Педагогическое наблюдение
6.	Вращение	20	2	18	Педагогическое наблюдение
7.	Экзерсис модерн	10	1	9	Педагогическое наблюдение
8.	Кроссфит	10	1	9	Педагогическое наблюдение
9.	Творческое развитие	18	2	16	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговые занятия	4	0	4	Педагогическое наблюдение
	Итого:	148	15	133	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса первого года обучения

Учебный процесс направлен на ознакомление учащихся с элементарными понятиями танцевальной грамоты. Дети получают первоначальные представления об особенностях танцевального языка, осваивают приёмы современного танца, различных танцевальных направлений.

Задачи первого года обучения

Обучающие:

• Изучение методики и теории современного танца. Заложить основу (базу) движений современного танца:

- базовые grooves (качалки)
- различные rolls (круговые движения)
- footwork (работа стоп)
- running man (бегущий человек)
- Steve Martin (Стив Мартин)
- Criss Cross (Крис Крос)
- Развивать и укреплять физические данные ребёнка.
- Сформировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве. Научить технически и методически правильному исполнению элементов хип-хоп танца:
- bounce (пружина), double bounce (двойная пружина)
- rolls (круговые движения головой, плечами, руками, корпусом, бедрами, коленями, стопами)
- happy feet (веселые ножки), two lines (две линии)
- Развитие чувства ритма и музыкального исполнения движений

- Формировать способности обучающихся к социально-профессиональной адаптации в обществе;

Развивающие:

- Креативность (развитие творческой фантазии, освоение навыков импровизации, построение и создание авторских комбинаций)
- Командная работа (умение работать в команде и паре, освоение навыков синхронного исполнения движений)
- Критическое мышление (анализ, развитие у детей умения самостоятельно контролировать свою деятельность во время занятия, видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять)
- Коммуникация (развитие творческих коммуникативных навыков)
- Артистизм (развитие артистичного и эмоционального исполнения хореографических композиций)

Воспитательные:

- Этика танцора (внешний вид, правила поведения в танцевальном зале)
- Формирование личностных качеств танцора (дисциплина, трудолюбие, выносливость, целеустремленность, воля к победе)
- Формирование социальной успешности (лидерские качества, самостоятельность)
- Воспитание у детей уважительного отношения ко взрослым через общение с педагогом
- Воспитание у детей способности свободного и доверительного общения со сверстниками

Планируемые результаты

К концу первого года обучения учащиеся будут:

Предметные результаты:

- Начальные знания методики и теории современного танца; правильно исполнять базовые движения современного танца, базовые grooves (качалки), различные rolls (круговые движения), footwork (работа стоп), running man (бегущий человек), Steve Martin (Стив Мартин)
- Физическое развитие (в соответствии с возрастом), развитие костно-мышечного аппарата и хорошей осанки;
- Технически и методически правильное исполнение элементов хип-хоп танца, владение навыками свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- bounce (пружина), double bounce (двойная пружина)
- rolls (круговые движения головой, плечами, руками, корпусом, бедрами, коленями, стопами)

● happy feet (веселые ножки), two lines (две линии)

● Проявление чувства ритма, музыкальности и скоординированности исполнения движений, подвижность и гибкость опорно-двигательного аппарата; Пони

● мать важность целенаправленного раннего знакомства с миром профессий и уважительного отношения к любому труду.

Метапредметные результаты:

- Проявление творческой фантазии, навыки импровизации, умение сочинить танцевальную комбинацию;
- Начальные навыки работы в команде и паре, синхронное исполнение движений с другими учениками, проявление высокой работоспособности на занятиях;
- Самоконтроль своей деятельности во время занятий, возможность видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять;
- Проявление творческих коммуникативных навыков;

- Артистичное и эмоциональное исполнение хореографических композиций, стремление к творческому росту;

Личностные результаты:

- Опрятный внешний вид, умения и навыки поведения в танцевальном зале;
- Проявление дисциплины, трудолюбия, выносливости, целеустремленности;
- Проявление лидерских качеств, самостоятельность;
- Уважительное отношение ко взрослым;
- Свободное и доверительное общение со сверстниками.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для группы 1-го года обучения)

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
1	вводное занятие	2		
2	базовые движения (grooves, footwork)	2		
3	прыжки (Allegro)	2		
4	вращения (tours, rolls)	2		
5	партер	2		
6	изоляция	2		
7	базовые движения (grooves, footwork)	2		
8	прыжки (Allegro)	2		
9	вращения (tours, rolls)	2		
10	изоляция	2		
11	базовые движения (grooves, footwork)	2		
12	прыжки (Allegro)	2		
13	партер	2		
14	изоляция	2		
15	творческое развитие	2		
16	базовые движения (grooves, footwork)	2		
17	прыжки (Allegro)	2		
18	вращения (tours, rolls)	2		
19	партер	2		
20	изоляция	2		
21	базовые движения (grooves, footwork)	2		
22	прыжки (Allegro)	2		
23	вращения (tours, rolls)	2		
24	партер	2		
25	изоляция	2		
26	базовые движения (grooves, footwork)	2		
27	прыжки (Allegro)	2		
28	вращения (tours, rolls)	2		
29	партер	2		

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
30	изоляция	2		
31	базовые движения (grooves, footwork)	2		
32	прыжки (Allegro)	2		
33	вращения (tours, rolls)	2		
34	итоговые занятия	2		
35	творческое развитие	2		
36	базовые движения (grooves, footwork)	2		
37	прыжки (Allegro)	2		
38	вращения (tours, rolls)	2		
39	партер	2		
40	изоляция	2		
41	базовые движения (grooves, footwork)	2		
42	прыжки (Allegro)	2		
43	партер	2		
44	творческое развитие	2		
45	базовые движения (grooves, footwork)	2		
46	прыжки (Allegro)	2		
47	вращения (tours, rolls)	2		
48	партер	2		
49	изоляция	2		
50	творческое развитие	2		
51	базовые движения (grooves, footwork)	2		
52	прыжки (Allegro)	2		
53	вращения (tours, rolls)	2		
54	партер	2		
55	изоляция	2		
56	творческое развитие	2		
57	базовые движения (grooves, footwork)	2		
58	прыжки (Allegro)	2		
59	вращения (tours, rolls)	2		
60	партер	2		
61	изоляция	2		
62	творческое развитие	2		
63	базовые движения (grooves, footwork)	2		
64	прыжки (Allegro)	2		
65	вращения (tours, rolls)	2		
66	партер	2		
67	изоляция	2		
68	творческое развитие	2		
69	базовые движения (grooves, footwork)	2		
70	прыжки (Allegro)	2		
71	вращения (tours, rolls)	2		
72	итоговые занятия	2		

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
73	партер	2		
74	творческое развитие	2		
	Всего	148		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие

Теория: Введение в предмет. Понятие о современном хип-хоп танце, командная работа, танцевальных направлениях. История зарождения современного танца, истоки возникновения. Разновидности стилей танцевальных направлений, возможное музыкальное сопровождение для каждого стиля. Просмотр видео материала с известными командами современного танца. Обсуждение. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Пробные движения современного танца.

2. Изоляция

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Позиции ног: 1, 2, 3, 4, 5
- Подготовительная, 1, 2, 3 поз рук
- Понятие en dedan, en dehors
- Условные градусы: 25°, 45°, 90°
- Preparation для рук
- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения выполняются вперед, назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
- Плечи: прямые направления крест, квадрат, полукруги и круги, “восьмерка”.
- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад.
- Наклоны корпуса
- Работа бедрами: крест, квадрат, круги, полукруги.
- Руки: изолированные движения (круги и полукруги кистью, предплечью, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции).
- Ноги: изолированные движения (стопы, голеностопа). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение.

3. Партер

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Работа стоп
- Изоляция на колени
- «Свечка»
- «Мостик» малый, большой.
- «Складочка»
- «Лягушка»
- «Корзинка»
- «Лодка»
- Упражнения на изоляцию

- Упражнения на укрепление спины
- Движения на коленях (для развития устойчивости на одной ноге)
- Упражнения stretch-характера («растяжки»)

4. Базовые движения (grooves, footwork)

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Bounce (пружина)
- Double bounce (двойная пружина)
- Rocking(прямой кач назад, вперед и в сторону)
- Skateboard (прыжок с поворотом стоп)
- Happy feet (веселые ножки)
- Two lines (две линии)

5. Прыжки

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Развитие физической выносливости.

- Бег по кругу, на месте, с “высокими” коленями,
- Прыжки (“поджатые”, с прямыми ногами, в повороте)
- Ритмические прыжки
- Criss-Cross(крест-вторая позиция)
- Прыжки в повороте
- Прыжки на скакалке (по 6 поз.н, бег вперед и назад, поджатые)
- Running Man (бегущий человек)

6. Вращения

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Вращения рук, ног, корпуса
- Подготовка к вращениям
- Вращения на месте
- Вращения в продвижении

7. Творческое развитие

- Задания на развитие творческой фантазии
- Самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций
- Работа в парах, в малых группах

8. Итоговые занятия

Открытые занятия для родителей, показ подготовленных за год выступлений, подведение итогов учебного года.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса второго года обучения

На данном этапе обучения дети знакомятся с методикой современного танца (хип-хоп), они не только исполняют движения, но и знают правила исполнения, готовятся к сдаче экзамена (знание теории и методики исполнения), возможные ошибки и их последствия. Продолжают изучать базовые движения хип-хоп танца. В данной возрастной группе проводятся занятия общей физической подготовки, целью которой является гармоничное развитие, воспитание двигательной культуры, укрепление здоровья, расширение арсенала выразительных средств.

Также, дети осваивают различные направления современного танца и приобретают навыки по выбору музыкального материала.

Задачи второго года обучения

Обучающие

- Изучение методики и теории современного танца. Научить правильному исполнению основных движений современного танца:
- Продолжать развивать и укреплять физические данные ребёнка, закрепить умение держать правильную осанку.
- Продолжать формировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве. Научить технически и методически правильному исполнению элементов хип-хоп танца:
 1. bounce (пружина), double bounce (двойная пружина), rocking(прямой кач вперед, назад, в сторону)
 2. rolls (круговые движения головой, плечами, руками, корпусом, бедрами, коленями, стопами)
 3. happy feet (веселые ножки), two lines (две линии) с корпусом и движением рук
- Совершенствовать чувство ритма и музыкальное исполнение движений(четкий ровный ритм с добавлением синкоп-синкопированный ритм)
- Формировать способности обучающихся к социально-профессиональной адаптации в обществе;

Развивающие

- Развитие творческой фантазии, освоение навыков импровизации, построение и создание своих танцевальных комбинаций.
- Умение работать в малой группе, освоение навыков синхронного исполнения движений в малой группе.
- Развитие аналитического мышления, развитие у детей умения самостоятельно контролировать свою деятельность во время занятия, видеть свои ошибки.
- Развитие творческих коммуникативных навыков, уметь распознавать свое состояние.
- Совершенствовать артистичное и эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций.

Воспитательные

- Воспитание у детей этики танцора (внешний вид, правила поведения в танцевальном зале и на сценических площадках);
- Формирование личностных качеств танцора (дисциплина, трудолюбие, выносливость, целеустремленность, воля к победе);
- Формирование социальной успешности (лидерские качества, самостоятельность, адекватная самооценка, наставничество);
- Воспитание у детей уважительного отношения ко взрослым через общение с педагогом;
- Воспитание у детей способности свободного и доверительного общения со сверстниками.

Планируемые результаты

К концу второго года обучения учащиеся будут:

Предметные результаты:

- Правильно исполнять базовые движения современного танца:
 1. базовые grooves (качалки)
 2. различные rolls (круговые движения)
 3. footwork (работа стоп)
- Физически развиты (в соответствии с возрастом), иметь развитый костно-мышечный аппарат, умение держать хорошую осанку;

- Уметь проявлять навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве. Технически и методически правильно исполнять элементы хип-хоп танца:
- Watergate (водяные ворота)
- Cabbage Patch (капустная грядка)
- Roger Rabbit (кролик Роджер)
- Проявлять чувство ритма и музыкальность исполнения движений(в соответствии с программой второго года обучения);
- Понимать важность целенаправленного раннего знакомства с миром профессий и уважительного отношения к любому труду;

Метапредметные результаты:

- Проявление творческой фантазии, навыки импровизации, умение сочинить свою танцевальную комбинацию;
- Начальные навыки работы в малой группе, синхронное исполнение движений с другими учениками, проявление высокой работоспособности на занятиях;
- Проявление аналитического мышления, самоконтроль своей деятельности во время занятий, возможность видеть свои ошибки;
- Проявление творческих коммуникативных навыков(умение распознавать свое состояние);
- Артистичное и эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций, стремление к творческому росту;

Личностные результаты:

- Опрятный внешний вид, умения и навыки поведения в танцевальном зале и на выступлениях;
- Проявление дисциплины, трудолюбия, выносливости, целеустремленности;
- Проявление лидерских качеств, самостоятельность;
- Уважительное отношение ко взрослым;
- Свободное и доверительное общение со сверстниками.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для группы 2-го года обучения)

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
1	вводное занятие	2		
2	базовые движения (grooves, footwork)	2		
3	прыжки (Allegro)	2		
4	вращения (tours, rolls)	2		
5	партер	2		
6	изоляция	2		
7	базовые движения (grooves, footwork)	2		
8	прыжки (Allegro)	2		
9	вращения (tours, rolls)	2		
10	изоляция	2		
11	базовые движения (grooves, footwork)	2		
12	прыжки (Allegro)	2		

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
13	партер	2		
14	изоляция	2		
15	творческое развитие	2		
16	базовые движения (grooves, footwork)	2		
17	прыжки (Allegro)	2		
18	вращения (tours, rolls)	2		
19	партер	2		
20	изоляция	2		
21	базовые движения (grooves, footwork)	2		
22	вращения (tours, rolls)	2		
23	кроссфит	2		
24	партер	2		
25	изоляция	2		
26	базовые движения (grooves, footwork)	2		
27	прыжки (Allegro)	2		
28	вращения (tours, rolls)	2		
29	партер	2		
30	изоляция	2		
31	базовые движения (grooves, footwork)	2		
32	кроссфит	2		
33	вращения (tours, rolls)	2		
34	итоговые занятия	2		
35	творческое развитие	2		
36	базовые движения (grooves, footwork)	2		
37	прыжки (Allegro)	2		
38	кроссфит	2		
39	партер	2		
40	изоляция	2		
41	базовые движения (grooves, footwork)	2		
42	прыжки (Allegro)	2		
43	партер	2		
44	творческое развитие	2		
45	базовые движения (grooves, footwork)	2		
46	прыжки (Allegro)	2		
47	кроссфит	2		
48	партер	2		
49	изоляция	2		
50	творческое развитие	2		
51	базовые движения (grooves, footwork)	2		
52	кроссфит	2		
53	вращения (tours, rolls)	2		

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
54	партер	2		
55	изоляция	2		
56	творческое развитие	2		
57	базовые движения (grooves, footwork)	2		
58	прыжки (Allegro)	2		
59	кроссфит	2		
60	партер	2		
61	изоляция	2		
62	творческое развитие	2		
63	базовые движения (grooves, footwork)	2		
64	прыжки(Allegro)	2		
65	вращения(tours, rolls)	2		
66	партер	2		
67	изоляция	2		
68	творческое развитие	2		
69	базовые движения (grooves, footwork)	2		
70	кроссфит	2		
71	вращения (tours, rolls)	2		
72	итоговые занятия	2		
73	партер	2		
74	творческое развитие	2		
	Всего	148		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие

Теория: Понятия: коллективная работа, танцевальные направления. Разновидности стилей танцевальных направлений, возможное музыкальное сопровождение для каждого стиля. Просмотр видеоматериала о современном танце в исполнении известных хип-хоп команд. Обсуждение. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Разминка. Пробные движения современного танца.

2. Изоляция

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Позиции ног: 1, 2, 3, 4, 5
- Подготовительная, 1, 2, 3 поз рук
- Понятие en dedan, en dehors
- Условные градусы: 25°, 45°, 90°
- Preparation для рук
- 1, 2, 3 port de bras
- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения выполняются вперед, назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
- Плечи: прямые направления крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка».
- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.

- Наклоны корпуса
- Работа бедрами: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».
- Руки: изолированные движения, круги и полукруги кистью, предплечью, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции.
- Ноги: изолированные движения (стопы, голеностопа). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение.

3. Партер

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Работа стоп
- Изоляция на колени
- «Свечка»
- «Мостик» малый, большой, с поднятием ноги
- «Складочка»
- «Лягушка»
- «Корзинка»
- «Лодка»
- Plie
- Battement tendu
- Battement tendu jeté
- Passe
- Releve lent на 45, 90, 180
- Battement développé на 90
- Grand battement jeté
- Шпагат во все направления
- «Колесо»
- Упражнения на изоляцию
- «Мостик» с переворотом
- Упражнения на укрепление спины
- Движения на коленях (для развития устойчивости на одной ноге)
- Стойка на руках
- Упражнения stretch-характера («растяжки»)

4. Базовые движения (grooves, footwork)

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Bounce (пружина)
- Double bounce (двойная пружина)
- Прямой кач назад, вперед и в сторону
- Skateboard (прыжок с поворотом стоп)
- Happy feet (веселые ножки)
- Two lines (две линии)
- Watergate (водяные ворота)
- Cabbage Patch (капустная грядка)
- Roger Rabbit (кролик Роджер)

5. Прыжки

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Развитие физической выносливости.

- Бег по кругу, на месте, с “высокими” коленями,
- Прыжки (“поджатые”, с прямыми ногами, в повороте)
- Ритмические прыжки
- Criss-Cross(крест-вторая позиция)
- Прыжки в повороте
- Прыжки на скакалке (по 6 поз.н, бег вперед и назад, поджатые)
- Running Man (бегущий человек)

6. Вращения

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Вращения рук, ног, корпуса
- Подготовка к вращениям
- Вращения на месте
- Вращения в продвижении

7. Творческое развитие

- Задания на развитие творческой фантазии
- Самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций
- Работа в парах, в малых группах

8. CrossFit (кроссфит)

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация их.

Практика: Развитие физической выносливости.

- Бег по кругу, на месте, с “высокими” коленями,
- Прыжки (“поджатые”, с прямыми ногами, в повороте)
- Планка (прямая, боковая)
- Упражнение на пресс
- Отжимания
- Прыжки на скакалке (по 6 поз.н, бег вперед и назад, поджатые, двойные)
- Прыжки на скакалке (в виде комбинаций)
- Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
- Шаги по квадрату.
- Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
- Подготовка к вращениям по 6 поз. ног
- Работа головы во время вращения
- Tours по 2 и 6 поз.ног
- Прыжки по диагонали
- Вращения по диагонали
- Проезд на коленях по диагонали
- Grand battement jete (большие броски) по прямой, вперед, назад, в сторону.

9. Итоговые занятия.

Открытые занятия для родителей, показ подготовленных за год выступлений, подведение итогов учебного года.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса третьего года обучения

На данном этапе ученики, опираясь на полученные знания, совершенствуют уровень исполнения современного танца, осваивают и развивают более трудные исполнительские приемы, отрабатывают силу рук и ног, выворотность, «шаг», прыжок, координацию и физическую выносливость. Дети продолжают знакомство с современным танцем, овладевают разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных направлений, в значительной степени расширяют и обогащают свои исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Учащиеся узнают четкую последовательность исполнения основных движений, учатся правильно и чисто исполнять каждое движение, таким образом повышая уровень своего мастерства. Учатся сочинять свои танцевальные комбинации. Участвуют в хореографических выступлениях и в массовых мероприятиях, где знакомятся с творчеством других детских хореографических коллективов.

Задачи третьего года обучения:

Обучающие:

- Изучение методики и теории современного танца. Базовые движения хип-хоп танца (следующий уровень):
- базовые grooves (качалки)
- различные rolls (круговые движения)
- footwork (работа стоп)
- running man (бегущий человек)
- Steve Martin (Стив Мартин)
- Criss Cross (Крис Крос)

Движения исполняются с большей амплитудой, добавляется “многоуровневость”, движения координируются с работой руками, корпусом, головой, совершенствуем изоляцию.

- Продолжаем развивать и укреплять физические данные ребёнка, укрепляем костно-мышечный аппарат, совершенствуем умение держать правильную осанку
- Продолжаем формировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве. Продолжаем развивать навыки технического и методически правильного исполнения элементов хип-хоп танца:
- bounce (пружина), double bounce (двойная пружина)
- rolls (круговые движения головой, плечами, руками, корпусом, бедрами, коленями, стопами)
- happy feet (веселые ножки), two lines (две линии) с работой рук, головы, корпуса
- Watergate (водяные ворота)
- Bart Simpsons
- Cabbage Patch (капустная грядка)
- Roger Rabbit (кролик Роджер)
- Совершенствуем чувство ритма и музыкального исполнения движений (усложняем ритмические рисунки, вводим понятие “teaming” в движении)
- Приобретение знаний об истории и видах современных танцев

Развивающие:

- Креативность (продолжаем развивать творческую фантазию, совершенствуем навыки импровизации, сочиняем свои танцевальные композиции)
- Командная работа (умение работать в целой группе, освоение навыков синхронного исполнения движений в целой группе)

- Критическое мышление (продолжаем развитие аналитического мышления, развитие у детей умения самостоятельно контролировать свою деятельность во время занятия, видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять)
- Коммуникация (развитие творческих коммуникативных навыков, уметь распознавать состояние другого человека)
- Артистизм (совершенствовать артистичное и эмоциональное исполнение танцевальных композиций)

Воспитательные:

- Этика танцора (внешний вид, правила поведения на батлах)
- Формирование личностных качеств (выносливость)
- Формирование социальной успешности (развитие лидерских качеств)
- Воспитание межличностных отношений(культура поведения на конкурсах, фестивалях)
- Сценическая деятельность(умение адекватно относиться к победам и проигрышам)

Планируемые результаты

К концу третьего года обучения учащиеся будут:

Предметные результаты

- Знать и применять методику базовых движений современного танца:
- «базовые grooves (качалки)
- различные rolls (круговые движения)
- hits(удары) головой, плечами, бедрами
- footwork (работа стоп) two lines с groove и с руками
- running man (бегущий человек) с вариациями рук, в повороте
- funky chicken
- Criss Cross (Крис Крос) в сильную и слабую доли, с grooves
- Физически развиты (в соответствии с возрастом), держать правильную осанку
- Уметь проявлять навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве
- Технически и методически правильно исполнять элементы хип-хоп танца:
- базовые grooves(Rocking вперед, назад и в сторону, кач на открытие и на закрытие)
- Watergate (водяные ворота)
- Cabbage Patch (капустная грядка)
- Roger Rabbit (кролик Роджер)
- Проявлять чувство ритма и музыкальность исполнения движений(в соответствии с программой третьего года обучения)
- Знать историю и виды современной хореографии

Метапредметные результаты

- Проявление творческой фантазии, навыки импровизации, умение сочинить свою танцевальную композицию;
- Начальные навыки работы в целой группе, синхронное исполнение движений с другими учениками, проявление высокой работоспособности на занятиях;
- Проявление аналитического мышления, самоконтроль своей деятельности во время занятий, возможность видеть свои ошибки и самостоятельно их исправлять;
- Проявление творческих коммуникативных навыков(умение распознавать состояние другого человека);
- Артистичное и эмоциональное исполнение танцевальных композиций стремление к творческому росту;

Личностные результаты

- Опрятный внешний вид, умения и навыки поведения на батлах;
- Проявление выносливости, способность к высоким нагрузкам;
- Проявление лидерских качеств;
- Уважительное отношение и культура поведения на конкурсах и фестивалях;
- Понимать причины успеха/неуспеха своей творческой деятельности

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для группы 3-го года обучения)

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
1	вводное занятие	2		
2	базовые движения (grooves, footwork)	2		
3	прыжки (Allegro)	2		
4	вращения (tours, rolls)	2		
5	партер	2		
6	изоляция	2		
7	базовые движения (grooves, footwork)	2		
8	прыжки (Allegro)	2		
9	вращения (tours, rolls)	2		
10	изоляция	2		
11	экзерсис-модерн	2		
12	прыжки (Allegro)	2		
13	партер	2		
14	изоляция	2		
15	творческое развитие	2		
16	базовые движения (grooves, footwork)	2		
17	прыжки (Allegro)	2		
18	кроссфит	2		
19	партер	2		
20	творческое развитие	2		
21	базовые движения (grooves, footwork)	2		
22	экзерсис-модерн	2		
23	вращения (tours, rolls)	2		
24	партер	2		
25	изоляция	2		
26	базовые движения (grooves, footwork)	2		
27	прыжки (Allegro)	2		
28	вращения (tours, rolls)	2		
29	кроссфит	2		
30	изоляция	2		
31	базовые движения (grooves, footwork)	2		
32	прыжки (Allegro)	2		

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
33	вращения (tours, rolls)	2		
34	итоговые занятия	2		
35	творческое развитие	2		
36	базовые движения (grooves, footwork)	2		
37	прыжки (Allegro)	2		
38	вращения (tours, rolls)	2		
39	партер	2		
40	изоляция	2		
41	базовые движения (grooves, footwork)	2		
42	экзерсис-модерн	2		
43	партер	2		
44	творческое развитие	2		
45	базовые движения (grooves, footwork)	2		
46	прыжки (Allegro)	2		
47	вращения (tours, rolls)	2		
48	кроссфит	2		
49	изоляция	2		
50	творческое развитие	2		
51	базовые движения (grooves, footwork)	2		
52	прыжки (Allegro)	2		
53	вращения (tours, rolls)	2		
54	партер	2		
55	изоляция	2		
56	творческое развитие	2		
57	базовые движения (grooves, footwork)	2		
58	экзерсис-модерн	2		
59	вращения (tours, rolls)	2		
60	партер	2		
61	изоляция	2		
62	творческое развитие	2		
63	базовые движения (grooves, footwork)	2		
64	кроссфит	2		
65	вращения (tours, rolls)	2		
66	партер	2		
67	изоляция	2		
68	творческое развитие	2		
69	экзерсис-модерн	2		
70	прыжки (Allegro)	2		
71	кроссфит	2		
72	итоговые занятия	2		
73	партер	2		
74	творческое развитие	2		
	Всего	148		

СОДЕРЖАНИЕ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие

Теория: Просмотр видеоматериала о современном танце в исполнении известных коллективов.

Обсуждение. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Разминка. Повторение ранее изученных движений современного танца.

2. Изоляция

Теория: Правила исполнения каждого движения и демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Позиции ног: 1, 2, 3, 4, 5
- Подготовительная, 1, 2, 3 поз рук
- Понятие en dedan, en dehors
- Условные градусы: 25°, 45°, 90°
- Preparation для рук
- 1, 2, 3 port de bras
- позы croisee, efface и ecarte
- 1, 2, 3 arabesque
- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения выполняются вперед, назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
- Плечи: прямые направления крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист.
- Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.
- Наклоны торса
- Пелвис (тазобедренный отдел): крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».
- Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечью, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции.
- Ноги: движения изолированных ареалов (стопы, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение.

3. Партер

Теория: Правила исполнения каждого движения и демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Работа стоп
- Изоляция на колени
- «Орешек»
- «Белка на дереве» с руками в 3 поз. рук
- «Свечка»
- «Мостик» малый, большой, с поднятием ноги
- «Складочка»
- «Лягушка»
- «Корзинка»
- «Лодка»
- Plie
- Battement tendu
- Battement tendu jeté
- Passe
- Releve lent на 45, 90, 180
- Battement developpe на 90

- Grand battement jeté
- Шпагат во все направления
- «Колесо»
- Упражнения на изоляцию
- «Мостик» с переворотом
- Упражнения на укрепление спины
- Движения на коленях (для развития устойчивости на одной ноге)
- Стойка на руках
- Упражнения stretch-характера («растяжки»)

4. Базовые движения (grooves, footwork)

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Bounce (пружина)
- Double bounce (двойная пружина)
- Прямой кач назад, вперед и в сторону
- Skateboard (прыжок с поворотом стоп)
- Happy feet (веселые ножки)
- Two lines (две линии)
- Watergate (водяные ворота)
- Cabbage Patch (капустная грядка)
- Roger Rabbit (кролик Роджер)

5. Прыжки

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Развитие физической выносливости.

- Бег по кругу, на месте, с «высокими» коленями,
- Прыжки («поджатые», с прямыми ногами, в повороте)
- Ритмические прыжки
- Criss-Cross(крест-вторая позиция)
- Прыжки в повороте
- Прыжки на скакалке (по 6 поз.н, бег вперед и назад, поджатые)
- Running Man (бегущий человек)

6. Вращения

Теория: Правила исполнения каждого движения, демонстрация исполнения.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Вращения рук, ног, корпуса
- Подготовка к вращениям
- Вращения на месте
- Вращения в продвижении

7. Творческое развитие

- Задания на развитие творческой фантазии
- Самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций
- Работа в парах, в малых группах

8. Экзерсис - модерн

Теория: Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывает правильное исполнение.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Demi и Grand plie по параллельным и выворотным поз. ног
- Battement tendu с сокращенной и вытянутой стопой
- Battement tendu jete с сокращенной и вытянутой стопой
- Battement fondu носком в пол
- Battement developpe
- Grand battement jeté

9. «Кроссфит»

Теория: Правила исполнения каждого движения и демонстрация их.

Практика: Освоение и отработка движений.

- Марш
 - Подскоки
 - Галоп
 - Шаг с носка
 - Pas couru
 - Pas польки
 - Прыжки на скакалке (по 6 поз.н, бег вперед и назад, поджатые, двойные)
 - Прыжки на скакалке (в виде комбинаций)
 - Saute
 - Pas echange, Pas echange с окончанием на одну ногу
 - Changement de pied
 - Pas assemble
 - Pas jete
 - Pas glissade
 - Grand echange
 - Ferme
 - Ouverte
 - Pas chasse
 - Sisson в 1 arabesque.
1. Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
 2. Шаги по квадрату.
 - Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
 - Подготовка к вращениям по 6 поз. ног
 - Работа головы во время вращения
 - Tours по 2 и 6 поз.ног

10. Итоговые занятия.

Открытые занятия для родителей, показ подготовленных за год выступлений, подведение итогов учебного года.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Педагогические технологии, используемые на занятиях:

Название технологии	Практика применения
Личностно-ориентированное обучение	Дифференциация и индивидуализация обучения: <i>индивидуальная работа</i> с целью дать индивидуальные рекомендации по коррекции недостатков и с целью индивидуальной проработки хореографических упражнений (например, в случае отставания ребёнка из-за продолжительного периода болезни и пропуска занятий); <i>индивидуально-групповая форма работы</i> в хореографическом коллективе предполагает объяснение ребёнку специфики индивидуального выступления перед коллективом, корректное исправление недочётов; <i>работа с небольшими группами</i> позволяет уделить внимание небольшой группе детей, в то же время дать отдохнуть другим.
Технология сотрудничества	Предполагает совместное сотворчество, где педагог выступает в роли со-творца, который направляет детей.
Технология саморазвития	Научить ребёнка видеть и уметь исправлять свои ошибки, развивая самостоятельность, ответственность. Привить навыки самоконтроля: научить самостоятельной проработке своих недостатков и мотивировать на выполнение домашних заданий, отработку упражнений в домашних условиях, следуя рекомендациям педагога (приложение 4).
Технология развивающего обучения	После того как дети освоили материал, переходим к усложнению программы. Все упражнения и движения разучиваются от простого к сложному и вытекают одно из другого, что ведёт к качественному развитию, и переходу на новый уровень исполнительского мастерства.
Информационная технология	Позволяют демонстрировать детям различный профессиональный видео и фото материал, что помогает лучшей визуализации знаний, мотивации и стремлению к идеальному исполнению. Расширяет общий кругозор, культурную грамотность и осведомленность в области балета и искусства.
Здоровьесберегающие	Содержание программы направлено на выработку у детей стремления к ведению здорового и активного образа жизни.

Структура занятия:

Занятие состоит из нескольких частей:

- разминка (разогрев) - работа разных частей тела (изоляция);
- базовые движения в стиле хип-хоп;
- разучивание танцевальных комбинаций;
- работа с пространством класса (диагонали, круги);
- силовая часть урока (планка, отжимания, упражнения на пресс, бег и прыжки на месте);
- партерная часть урока (растяжки).

Методы и приемы обучения:

Хореографическое искусство требует от учащихся умения ориентироваться в нестандартных ситуациях, поэтому возникает необходимость наряду с традиционными методами и приемами работы такими как:

Метод самостоятельной работы:

- творческие задания;
- импровизация;
- повторение и закрепление;
- самоанализ;
- перевод из одного пространства в другое;
- самостоятельная работа над физическими данными.

Индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Применение ИКТ:

- работа с ЭОР (использование мультимедийных материалов, презентаций, фрагментов фильмов, работа с электронными источниками: сайты, словари, энциклопедии);
- рекомендательные упражнения, которые выкладываются в группу студии, например, приложение 3.
- Гугл-тесты на проверку теоретических знаний
- Видео-занятия на разную тематику

Словесные:

- рассказ педагога;
- объяснение методики исполнения движения;
- анализ
- опрос;
- повторение и закрепление.

Наглядные:

- качественный показ;
- демонстрация отдельных частей и всего движения;
- просмотр видеоматериалов и фото с профессиональным исполнением упражнений, выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, части из балетов, соответствующих году обучения, для повышения общего уровня развития учащихся;
- синхронное и зеркальное восприятие.

Практические:

- упражнения в партере;
- повторение и закрепление;

- упражнения на растяжку;
- творческие задания;
- сюжетно-ролевые образы в импровизации;
- метод тренинга (игры на развитие свободного ориентирования в пространстве и слаженности группы).

Эмоциональное:

- подбор ассоциаций, образов, при изучении движений, что позволяет детям быстрее понять и запомнить материал, например, «показать сапожки» - выставить ногу на каблук. Пользуясь различными образно – игровыми приемами, можно заниматься партерной гимнастикой: «куклы в магазине» - упражнения для шеи, «ванька–встанька» - лечь, встать, наклон, и т. д.;
- создание художественных впечатлений;
- метод компромиссного решения (встать рядом, пожать руку – передать энергетику, смена ролей).

Метод оценивания своего исполнения и других учащихся

Метод контактных занятий (танцевальная игра). Педагог является соавтором, сначала он ведущий, потом учащиеся.

Ребенок должен запоминать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Это позволяет быстро воспринимать словесную информацию педагога.

Знать и применять правила исполнения движений современного танца, что позволит в освоении и исполнении более трудных движений.

С первых занятий важна работа над культурой исполнения движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Неотъемлемой частью обучения является знакомство с творчеством известных команд мира и ведущих танцовщиков через просмотр видеоматериалов и, по возможности, посещение концертов с их участием. Всё это дает толчок к стремлению постигнуть высшие ступени хореографического искусства.

Электронные образовательные ресурсы

Тема (Раздел)	Учебно-методические материалы	Проверочные задания	Срок (период)	Форма обратной связи
Изоляция	Балет Матса Эка «Кармен»	Посмотреть 1 акт балета Матс Эка «Кармен»	2 недели	Беседа
Партер	Видеозапись открытого урока по современному танцу студии «Каннон Данс», педагог Наталья Каспарова	Посмотреть видеозапись открытого урока по современному танцу студии «Каннон Данс», педагог Наталья Каспарова	2 недели	Выбрать три танцевальных элемента с видеозаписи и показать их

Тема (Раздел)	Учебно-методические материалы	Проверочные задания	Срок (период)	Форма обратной связи
Базовые движения	Видеозапись открытого урока по современному танцу	Посмотреть видеозапись открытого урока по современному танцу	2 недели	Выбрать три танцевальных элемента с видеозаписи и показать их
Кроссфит	видеоматериалы фитнес-программ	Посмотреть видеоматериалы фитнес-программ	1 месяц	Беседа

Информационные источники

Литература для педагога

1. Александрова, Н.А. Балет. Танец. Хореография: Танец [Текст]: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / сост.: Н. А. Александрова. - Изд. 2-е, испр. и доп. - Санкт-Петербург [и др.]: Планета музыки [и др.], 2011. - 622 с.: ил.; 15 см. - (Мир культуры, истории и философии); ISBN 978-5-8114-0837-5 (Лань). – Текст: непосредственный.
2. Н. П. Базарова, В. П. Мей Азбука классического танца: первые три года обучения / Н. П. Базарова, В. П. Мей. - 5-е изд., стер. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2010. - 239, 32 с.: ил., портр., табл.; 21 см.; ISBN 978-5-8114-0658-6. – Текст: непосредственный.
3. Барышникова, Т. Азбука хореографии / Татьяна Барышникова. - Москва: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. - 262, [3] с.: ил.; 24 см. - (Внимание: дети); ISBN 5-7836-0157-8. – Текст: непосредственный.
4. А. Я. Ваганова. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений искусства и культуры / А. Я. Ваганова. - Изд. 9-е, стер. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2007. - 191, [1] с.: ил., нот.; 21 см.; ISBN 978-5-8114-0223-6 (В пер.). – Текст: непосредственный.
5. Вихрева Н. А. Экзерсис на полу: для подготовки к занятиям класс. танцем / Вихрева Н. А.; М-во культуры Рос. Федерации, Моск. гос. акад. хореографии. - Москва: Вихрева Н. А., 2004 (Тип. ЗАО "Интурреклама. Полиграфсервис"). - 86 с.: ил.; 26 см.; ISBN 5-9900077-4-4 (в обл.). – Текст: непосредственный.
6. С. Н. Головкина Уроки классического танца в старших классах / С. Н. Головкина. - Москва: Искусство, 1989. - 149, [11] с.: ил.; 22 см.; ISBN 5-210-00349-3: 30 к. – Текст: непосредственный.
7. Костровицкая, В. С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс) [Текст] : [Метод. пособие для хореогр. училищ]. - Ленинград: Искусство. Ленингр. отд-ние, 1972. - 240 с., 2 л. ил.; 22 см. – Текст: непосредственный.
8. Нагайцева, Л. Г. Краснодарский классический балет в лицах [Текст]: Театр балета Юрия Григоровича / Людмила Нагайцева. - Краснодар: Традиция, 2017. - 249, [6] с.: цв. ил., портр.; 27х27 см.; ISBN 978-5-91883-265-3: 1000 экз. – Текст: непосредственный.

Научная, методическая, специальная литература

1. Бахрушин, Юрий Алексеевич. История русского балета [Текст]: [Учеб. пособие для хореогр. и культ.-просвет. училищ] / М-во культуры РСФСР. Глав. упр. учеб. заведений и кадров. - Москва: Сов. Россия, 1965. - 249 с., 22 л. ил.; 22 см. – Текст: непосредственный.
2. Васильева, Тамара Ивановна. Тем, кто хочет учиться балету [Текст]: Правила приема детей в балет. шк. и методика обучения класс. танцу / Васильева Тамара Ивановна - М.: ГИТИС, 1994. -

157, (1) с.: ил., нот. - Библиогр.: с. 103. - ISBN 5-7196-0278-X: 9000. 00.. – Текст: непосредственный.

3. Лукьянова, Евгения Адольфовна. Дыхание в хореографии [Текст]: [Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений искусства и культуры]. - Москва: Искусство, 1979. - 184 с.: нот. ил.; 20 см. – Текст: непосредственный.

4. Блок, Любовь Дмитриевна. Классический танец. История и современность: [Сборник] / Л. Д. Блок; [Вступ. ст. В. Гаевского, с. 7-22; Гос. центр. театр. музей им. А. А. Бахрушина]. - Москва: Искусство, 1987. - 556 с.: ил.; 22 см.; ISBN (В пер.) (В пер.): 2 р. 80 к. – Текст: непосредственный.

Литература для учащихся и родителей

1. Барышникова, Татьяна Константиновна. Азбука хореографии: Метод. указания в помощь учащимся и педагогам дет. хореогр. коллективов, балет. шк. и студий / Т. Барышникова. - СПб.: РЕСПЕКС: ЛЮКСИ, 1996. - 252,[2] с.: ил.; 21 см.; ISBN 5-7345-0061-5: Б. ц. – Текст: непосредственный.

2. Яковлева, Юлия. Азбука балета / Юлия Яковлева. - Изд. 2-е, доп. - Москва: Новое лит. обозрение, 2008. - 214, с.: ил.; 24 см.; ISBN 978-5-86793-595-5 (В пер.). – Текст: непосредственный.

3. Садыкова, Дарья. Хип-хоп в пространстве современной культуры.- Статья.- Омский научный вестник №5(122), 2013.

4. Зверковская Анна Юрьевна. Методика преподавания современного танца в стиле “Hip-Hop” для подросткового возраста.- Статья. Работа №252526, 24.09.2020

5. Нестерова Дарья. Самоучитель по танцам хип-хоп. (16+) 2011, - 112 стр., 167-236мм, ISBN: 978-5-17-073905-9, 978-5-271-35157-0, 978-5-4215-2660-5

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе

Контроль	Описание	Методы	Формы текущего контроля	Как часто применяется
Входная диагностика	Проводится с целью выявления первоначального уровня физической подготовки, данных детей.	Тестирование. Педагогическое наблюдение.	Входное тестирование.	1 раз в год: сентябрь
Текущий контроль	Осуществляется для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Опрос учащихся.	Выполнение заданий педагога: показ упражнений, написание диктанта по терминологии. Концертные выступления. Конкурсы, фестивали, смотры различных уровней. Анализ педагогом и учащимися качества	На занятиях в течении всего учебного года

Контроль	Описание	Методы	Формы текущего контроля	Как часто применяется
			исполнения хореографических номеров.	
Промежуточный контроль	С целью выявления уровня освоения программы (по итогам полугодия) учащимися и корректировки процесса обучения.	Тестирование. Педагогическое наблюдение.	Итоговые (открытые) занятия.	2 раза в год: декабрь, май
Итоговый контроль	Оценка качества освоения учащимися программы по завершению учебного года.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Анализ участия коллектива и каждого учащегося в концертах, праздниках, фестивалях, конкурсах.	Итоговое (открытое) занятие. Индивидуальное собеседование.	1 раз в год: май

Оценка по трехбалльной шкале:

2 – Уровень освоения высокий, переход на новый качественный уровень

1 – Средний уровень, заметный рост

0 – низкий уровень, незначительный рост

Входной контроль – собеседование в начале учебного года (сентябрь).

Параметры:

Уровень развития танцевальных способностей, навыков перемещения в пространстве.

- Чувство ритма
- Шаг, растяжка, прыжок
- Грамотное исполнение
- Выразительное исполнение, эмоциональное

Текущий контроль - практическая работа, наблюдение (на занятиях в течении учебного года).

Параметры:

Уровень развития танцевальных способностей, навыков перемещения в пространстве.

- Чувство ритма
- Шаг, растяжка, прыжок
 - Грамотное исполнение
 - Выразительное исполнение, эмоциональное

Промежуточный контроль – промежуточная диагностика (декабрь). Параметры:
Уровень развития танцевальных способностей, навыков перемещения в пространстве.

- Чувство ритма
- Шаг, растяжка, прыжок
- Грамотное исполнение
- Выразительное исполнение, эмоциональное

Итоговый контроль – диагностика в конце учебного года (май), отчетный концерт, анкетирование родителей.

Параметры:

Уровень развития танцевальных способностей, навыков перемещения в пространстве.

- Чувство ритма
- Шаг, растяжка, прыжок
- Грамотное исполнение
- Выразительное исполнение, эмоциональное

Формы подведения итогов

- Открытое занятие – экзамен, проводимые каждые полгода, где демонстрируются знания, полученные на занятиях, показывающие рост ребёнка.
- Занятие, где дети осваивают материал основных тем данной программы. И строится по принятым нормам классического урока в хореографии: экзерсис у станка, на середине, allegro, и в заключении танцевальные композиции.
- Мастер-класс, где известные мастера современных стилей хореографии делятся своим опытом и техническим мастерством с учащимися студии, расширяя их представления о хореографии и повышая технический уровень исполнения.

Возможные формы фиксации результатов

- Анкеты для родителей, учащихся;
- Видеозаписи;
- Фотографии;
- Диагностические карты.

Показатели диагностики программы

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 (2-высокий уровень, 1-средний уровень, 0 – низкий, незначительный уровень).

Показатель	2	1	0
O1 Знание методики и теории современного танца	Без ошибок	До 3-4 ошибок	Более 4 ошибок
O2	Ярко выражены	Развиты в соответствии с	Недостаточно развиты

Показатель	2	1	0
Развитие физических данных		возрастом	относительно возраста
О3 Техническое исполнение Ориентация в пространстве	Грамотное, правильное исполнение	Правильное исполнение с небольшими неточностями (возможно, в силу физ. данных)	Неправильное исполнение
О4 Чувство ритма и музыкальное исполнение хореографии	Четкое соблюдение ритмических рисунков, попадание в музыкальный такт	Небольшие неточности музыкального исполнения	Ошибки в ритмических рисунках
О5 Знание истории и видов современного танца	Свободно ориентируется в программном материале и материале сверх программы (по собственному желанию)	Свободно ориентируется в программном материале	Допускает ошибки в знании программного материала
Р1 Творческая фантазия Импровизация	Свободная импровизация	Уверенная импровизация по заданию педагога	Затруднения в импровизации, требуется помощь педагога
Р2 Работа в команде Синхронное исполнение движений	Умеет взаимодействовать в танцевальном коллективе (подстраиваться под участников, мобилен в перестановках)	Требуется время при смене танцевальных рисунков, перемене места в танцевальных композициях	Знает свою партию, но не подстраивается под команду
Р3 Аналитическое мышление Самоконтроль своей деятельности	Постоянно контролирует себя сам	Периодически контролирует себя сам	Находится под контролем педагога
Р4 Творческие коммуникативные навыки	Умение слушать, слышать, развитый эмоциональный интеллект	Затруднения в сложных ситуациях, проблемных вопросах нужна помощь педагога	Выраженные затруднения с распознаванием информации других людей, неумение ясно и четко сформулировать и выразить свои мысли
Р5 Артистизм	Яркое эмоциональное исполнение (самостоятельный поиск образа) Внутренняя раскрепощенность, свобода исполнения	Эмоциональное исполнение по заданию педагога	Зжатость
В1 Этика танцора	Способность транслировать другим правила танцевальной этики	Знание и соблюдение правил танцевальной этики	Знание правил танцевальной этики
В2 Личностные качества танцора	Систематическое проявление эмоционально-волевых качеств: целеустремленности,	Систематическое проявление эмоционально-волевых качеств: целеустремленности, трудолюбия, ответственности,	Эпизодическое проявление эмоционально-волевых качеств:

Показатель	2	1	0
	трудолюбия, ответственности, безукоризненное соблюдение дисциплины	случаи нарушения дисциплины	целеустремленности, трудолюбия, ответственности, систематическое нарушение дисциплины
В3 Социальная успешность (самостоятельность, лидерские качества)	Ярко выраженные лидерские качества, высокий уровень самоорганизации	Проявление лидерских качеств в «удобных» ситуациях	Слабо выраженные лидерские качества
В4 Отношения со взрослыми	Не испытывает трудности в общении с педагогом, адекватно реагирует на его замечания или критику	Небольшие затруднения в общении с педагогом, несогласие с замечаниями и критикой, готовность решать проблемные вопросы	Остро реагирует на критику и замечания со стороны педагога, игнорирует его просьбы и замечания
В5 Отношения со сверстниками	Свободно общается со всеми сверстниками	Избирательное общение	Обособлен, замкнут, конфликты со сверстниками

По результатам итоговых занятий и оценке работы учащихся в течение полугодия заполняется форма диагностики образовательной программы: ФИ учащихся отдельно по каждой группе; графы оценки по каждому учащемуся и каждому показателю. Затем:

- Подсчитывается общее количество баллов по каждому учащемуся (графа *уровень освоения программы*). Максимально возможное значение – 30. В скобках указать уровень освоения в соответствии с нижеприведенной градацией:

26-30 – высокий

16-25 – средний

10-15 – низкий

Менее 10 – программа не освоена

- Подсчитывается средний балл по каждому показателю (графа *средний балл*) – сумма баллов всех учащихся по данному показателю, разделенная на количество учащихся. Максимально возможное значение – 2.
- Подсчитывается общий балл каждого раздела (графа *сумма*) – сумма средних баллов в каждой группе показателей. Максимально возможное значение – 10.

Форма диагностики образовательной программы

ФИ обучающегося	Показатели освоения образовательных задач					Показатели освоения развивающих задач					Показатели освоения воспитательных задач					Уровень освоения программы
	О 1	О 2	О 3	О 4	О 5	Р 1	Р 2	Р 3	Р 4	Р 5	В 1	В 2	В 3	В 4	В 5	

После этого пишутся выводы по результатам проведенной диагностики с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления

проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т.п.).

Приложение I

Входное тестирование (условия зачисления в группы)

Некоторые дети уже занимались в студии на ранних годах обучения (в подготовительных группах), они владеют базовыми знаниями по хореографии, но некоторые дети познакомятся с искусством танца впервые. При зачислении на первый год обучения программы базового уровня учащиеся должны:

- Иметь податливый шаг.
- Иметь хорошую гибкость.
- Быть выносливым.
- Уметь запоминать хореографический текст.
- Иметь музыкальный слух (повторить заданный педагогом с помощью хлопков-ритм)
- Иметь базовые природные-хореографические данные.

При зачислении на 2-4 год обучения дети должны:

- Знать основную терминологию соответствующую году обучения.
- Знать правила и особенности исполнения движений классического экзерсиса (Деми-плие, батман-тандю, релеве лян на 90 градусов, прыжки по 1-й. на середине: гран-плие, батман тандю, гран батман по диагонали из 3-й позиции, вращения по невыворотным позициям).
- Иметь представление о творчество известных трупп мира и ведущих танцовщиков.
- Уметь показать на практике навыки классического экзерсиса у станка и на середине.
- Постановка корпуса лицом к палке. Battement tendu по I и V позициям, demi-plie по I, II, V позициям, bat. tendu jete и jete pique, rond de jambe par terre на 2 такта 4\4, положение ноги на soude-pied, battement frappe с носком в пол во все направления, battement fondu носком в пол, начиная в сторону, потом вперед и назад, bat. fondu и bat. frappe на 45 градусов. Releve lent на 45 и 90 градусов, grand bat. jete по I позиции крестом. (Вперед бросаем, стоя спиной к станку).
- Середина: положение в epaulement, маленькие позы классического танца (croise), I и II port de bras.
- Движения экзерсиса лицом к станку: temps releve par terre en dehors и en dedans, grand plie, battement soutenu носком в пол во все направления, releve на полупальцы по VI и по выворотным позициям ног.
- Battement developpe и retire на 90 градусов.
- Растяжки, наклоны и перегибы корпуса у станка.
- Середина: маленькие позы классического танца, temps lie вперед и назад, I и II arabesque (носком в пол). pas balance и классический pas de basques. Pas польки в комбинациях.
- Простые прыжки с двух ног на две, с продвижением, в повороте на 90 и 180 градусов, с двух ног на одну, разножка, прыжки с поджатыми ногами. Temps leve saute по I, II, V позициям, changement de pieds, подготовка к pas echarpe на II позицию на 2 такта 4\4.
- Танцевальные комбинации в парах на pas польки, подскоки и галопы.
- Постановка корпуса у палки за одну руку, простейшие port de bras. Grand plie за одну руку.
- Движения экзерсиса крестом за одну руку.
- Постоянно развивать силу рук и ног, выворотность, «шаг», прыжок и координацию, выносливость - совершенствовать техническую сторону исполнения движений.
- Тренировать пройденный материал самостоятельно.

- Уметь сознательно и добросовестно работать на занятии и репетициях.
- Совершенствовать выразительность исполнения хореографических номеров.
- Применять полученные знания в своих импровизациях.
- Применять коммуникативные навыки общения в коллективе.
- Ответственно подходить ко всей деятельности в коллективе.

Приложение 2.

Противопоказано заниматься хореографией при следующих заболеваниях:

- пороки сердца,
- нарушения ритма сердца и проводимости,
- синдром вегетативной дистонии,
- артериальная гипертензия,
- варикозное расширение вен нижних конечностей,
- флебит и тромбофлебит поверхностных и глубоких вен нижних конечностей,
- врожденные деформации верхней и нижней челюсти,
- хронический гастрит,
- эрозивный гастродуоденит,
- язва желудка,
- язва 12-п. кишки (язвенная болезнь),
- хронический гепатит,
- грыжи,
- ожирение,
- хронический гепатит,
- хронический панкреатит,
- хронический холецистит,
- все болезни крови,
- туберкулез органов дыхания и других систем организма,
- аллергический и хронический ринит,
- хронические болезни миндалин и аденоидов,
- хронический синусит,
- искривление носовой перегородки с нарушениями дыхания,
- носовые кровотечения, хронический трахеит,
- хронический отит, глухота на одно или оба уха,
- нарушения вестибулярной функции,
- вестибулярные синдромы,
- фобические тревожные расстройства,
- неврастения,
- неврозы, невротические реакции, связанные со стрессом,
- психические расстройства вследствие повреждения или дисфункции головного мозга,
- расстройства личности и поведения, вызванные употреблением психоактивных веществ, эмоциональные расстройства (тики, энурез, логоневроз, др.),
- специфические расстройства личности (психопатии),
- шизофрения,
- бредовые расстройства, мания с психотическими симптомами,
- нервная анорексия, эпилепсия,

- специфическое расстройство развития моторных функций,
- детский аутизм, расстройства поведения,
- задержка психического развития,
- органические заболевания центральной нервной системы,
- а также последствия перенесенных заболеваний (энцефалит, менингит, арахноидит, закрытых травм черепа, и др.),
- детский церебральный паралич,
- поражения периферической нервной системы,
- болезни нервно-мышечного синапса и мышц,
- поражения отдельных нервов,
- нервных корешков и сплетений,
- болезни спинного мозга,
- косоглазие,
- слепота, болезни век,
- заболевания сосудистой оболочки и сетчатки,
- болезни зрительного нерва и зрительных путей,
- врожденные пороки развития почек и мочевыводящих путей,
- мочекаменная болезнь, хронические болезни женских тазовых органов,
- увеличение щитовидной железы,
- сахарный диабет,
- дерматит,
- экзема.