

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

ПРИНЯТА

Методическим советом

протокол № 3

от « 25 » сентября 2019г.

Председатель Васильева

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУДО «ЦДТ»

№ 1007

от « 25 » сентября 2019 г.

Директор Васильева Н.Г. Васильева



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

***ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ***

**«Танец в стиле «Хип-Хоп»**

Возраст учащихся: 13-17 лет

Срок реализации программы: 3 года

Составитель:

Мартыновских Марианна Игоревна,  
педагог дополнительного образования

с. Ловозеро  
2019 г.

## **РЕЦЕНЗИЯ**

**на дополнительную общеобразовательную программу  
«Танец в стиле «Хип-Хоп» (составитель - Мартыновских М.И., педагог  
дополнительного образования МБОУДО «Центр детского творчества» с. Ловозеро)**

Содержание дополнительной общеобразовательной программы «Танец в стиле «Хип-Хоп» соответствует художественной направленности. Вид программы – общеобразовательная, общеразвивающая. Программа рассчитана на 3 года обучения, возраст учащихся 13-17 лет.

Программа объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программа нацелена на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Задачу формирования танцевального творчества невозможно решить, если у детей не будет осознанного отношения к выразительным движениям; понимания их образного значения; если они не овладеют образным языком танцевальных движений.

Цель программы научить основам трёх школ хип-хопа («OldSchool», «MiddleSchool» и «NewSchool»), а также умению импровизировать.

Программа «Современный танец «Хип-Хоп» направлена на постоянный творческий поиск, позволяя одновременно осуществлять три части педагогического воздействия - воспитание, обучение и развитие, и дополнительно направлена на оздоровление.

В программе выделены структурные разделы согласно требованиям к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (Письмо департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844): титульный лист, содержание, пояснительная записка, общий учебный план, учебные планы и содержание программы по годам обучения, методическое обеспечение, список литературы, примерный репертуарный план, приложения, диагностического материала.

Пояснительная записка начинается с введения, где обосновано значение хореографии в художественном воспитании детей. Обоснована актуальность программы, новизна, педагогическая целесообразность, значимость, выделены акценты в работе по реализации программы, раскрывается значение танца, как инструмента комплексного воздействия на личность ребенка. Указаны программы, на основе которых была разработана программа «Современный танец «Хип-Хоп», обозначены отличительные особенности программы «Современный танец «Хип-Хоп» от образовательных программ хореографической направленности. Задачи программы – конкретные, включают обучающий, развивающий и воспитательный аспекты обучения. Задачи программы сформулированы так, чтобы можно было проконтролировать их выполнение. В пояснительной записке приведена содержательная характеристика тем образовательной программы. Составлена схема возрастного и количественного распределения детей по годам обучения, в схеме указана учебная нагрузка, количество занятий в неделю и их



продолжительность. Программа предусматривает три этапа обучения: подготовительный, основной и этап совершенствования исполнительского мастерства. Определён порядок набора и добора учащихся в творческое объединение, ожидаемые результаты и формы контроля (в приложении к программе).

Режим занятий соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Подробно обозначены условия для реализации программы. В приложении составитель указывает примерный репертуар по итогам обучения. Составлены общий учебный план и планы по годам обучения, в которых произведено разделение часов по темам программы.

Содержательная часть программы изложена систематично, основные темы программы по годам обучения раскрыты полно, содержание программы разделено на теоретический и практический материал с указанием часов, необходимых для его выполнения. В разделе «Методическое обеспечение» приведена примерная структура занятий по годам обучения, даны методические рекомендации для их проведения, определены методы и приемы для успешной организации педагогической деятельности.

Список литературы состоит из двух разделов – для педагога и учащихся, включает источники, используемые составителем для разработки программы и рекомендуемые учащимся для расширения кругозора.

#### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

Содержание и оформление дополнительной общеобразовательной программы «Современные танец «Хип-Хоп» соответствует требованиям, предъявляемым к образовательным программам дополнительного образования детей (письмо Департамента молодежной политики, социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06 – 1844).

Содержание программы ориентировано на реализацию творческих способностей детей, учащихся в области хореографии. Освоение учащимися содержания программы может содействовать их профессиональному самоопределению.

**Вывод:** рекомендовать Методическому совету ЦДТ утвердить программу «Современные танец «Хип-Хоп» (составитель – Мартыновских М.И., педагог дополнительного образования МБОУДО «ЦДТ»).

**Рекомендации педагогу:** в течение 2019/2020 учебного года разработать и включить в программу учебно-методический комплект.

25.09.2019г.



Методист МБОУДО «ЦДТ»  
Дресвянина Н.М.

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	5
Общий учебный план .....	15
Учебный план 1-го года обучения.....	16
Содержание программы 1-го года обучения.....	16
Учебный план 2-го года обучения .....	23
Содержание программы 2-го года обучения.....	24
Учебный план 3-го года обучения.....	30
Содержание программы 3-го года обучения .....	31
Методическое обеспечение программы.....	39
Условия реализации программы.....	45
Список литературы.....	47
Словарь терминов .....	49
Приложение	

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Что такое хип-хоп? Сегодня мы слышим это слово крайне часто на музыкальных каналах ТВ и радиостанциях; об этом явлении упоминают в своих интервью многочисленные популярные исполнители, молодежь приглашают «научиться танцевать хип-хоп» в модных студиях. Несмотря на это, большинство молодых людей, считающих себя так или иначе сопричастными к этому явлению, имеют чрезвычайно искаженное представление о том, что действительно стоит за этим словом. У остальных при упоминании слова хип-хоп перед глазами встает созданный средствами массовой информации неверный образ «афроамериканца». Так что же такое на самом деле хип-хоп?

Хип-хоп танец - в широком понимании все, что танцуют под музыку хип-хоп. Разнообразие стилей и направлений музыки хип-хоп не позволяют выделить конкретно танец хип-хоп, правильнее будет называть «танец в стиле хип-хоп». Каждый новый стиль хип-хоп танца приобретает и заимствует черты родственных и приплюсовывает «удобную» хореографию не родственных направлений. Мультитехничность и открытость хип-хопа для экспериментов и импровизации вызывает серьезную проблему классификации по стилям, техникам и направлениям. Методом исключения можно сказать, что танец в стиле хип-хоп – это не народный, не классический, не техно-танец – это отдельное широкое направление танцевального искусства. Яркой чертой этого танцевального направления является его характер, актерская составляющая. Танец, его исполнение, в первую очередь, должны показать наилучшие качества исполнителя в форме танцевального противостояния, иногда даже немного агрессивно. Самоуверенность, самоутверждение не допускают сентиментальности и жеманности, хип-хоп танцы для уверенных людей. Но нельзя считать, что хип-хоп танцы агрессивные «злые» в своей сути. Главная цель танцора завоевать симпатию зрителя и поэтому – хип-хоп позитивен и добр. «Предком» танцевального хип-хопа является африканский джаз (в переводе –

импровизация). Через танец люди выражали свои чувства, желания. Молодые юноши и девушки стремились с помощью танца показать себя в наиболее лучшем свете и привлечь противоположный пол. Как в афро-джазе, так и в хип-хопе присутствует некая «расслабленность», движения как бы обращены в пол. Это объясняется тем, что у африканских народов Бог находится в земле, а не на небе. Поэтому поклоняются ему, обращаясь к земле. Отсюда низкая посадка корпуса и всегда немного расслабленные колени в танце. Первым музыкальным сопровождением были барабаны или тамтамы, поэтому и хип-хоп в дальнейшем получил хорошую ритмическую основу. Со временем хип-хоп развивался и совершенствовался.

#### **Актуальность программы.**

Подростковый возраст, возраст противоречий и стремления к гармонии, поиска себя и места в этом мире. Возраст, который подталкивает подростка далеко не к позитивным действиям, а зачастую ведущим к потере жизненно важных ориентиров. Важно, чтобы в этот непростой период у ребенка появилось достойное, интересное занятие и рядом был педагог, способный увлечь творчеством, приобщить его к коллективу, воспитать художественный вкус и привить интерес к современной танцевальной культуре «хип-хоп». Этот стиль впитал в себя уличную философию афроамериканцев, элементы фанка, попа, брейка, джаза.

Хип-хоп – это символ современной молодежной культуры, который всегда будет оставаться актуальным.

Программа объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

Программа нацелена на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.)

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что при её освоении у учащихся развиваются:

- социальная и творческая активность,
- расширяется музыкальный кругозор,
- формируется эстетический вкус,
- повышается культурный уровень,
- повышается самооценка,
- дисциплинированность,
- воспитываются потребности в самопознании, саморазвитии,
- формируется здоровый образ жизни,

**Значимость.** Сегодня хип-хоп – это самый модный и популярный тренд молодежной культуры, хип-хоп танцы в провинциальных городах становятся все более популярными. Постепенно американская культура приживается и у нас, обретая новое воплощение. Занятия хип-хоп танцев пользуются большим спросом, танцоры со всей России участвуют во всевозможных баттлах, в том числе, EuropeanStreetdanceChampionship и World Championship, проводимых международной танцевальной организацией IDO, а также ежегодный международный баттлJusteDebout. Поэтому, танцевальный хип-хоп имеет в нашей стране серьезное будущее. Хип-хоп дает много возможностей для импровизации и самовыражения. Иногда легкий и плавный, иногда жесткий и агрессивный - этот танец всегда найдет своих истинных поклонников.

Хип-хопперы всего мира отличаются пристрастием к брейк-дансу, граффити, спортивной просторной одежде и обуви. Это яркое поколение современной молодежи, которая свободно выражает свои эмоции с помощью

уличных танцев. Хип-хоп – это выбор смелых и неординарных молодых людей.

**Новизна программы:** состоит в лично-ориентированном обучении.

Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Задачу формирования танцевального творчества невозможно решить, если у детей не будет осознанного отношения к выразительным движениям; понимания их образного значения; если они не овладеют образным языком танцевальных движений.

**Отличительная особенность** данной программы является акцент на решение таких задач как:

- Укрепление здоровья.
- Гармоничное развитие основных мышечных групп.
- Развитие и совершенствование основных физических качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений, ловкости, чувства динамического равновесия, ритма, слуха.
- Повышение работоспособности и двигательной активности.
- Улучшение психического состояния, снятие стрессов.
- Повышение интереса к занятиям эстрадно-современным танцам, развитие потребности в систематических занятиях танцами.

Это и подтолкнуло к разработке дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Танец в стиле «Хип-Хоп».

Программа «Танец в стиле Хип-Хоп» разработана на основе: следующих авторских дополнительных образовательных программ для детей: образовательной программы дополнительного образования детей «Танец в стиле «Хип-Хоп» положена одноименная программа Григорьева Б.



В., педагога дополнительного образования МБОУДОД ЦРТД и Ю «Полярис», которая, в свою очередь, составлена на основе типовой – «Танец», под общей редакцией Т.Н Овчинниковой, издательства «Просвещение», 1978 год, методических материалов интернет сайтов. Данная образовательная программа «Танец в стиле «Хип-Хоп» составлена в соответствии с примерными требованиями к программе дополнительного образования детей (Письмо Министерство Образования и науки Российской Федерации, Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей - от 11 декабря 2006 года № 06-1844).

Модификация образовательной программы дополнительного образования детей «Танец в стиле «Хип-Хоп» Григорьева Б. В. заключается в изменении некоторых тем, количества часов на них и программного содержания:

- Типовая программа «Танец» рассчитана на восемь лет обучения для работы с учащимися младшего, среднего и старшего возраста. Программа «Танец в стиле «Хип-Хоп» рассчитана на подростков от 13 до 17 лет и разработана на три года обучения.

- В тематический материал типовой программы «Танец» включено 14 разделов, три раздела из которого вошли в образовательную программу «Танец в стиле «Хип-Хоп», это: «Ритмика, или элементы музыкальной грамоты», «Танцевальная азбука», «Постановочная и репетиционная работа».

- Кроме этого, в данную программу включены следующие разделы: «Вводное занятие», «Воспитательные мероприятия» и «Итоговые занятия».

- Общее количество часов типовой программы «Танец» составляет 288 (36 часов в год), программы дополнительного образования детей «Танец в стиле «Хип-Хоп» Григорьева Б. В. – 432 часа. Данная программа предусматривает общее количество- 648 часов.

*следующих документов:*

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

- СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы».

- Приказ Минобрнауки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам».

- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 года № 1726-р).

**Форма обучения:** очная, занятия проходят на базе МБОУДО «ЦДТ».

**Вид программы:** общеобразовательная.

**Направленность программы:** художественная.

**Срок реализации программы** - 3 года обучения.

**Программа рассчитана:**

1-й год обучения – 216 часа в год;

2-й год обучения – 216 часов в год;

3-й год обучения – 216 часов в год.

**Объем часов:** 648 часов.

**Режим занятий**

1-й год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

3-й год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа.

**Режим занятий** соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Возраст учащихся** 13-17 лет.

**Количество учащихся в группах:**

1 год обучения – не менее 15 человек.

2 год обучения – 12 человек.

3 год обучения – 12 человек.

**Набор:** свободный.

**Состав группы:** постоянный.

**Условия набора:** по желанию, без предъявления особых требований, при наличии заявления от родителей, обязательно наличие медицинской справки (допуск от врача), ксерокопия паспорта (свидетельство о рождении).

В случае уменьшения количества учащихся, в течение учебного года, допускается дополнительный набор в соответствии с диагностикой.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и третьего годов обучения. Также возможен досрочный перевод учащихся на следующий год обучения, по результатам диагностики и аттестации.

**Цель программы:**

Научить основам трёх школ хип-хопа («OldSchool», «Middleschool» и «NewSchool»), а также умению импровизировать.

**Задачи:**

*Образовательные*

- обучение технически грамотному исполнению движений;
- формирование системы теоретических и практических знаний;

➤ обучение детей мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении;

➤ привитие детям любви к танцу и музыке, формирование их танцевальных способностей (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

### ***Развивающие***

- развитие у учащихся музыкально-ритмических навыков;
- развитие танцевальной выразительности, координации движений, ориентировки в пространстве;
- физическое развитие подростков посредством танца;
- развитие сценической техники и актерского мастерства;
- развитие творческих способностей.

### **Ожидаемые результаты**

#### **по окончании 1 года обучения учащиеся:**

#### **Будут знать:**

1. Историю происхождения танца.
2. Видеть и понимать связь музыки и танца (музыкальный размер, темп, характер).
3. Отличия современных танцевальных стилей.
4. Манеру исполнения проученных жанров современных направлений.
5. Различные элементы разминочного материала.

#### **Будут уметь:**

1. Определять характер, размер, темп музыкального произведения.
2. Правильно держать корпус, руки и ноги во время выполнения движения.
3. Правильно выполнять отдельные движения, отдельные комбинации, согласованно 2-3 комбинации; 4 комбинации.
4. Чувствовать образ, настроение и характер музыки.
5. Практически показывать освоенный материал.

6. Овладеть основами танца хип-хоп.

**по окончании 2 года обучения учащиеся:**

**Будут знать:**

1. Понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог».
2. Приемы стрейчинга, его назначение.
3. Дети должны понимать и правильно оценивать произведения современнотанца.
4. Знать основные термины танца хип-хоп.

**Будут уметь:**

1. Самостоятельно выполнять выученные танцевальные комбинации на середине.
2. Исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы.
3. Быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения.
4. Самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров.
5. Выполнять комплекс упражнений стрейчинга 2-го года обучения (под контролем педагога).
6. Выделить синкопу, передать хлопками ритмический рисунок.
7. Уметь создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ.

**по окончании 3 года обучения учащиеся:**

**Будут знать:**

**По окончании третьего года учащиеся будут знать:**

1. Понятие «стиль музыки», «образность».
2. Понятия об основных законах танцевальной драматургии.

3. Основные термины танца хип-хоп (кач, слайд).
4. Базовые движения изучаемых танцевальных направлений.
5. Танцевальную терминологию.
6. Иметь навыки сценической деятельности.

**Будут уметь:**

1. Самостоятельно исполнять основные элементы классического танца.
2. Усовершенствовано владеть техникой танца джаз-модерн, хип-хоп.
3. Овладеть основными элементами танца хип-хоп (кач, элементарные ступы).
4. Владеть приемами правильного исполнения движений современных танцевальных направлений.
5. Свободно и легко исполнить упражнения на координацию корпуса, рук, ног и головы.
6. Слышать темп и ритм музыки.
7. Создавать музыкально-двигательный образ.

**Формы промежуточного контроля и итоговой аттестации учащихся:**

- Тестовые занятия.
- Контрольное занятие.
- Выполнение индивидуальных и коллективных заданий и упражнений.
- Концерты, отчётные концерты.
- Открытые занятия.
- Участие в фестивалях, в городских, областных, российских конкурсах.

Аттестация учащихся в объединении проводится 2 раза в год: промежуточная в середине и итоговая в конце учебного года.

Результаты фиксируются в протоколе аттестации и позволяют отслеживать степень усвоения знаний, умений и навыков каждого обучающегося. По итогам аттестации – необходимая рефлексия, где



совместно с учащимися оцениваются результаты работы, проводится поиск новых способов анализа и самоанализа деятельности, с обязательным акцентом на положительных сторонах и достижениях каждого воспитанника.

### ОБЩИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Раздел	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения		
		Всего	Тео-рия	Прак-тика	Всего	Тео-рия	Прак-тика	Всего	Тео-рия	Прак-тика
1.	Вводное занятие.	2	2	-	2	-	2	2	-	2
2.	Ритмика, или элементы музыкальной грамоты.	46	4	42	46	4	42	42	-	42
3.	Танцевальная азбука.	36	4	32	36	4	32	26	2	24
4.	Hip-hop Old school (Party dance).	22	4	18	-	-	-	-	-	-
5.	Funk-Styles.	28	4	24	-	-	-	-	-	-
6.	Hip-Hop LA style.	46	4	42	-	-	-	-	-	-
7.	Hip-HopNewstyle.	-	-	-	22	4	18	-	-	-
8.	House.	-	-	-	28	4	24	22	4	18
9.	Krump.	-	-	-	46	4	42	-	-	-
10.	Dancehall.	-	-	-	-	-	-	34	2	32
11.	Popping.	-	-	-	-	-	-	34	2	32
12.	Танец (репетиционно-постановочная работа).	32	4	28	32	4	28	32	2	30
13.	Танцевальная импровизация	-	-	-	-	-	-	20	1	19
14.	Итоговые занятия.	4	-	4	4	-	4	4	-	4
	<b>Всего за год:</b>	<b>216 часов</b>	<b>26</b>	<b>190</b>	<b>216 часов</b>	<b>24</b>	<b>192</b>	<b>216 часов</b>	<b>13</b>	<b>203</b>
	<b>Итого за курс:</b>	<b>648 часов</b>								

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Тема	Всего	Теория	Практика
<b>I.</b>	Вводное занятие.	<b>2</b>	2	-
<b>II.</b>	Ритмика, или элементы музыкальной грамоты.	<b>46</b>	4	42
<b>III.</b>	Танцевальная азбука.	<b>36</b>	4	32
<b>IV.</b>	Hip-hop Old school (Party dance).	<b>22</b>	4	18
<b>V.</b>	Funk-Styles.	<b>28</b>	4	24
<b>VI.</b>	Hip-Hop LA style.	<b>46</b>	4	42
<b>VII.</b>	Танец (репетиционно-постановочная работа).	<b>32</b>	4	28
<b>VIII.</b>	Итоговые занятия.	<b>4</b>	-	4
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>26</b>	<b>190</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **I. Вводное занятие (2 часа).**

Знакомство с коллективом учащихся. Вводная диагностика. Презентация программы. Просмотр видео роликов с записями концертов и батлов предыдущих групп. Техника безопасности на занятиях и во время выступлений. Правила поведения на занятиях и МБОУДО «ЦДТ».

### **II. Ритмика, или элементы музыкальной грамоты (46 часов):**

#### **Теория:**

- Характерная выразительность движения.
- Умение начинать двигаться с началом музыки.
- Умение придавать движению нужную.
- Динамическую выразительность.
- Приемы музыкально-двигательной выразительности.
- Приемы пластических движений.

## **Практика:**

Общеразвивающие упражнения:

### 1) Музыкальное движение.

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так развивается умение детей естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

*Для того чтобы разучивать разнообразные виды движения нужно воспитать у детей основные технические навыки:*

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй – умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со вторым: дети должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли.

### 2) Приемы музыкально-двигательной выразительности.

Дети овладевают тремя приемами движения – пружинным, маховым и плавным, дающими им в дальнейшем возможность сообщить движению характер и выразительность, свойственные разнообразным музыкально-двигательным образам.

*Освоение пружинных движений.*

Прием пружинного движения осваивается в движениях ног, рук и корпуса. Дети должны научиться различать сильную и слабую фазу движения.

«Пружинки» – основное упражнение для ног. Развивает пружинное движение ног, как в коленном суставе, так и в ступне; усиливает и закрепляет эмоционально-двигательную реакцию на изменение силы звучания музыки.

### *Освоение маховых движений.*

Прием махового движения используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.

Для корпуса используется упражнение «Колка дров». Упражнение требует полного напряжения мышц.

### *Освоение плавных движений.*

Используются упражнения «Тугая резинка» (плавное полуприседание), «Поющие руки» (плавное движение рук). Движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

### 3) Приёмы пластических движений.

«Дети выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение Ролик». Знакомятся с такими понятиями и упражнениями, как: «Ось» (ось позвоночника – один конец уходит в небо, другой в землю), «Цветок» (образ распускающегося цветка – раскрытие и закрытие грудной клетки).

Основным приемом пластического движения является пластическая «волна» всем телом.

После изучения тем этого раздела 1-го года обучения, дети приобретают навык пластической «волны». Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается и на втором году обучения.

Исходное положение поза «зерна» (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник («Ось»), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка («Цветок»), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле),

постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. «Цветок» закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической «волны» в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-й (естественной) позиции, угол между ступнями 45 % и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят.

Движение пластическая «волна» становится подобием действия только при достаточной фантазии ребенка, после того, как освоена принципиальная схема. Музыка и верно направленное воображение помогает детям вызвать нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять движение.

Прием пластической «волны» гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

### **III. Танцевальная азбука (36 часов).**

#### **Теория:**

Объяснять основы техники исполнения и правила безопасности при выполнении упражнений.

#### **Практика:**

Упражнения направлены на:

- Улучшение подвижности в суставах.
- Развитие гибкости.
- Развитие эластичности мышц и связок.
- Развитие подъема стопы, прыгучести.
- Развитие выворотности, шага вперед, в сторону, назад (шпагаты).
- Упражнения на развитие силы мышц спины и пресса.

1) Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса.

2) Упражнения для рук.

3) Для кистей рук.

4) Упражнения для корпуса.

5) Упражнения для ног.

6) Для ступней ног.

7) Прыжки.

8) Партерная гимнастика.

#### **IV. Hip-HopOldSchool [PartyDance] (22 часа).**

##### **Теория:**

Социальные танцы, разновидностью которых является partydance – одна из форм социализации, предполагающая танец с партнером (синхрон) или в группе. Это фундамент американской танцевальной культуры, откуда берут начало все современные танцевальные направления.

Танцевальные движения, зародившиеся на вечеринках и в клубах, исполняемые коллективно, они вошли в хип-хоп танец как базовая «растанцовка», на которой строится умение импровизировать.

Знание основных движений partydance - прародителей стилей хип-хопа- это танцевальная грамотность современного танцора.

##### **Практика:**

– «groove» (перев. – «кач»)

– база рук – мачо мэн, ристрол, лок, дабллок, клэп, гивенфайф, поинт

– база ног – шаги

– проходки

– базовые движения – скубиду, кэмбэллок, и т.д.

– вариации базовых движений

#### **V. Funk-Styles (28 часов).**

##### **Теория:**

Фанк – стоящее особняком музыкальное явление, родоначальником этого стиля является Джеймс Браун. Фанк-музыка породила множество различных – как клубных, так и уличных – танцевальных стилей, для исполнения которых в первую очередь требуется не отменная физическая



форма, а артистизм, пластичность и умение акцентировать в движениях мельчайшие нюансы музыки.

Подобно хип-хопу, фанк-стили составляют основу хореографии популярных видеоклипов: танцуя их, Вы исполняете танцы звезд американской и европейской музыкальной культуры: Popping, Locking, Boogaloo, Animation, Bopping, Robot (Botting), Strobing, Dimestop, Floating (Gliding), Waving, Digits (FingerWaving), 3D, Hitting (Ticking), Strutting, Saccin', Filmore, Slowmo, Kingtut (Tutting) и др. Funk-Styles очень зрелищны, динамичны и предлагают Вам множество направлений для танцевального совершенствования. Каждый из этих танцевальных стилей обладает своим уникальным обликом.

### **Практика:**

Изучение основных движений:

- boogaloo,
- animation,
- popping,
- Strobing,
- Dimestop,
- Floating (gliding),
- locking,
- Bopping,
- robot (botting),
- waving,
- saccin',
- filmore,
- slowmo,
- digits (finger waving) 3D,
- hitting (ticking),
- strutting,
- king tut и др.

## **VI. LA Style (46 часов).**

### **Теория:**

Лос-Анджелесский стиль хип-хопа (LA Style) или как его еще называют HipHopChoreography, делает больший упор на перформанс по сравнению с ньюстайлом (NewYorkStyle). Если ньюстайл - это вариация на базе олдскульных стилей хип-хопа (popping, boogaloo, hype, waving), это индивидуальность танцора, реализующаяся в его видении и чувстве музыки и упор на фристайл, то La-style танцы могут включать в себя иные, не смежные с хип-хопом стили (jazz, jazz-modern) - поэтому La-style используется для шоу и постановок в клипах, рекламе. Импровизация считается слабой стороной LA style танцев, они больше акцентированы на точность, выразительность и красоту движений.

### **Практика:**

Изучение основных движений. Исполнение различных комбинаций в стиле танца хип-хоп.

## **VII. Танец (репетиционно-постановочная работа) (32 часа).**

### **Теория:**

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления, учащихся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Также проводится мониторинг учащихся в начале года по принципу «нравится – не нравится», «интересно – не очень интересно». Результаты анализа и мониторинга помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам».

### **Практика:**

Постановка, изучение танца. Отработка движений танца.

Изучение рисунка танцевальной композиции.

### **VIII. Итоговые занятия (4 часа).**

Промежуточная и итоговая диагностика. Подведение итогов за год.  
Задания на летний период.

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I.</b>	Вводное занятие.	<b>2</b>	-	2
<b>II.</b>	Ритмика, или элементы музыкальной грамоты.	<b>46</b>	4	42
<b>III.</b>	Танцевальная азбука.	<b>36</b>	4	32
<b>IV.</b>	Hip-HopNewstyle.	<b>22</b>	4	18
<b>V</b>	House.	<b>28</b>	4	24
<b>VI.</b>	Krump.	<b>46</b>	4	42
<b>VII.</b>	Танец (репетиционно-постановочная работа).	<b>32</b>	4	28
<b>VIII.</b>	Итоговые занятия.	<b>4</b>	-	4
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>24</b>	<b>192</b>

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

### **I. Вводное занятие (2 часа).**

Знакомство с программой второго года обучения. Просмотр видеороликов. Повторение правил поведения и техники безопасности. Подбор репертуара. Анкетирование.

### **II. Ритмика, или элементы музыкальной грамоты (46 часов).**

#### **Теория:**

Приемы музыкально-двигательной выразительности.

Приемы пластических движений.

Понятия: такт, сильная и слабая доля, пауза.

#### **Практика:**

Развивающие упражнения:

1) Музыкальное движение.

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так совершенствуется умение детей естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

Для того чтобы совершенствовать разнообразные виды движения нужно постоянно пользоваться приемами, приобретенными на 1-м году обучения и основными техническими навыками:

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй – умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со вторым: дети должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли.

## 2) Приемы музыкально-двигательной выразительности.

Дети совершенствуют технику исполнения движения: пружинные, маховые и плавные приемы.

### *Совершенствование пружинных движений.*

Прием пружинного движения: используется в движениях ног, рук и корпуса. Дети должны уметь различать сильную и слабую фазу движения.

«Пружинки» – основное упражнение для ног. Развивает пружинное движение ног, как в коленном суставе, так и в ступне; усиливает и закрепляет эмоционально-двигательную реакцию на изменение силы звучания музыки.

### *Совершенствование маховых движений.*

Прием махового движения: используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.

Для корпуса используется упражнение «Колка дров». Упражнение требует полного напряжения мышц.

### *Совершенствование плавных движений.*

Используются упражнения «Тугая резинка» (плавное полуприседание), «Поющие руки» (плавное движение рук). Движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

## 3) Приёмы пластических движений.

Дети выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение «Ролик». Знают такие понятия и упражнения, как: «Ось» (ось позвоночника - один конец уходит в небо, другой в землю), «Цветок» (образ распускающегося цветка – раскрытие и закрытие грудной клетки).

Основным приемом пластического движения является пластическая «волна» всем телом. После изучения тем этого раздела 2-го года обучения, дети совершенствуют навык пластической «волны». Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались

в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается и на втором году обучения.

Исходное положение поза «зерна» (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник («Ось»), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка («Цветок»), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. «Цветок» закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической «волны» в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-й (естественной) позиции, угол между ступнями 45 % и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят.

Движение пластическая «волна» становится подобием действия только при достаточной фантазии ребенка, после того, как освоена принципиальная схема. Музыка и верно направленное воображение помогает детям вызвать нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять движение.

Прием пластической «волны» гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

### **III. Танцевальная азбука (36 часов).**

#### **Теория:**

Техники исполнения и правила безопасности при выполнении упражнений.

#### **Практика:**

Упражнения направлены на:

- Улучшение подвижности в суставах;
- Развитие гибкости;



- Развитие эластичности мышц и связок;
- Развитие подъема стопы, прыгучести;
- Развитие выворотности, шага вперед, в сторону, назад (шпагаты);
- Упражнения на развитие силы мышц спины и пресса;

1) Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

2) Упражнения для рук;

3) Для кистей рук;

4) Упражнения для корпуса;

5) Упражнения для ног;

6) Для ступней ног;

7) Прыжки;

8) Партерная гимнастика.

#### **IV. NewStyle (22 часа).**

##### **Теория:**

Хип хоп танцы зародились в клубах Нью-Йорка как фристайл-микс из фанковых стилей и техник, пришедших с западного побережья (Popping, Locking, Waving, Tutting, Breaking), и традиции PartyDance – социальных танцев афроамериканского населения. Сейчас всю hip-hop культуру можно полноправно разделить на старую (Америка) и новую школу (Европа). То, что привнесли в хип-хоп европейские танцоры, они обозначили как NewStyle, используя американский термин, сокращенно обозначающий, что хип хоп - это танец, пришедший из Нью – Йорк сити. Поэтому сейчас весь танцевальный мир единогласно вернулся к употреблению оригинального и единственного названия стиля – HipHop.

##### **Практика:**

Базой Hip-HopNewstyle является кач – остальное полностью основывается на импровизации и комбинирования базовых элементов и музыкальности, способности обыгрывать мельчайшие акценты музыки.

#### **V. House (28 часов).**

##### **Теория:**

Зародившись еще в 80-х годах предыдущего столетия, в Европе house танцы начали набирать популярность в 21 веке, становясь наравне с хип-хопом. Танцы house привлекает своим позитивным флиингом, особой манерой и динамикой, базируясь на музыкальных пристрастиях и умении понимать и интерпретировать хаус-музыку. Музыка House ведет свое происхождение из фанк-музыки и впервые появилась в Чикаго, а House танцы - это продукт андеграундных хаус клубов Нью-Йорка. Поэтому house танец был рожден на основе базы олдскул хип-хопа и множества взаимопроникающих элементов таких стилей как брейкдэнс, рагга, латина, степ, чечетка, исполняющихся многонациональной публикой in da House. В house танцах выделяются различные разновидности: Housejacking (работа корпусом), Housefootwork (работа ног) и Houselofting (работа в партере).

### **Практика:**

Разучиваются такие движения как:

- Jacking (TheJack, джекинг).
- Footwork (работа, техника ног, футворк).
- Lofting (лофтинг, волна).

### **VI. Krump (46 часов).**

#### **Теория:**

Уникальный, не имеющий аналогов Krumpdance развился из движения танцующих клоунов Южного Централ Лос-Анджелеса, организованного знаменитым клоуном Томми. К сегодняшнему дню Krump, полностью отделившийся от клоунинга, представляет собой вид танца со множеством техник и, вопреки расхожему убеждению, не подразумевает использование клоунского грима. Krump dance создавался ТайтАйзом как микс стилей западного побережья (popping, waving, tutting), заимствованных от поп-идола Майкла Джексона, агрессивной и харизматичной манеры BustaRhymes и включением техник начиная с би-боинга вплоть до хауса и модерна. В силу своей эмоциональной самобытности Krumpdance довольно

сложнотехнически и основывается на совершенном исполнении мелких изолированных движений, трясок, сбросов и наклонов тела, бросков руками и сложных фиксаций. Мгновенно распространившись по США и Европе, Krumpdance появился в музыкальных видеоклипах звезд, а также стал темой нескольких фильмов, в том числе Rize знаменитого фотографа и режиссера Дэвида Лашапеля.

**Практика:**

Разучиваются 3 вида данного танца:

- Clowning – начальная стадия.
- OldSchoolofKrump – устойчивая закрепленная стадия.
- NewStyleofKrump – новая видоизмененная стадия.

**VII. Танец (репетиционно-постановочная работа) (32 часа).**

**Теория:**

Разбор ошибок.

**Практика:**

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно – не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам».

### **VIII. Итоговые занятия. (4 часа).**

Промежуточная и итоговая диагностика. Подведение итогов за год.  
Задания на летний период.

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I.</b>	Вводное занятие.	<b>2</b>	-	2
<b>II.</b>	Ритмика, или элементы музыкальной грамоты: 1) Ритмические упражнения с музыкальными заданиями 2) Приемы музыкально-двигательной выразительности (движения в различных музыкальных темпах, пластика движений, упражнения на развитие гибкости суставов, упражнения развивающие координацию движений, упражнения развивающие скорость движений.)	<b>42</b>	-	42
<b>III.</b>	Танцевальная азбука: -Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. -Упражнения для рук. -Для кистей рук. -Упражнения для корпуса. -Упражнения для ног. -Для ступней ног. -Прыжки. -Партерная гимнастика.	<b>26</b>	2	24

<b>IV.</b>	Dancehall.	<b>22</b>	4	18
<b>V.</b>	Popping.	<b>34</b>	2	32
<b>VI.</b>	House .	<b>34</b>	2	32
<b>VII.</b>	Танцевальная импровизация.	<b>32</b>	4	30
<b>VIII.</b>	Танец (репетиционно-постановочная работа): - постановка, изучение танца. - отработка движений танца.	<b>20</b>	1	19
<b>IX.</b>	Итоговые занятия.	<b>4</b>	-	4
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>13</b>	<b>203</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **I. Вводное занятие (2 часа).**

Знакомство с программой третьего года обучения. Просмотр видеороликов. Повторение правил поведения и техники безопасности. Подбор репертуара. Анкетирование.

### **II. Ритмика, или элементы музыкальной грамоты (42 часа).**

#### **Теория:**

Приемы музыкально-двигательной выразительности.

#### **Практика:**

Развивающие упражнения:

#### 1) Музыкальное движение.

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так совершенствуется умение детей естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

Для того чтобы совершенствовать разнообразные виды движения нужно постоянно пользоваться приемами, приобретенными на 1-м году обучения и основными техническими навыками:

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй – умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со вторым: дети должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли.

## 2) Приемы музыкально-двигательной выразительности

Дети совершенствуют технику исполнения движения: пружинные, маховые и плавные приемы.

### *Совершенствование пружинных движений.*

Прием пружинного движения: используется в движениях ног, рук и корпуса. Дети должны уметь различать сильную и слабую фазу движения.

«Пружинки» – основное упражнение для ног. Развивает пружинное движение ног, как в коленном суставе, так и в ступне; усиливает и закрепляет эмоционально-двигательную реакцию на изменение силы звучания музыки.

### *Совершенствование маховых движений.*

Прием махового движения: используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.

Для корпуса используется упражнение «Колка дров». Упражнение требует полного напряжения мышц.

### *Совершенствование плавных движений.*

Используются упражнения «Тугая резинка» (плавное полуприседание), «Поющие руки» (плавное движение рук). Движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

## 3) Приемы пластических движений

Дети выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение «Ролик». Знают такие понятия и упражнения, как: «Ось» (ось позвоночника -



один конец уходит в небо, другой в землю), «Цветок» (образ распускающегося цветка – раскрытие и закрытие грудной клетки).

Основным приемом пластического движения является пластическая «волна» всем телом. После изучения тем этого раздела 2-го года обучения, дети совершенствуют навык пластической «волны». Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается и на втором году обучения.

Исходное положение поза «зерна» (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник («Ось»), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка («Цветок»), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. «Цветок» закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической «волны» в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-й (естественной) позиции, угол между ступнями 45 % и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят.

Движение пластическая «волна» становится подобием действия только при достаточной фантазии ребенка, после того, как освоена принципиальная схема. Музыка и верно направленное воображение помогает детям вызвать нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять движение.

Прием пластической «волны» гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

### **III. Танцевальная азбука (26 часов).**

#### **Теория:**

Техника исполнения и правила безопасности при выполнении упражнений.

#### **Практика:**

Упражнения направлены на:

- Улучшение подвижности в суставах.
- Развитие гибкости.
- Развитие эластичности мышц и связок.
- Развитие подъема стопы, прыгучести.
- Развитие выворотности, шага вперед, в сторону, назад (шпагаты).
- Упражнения на развитие силы мышц спины и пресса.

1) Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

2) Упражнения для рук.

3) Для кистей рук.

4) Упражнения для корпуса.

5) Упражнения для ног.

6) Для ступней ног.

7) Прыжки.

8) Партерная гимнастика.

### **IV. Dancehall (22 часа).**

#### **Теория:**

Танцевальный стиль Dancehall (или дэнсхолл) начали танцевать в России всего несколько лет назад. Но сегодня это направление танца уже имеет много поклонников, и ему пророчат всё большую популярность. Возможно, через несколько лет именно Dancehall станет лидером среди модных танцевальных тенденций в России. А зародился этот стиль в Кингстоне – столице Ямайки – ещё в 60-е годы XX века, хотя самостоятельным направлением стал только в начале 80-х.

Само слово дэнсхолл (Dancehall) переводится как танцзал или танцплощадка. Как раз на танцплощадках в городах Ямайки впервые появились новые ритмы музыки, под которые местные чернокожие жители приспособивали и свой танец. Кстати, само понятие Dancehall означает не только стиль музыки и соответствующее ему направление танца. Изначально он создавался как часть культуры, отражающей социальные, религиозные и политические особенности страны. Но, в отличие, например, от регги, дэнсхолл постепенно стал утрачивать политический и религиозный подтекст, приобретая всё большую развлекательную и клубную направленность.

Что же танцуют под энергичные ритмы африканской музыки? Современный Dancehall как танцевальное направление – это смесь хип-хопа и джаза, но в большей степени – различных уличных ямайских танцев с характерной для темнокожих танцоров пластикой. Кстати, на сегодняшний день Dancehall чаще танцуют как дополнение к хип-хопу. Также в него включают акробатические элементы, сексуальные движения, заимствованные из эротического танца, и движения на полу. По этой причине в Dancehall - танце стали выделять 2 направления:

1. Ямайский Dancehall – первоначальный этнический танец, такой, каким он зарождался в Кингстоне.

2. RaggaDancehall (не путать с RaggaJam) – стилизованный танец. В его основе остались африканские пляски. Но внешне он всё больше напоминает смесь акробатики, хип-хопа и вычурно женских телодвижений.

### **Практика:**

Изучаем основные фигуры:

VujuBanton.

Bounty Killer.

Dennis Brown.

Dub Incorporation.

Diplo ит.п.

## **V. Popping (34 часа).**

### **Теория:**

Этот стиль танца, основанный на технике быстрого сокращения и расслабления мышц, чтобы вызвать толчки в теле танцора, называемые поп или хит. Это делается непрерывно в ритм музыки в сочетании с различными движениями и позами.

Считается, что танец появился в Фрэнсисе, Калифорния 1970-ых, частично способствовал локингу. Как и другие уличные танцы, поппинг часто используется в батлах, чтобы доказать свое преимущество перед другими танцорами при присутствующих людях. Соревнования дают пространство для импровизации и движения, которые редко встречаются на выступлениях и шоу, такие как взаимодействие с соперником и публикой. Споры по поводу того, кто является создателем поппинга, идут по сей день. Один из самых уважаемых попперов Mr. Wiggles считает, что поппинг изобрел основатель группы Electric Boogaloos Бугалу Сэм.

### **Практика:**

- «пор» (перев. – «кач»);

- перемещения;

Базы техник:

- «Waving» (перев. – «волна») – волна рук, волна тела;

- «Gliding» (перев. – «скольжение») – ноги;

- «King Tut» (перев. – «позы с четко выраженными прямыми углами, исполненные руками и ногами») – ноги, руки, корпус;

- «Strobbing» (перев. – «мерцание») – руки, ноги;

- «Puppet» (перев. – «марионетка») – голова, руки, ноги, корпус;

## **VI. House**

### **Теория:**

Зародившись еще в 80-х годах предыдущего столетия, в Европе house танцы начали набирать популярность в 21 веке, становясь наравне с хип-хопом. Танцы house привлекает своим позитивным филлингом, особой

манерой и динамикой, базируясь на музыкальных пристрастиях и умении понимать и интерпретировать хаус-музыку. Музыка House ведет свое происхождение из фанк-музыки и впервые появилась в Чикаго, а House танцы - это продукт андеграундных хаус клубов Нью-Йорка. Поэтому house танец был рожден на основе базы олдскул хип-хопа и множества взаимопроникающих элементов таких стилей как брейк-данс, рагга, латина, степ, чечетка, исполняющихся многонациональной публикой indaHouse. В house танцах выделяются различные разновидности: Housejacking (работа корпусом), Housefootwork (работа ног) и Houselofting (работа в партере).

**Практика:** разучивать такие движения как:

- Jacking (TheJack, джекинг);
- Footwork (работа, техника ног, футворк);
- Lofting (лофтиг, волна).

## **VII. Танцевальная импровизация (32 часа).**

**Теория:**

**Импровизация** – это реальная возможность выразить себя в танцевальном движении очень честно, откровенно и точно. Это возможность заглянуть в себя, открыть в себе новые, доселе неизвестные резервы, открыть свой творческий потенциал. Осознание этого открывает шанс к самопознанию, к обретению еще большей личностной целостности.

Главным фактором успеха в танцевальной импровизации, несомненно, является импровизация эмоциональная, душевная. Лишь атмосфера полной открытости, вдохновения, отсутствие морального давления и правильный настрой помогут танцору преодолеть трудности любой сложности. Самое главное в импровизации – соединить восприятие музыки с телесным ее воспроизведением. Ключ к успеху в танцевальной импровизации - это вдохновение души.

**Занятия танцевальной импровизацией дают возможность каждому человеку обрести:**

- свободу от психологических зажимов эмоций, чувств и самого тела;

- усовершенствование собственного репертуара движений, пластичности и грации;

- гармоничное восприятие себя, своего собственного Я;

- источник позитивной энергии внутри себя;

### **Практика:**

Начнем с шагов под музыку, наш шаг будет попадать в ритм, повороты попадать в паузы, а прыжки в звуки. Попробуем менять музыку, и каждый раз ваши движения будут интереснее, они будут другими. Попробуем менять стили и ритм мелодий, и шаги станут то быстрее, то медленнее, акценты будут попадать на разные отрезки. Будем использовать изоляцию. Это интересный способ импровизации. Это когда части тела двигаются четко по очереди, сначала рука, потом голова, потом правая нога, снова голова, левая рука, левая нога и т.д.

### **VIII. Репетиционно - постановочная работа (20 часов).**

#### **Теория:**

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам».

**Практика:**

Культура исполнителя.

Поведение на сцене.

Участие в концертах различного уровня.

**IX. Итоговые занятия (4 часа).**

Промежуточная и итоговая диагностика. Подведение итогов за год.

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

При реализации образовательной программы на учебных занятиях используется:

➤ Методические разработки: «Основатели Hip-hop культуры», «История Hip-hop культуры».

➤ Видео материалы.

➤ Тесты на развитие физических качеств: «Теория» «Гибкость», «Координация».

«Импровизация».

➤ Портфолио объединения (фотографии детей с выступлений, соревнований, фестивалей, видеоматериалы, грамоты, дипломы).

➤ Диагностика знаний, умений и навыков, обучающихся по образовательной программе «Танец в стиле Хип-хоп». Таблицы диагностики

➤ Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе освоения образовательной программы «Танец в стиле Хип-хоп».

➤ Результативность образовательной деятельности

➤ Конспекты открытых занятий.

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

**Подготовительная часть занятия:**

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения 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; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

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

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



### **Заключительная часть занятия:**

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

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

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

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

Знакомство с новым материалом проходит вначале без музыкального сопровождения, затем, как правило, в полтемпа и, наконец, в полный темп. В случае работы с неподготовленными учащимися применяется схема более глубокого и детального изучения воспитанниками основ хореографии и хип-хоп танца в партере, на середине. Прыжки и вращения исполняются в чистом виде, без усложнения координации, больше внимания уделяется пластике тела. Предлагается менее сложная информация. Танцевальные комбинации и схемы даются в упрощенном виде и меняются только тогда, когда будет достигнут определенный уровень совершенства в их исполнении. Изучение нового материала проходит без музыкального

сопровождения, затем он осваивается в очень медленном темпе, после чего пробуются исполнение в полтемпа и затем в полный темп.

На всех уровнях обучения первостепенное внимание уделяется работе над техникой хип-хоп танца, правильному исполнению упражнений и работе с музыкальным материалом. На протяжении всего времени обучения уделяется внимание развитию творческих способностей детей, интереса к современному хореографическому искусству, а также желанию заниматься в коллективе хип-хоп танца. В процессе обучения с подростками проводится воспитательная работа, разрабатываются правила поведения в жизни, на сцене и в зрительном зале.

Особенностью **подготовительного уровня обучения** является точное повторение предлагаемого танцевального материала и обязательное подчинение музыкальным канонам. Благодаря выполнению этих условий воспитанник подготовит себе грамотную техническую базу и выработает четкость исполнения и восприятия музыкального материала.

На **основном уровне обучения** особое внимание уделяется развитию физических способностей (шаг, гибкость, прыжок, пластичность) и музыкальных данных (слух, музыкальная выразительность движений) воспитанников, а также развитию индивидуальной манеры исполнения.

На **творческом уровне обучения**, благодаря занятиям по импровизации, наиболее широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой хип-хоп танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление.

В процессе обучения по образовательной программе «Танец в стиле «Хип-Хоп» применяются следующие **формы:**

- Тематические (изучение или повторение одной учебной темы).
- Комплексные или интегрированные (изучение одной темы с использованием двух, трех видов творческой деятельности).
- Зачетные (аттестация учащихся по теоретическим и практическим основам данного направления).

- Игровые – познавательные.
- Соревновательные (баттл).
- Выездные (творческие выступления).

### **Методы и приемы:**

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

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

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

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

### **Приёмы:**

- Комментирование.
- Инструктирование.
- Корректирование.

### **Педагогические технологии, применяемые при организации учебного процесса**

#### *1) групповые*

- предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию. Учебная группа делится на подгруппы для решения и выполнения конкретных задач. Задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося. Состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности;

#### *2) технология коллективно-взаимообучения*

- обучение есть общение учащихся и обучаемых. Работа в парах сменного состава позволяет развивать у обучающихся самостоятельность и коммуникативность (все учат каждого и каждый учит всех);

### *3) педагогика сотрудничества*

- совместная развивающая деятельность взрослых и детей, скреплённая взаимопониманием, совместным анализом её хода и результата.

Основные принципы педагогики сотрудничества:

- учение без принуждения;
- право на свою точку зрения;
- право на ошибку;
- успешность;
- мажорность;
- сочетание индивидуального и коллективного воспитания.

### *4) игровые*

- в их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

*Цели игровых технологий:*

- дидактические: расширение кругозора, применение знаний, умений, навыков на практике, развитие определённых умений и навыков;
- воспитательные: воспитание самостоятельности, сотрудничества, общительности, коммуникативности;
- развивающие: развитие качеств и структур личности;
- социальные: приобщение к нормам и ценностям общества, адаптация к условиям среды;

### *5) технология коллективной творческой деятельности*

- технология предполагает такую организацию совместной деятельности детей и взрослых, при которой все члены коллектива участвуют в планировании, подготовке, осуществлении и анализе любого дела.

Принципы технологии творчества:

- группы, в которых учащийся чувствует себя раскованно;
- педагогика сотрудничества;
- применение методик коллективной работы: мозговая атака, деловая игра, творческая дискуссия.
- стремление к творчеству, самовыражению, самореализации;

### **1. Материально-техническое обеспечение:**

- Танцевальный зал;
- Аудио и видео оборудование;
- Дидактические материалы;
- Концертные костюмы.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения: танцевальный зал, соответствующий требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14

- зеркальная стенка;
- аудиоаппаратура; диски и кассеты;
- специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (футболка, спортивные штаны, лосины, кроссовки);
- сценические костюмы;

Тематические папки:

- «Актерское мастерство в хореографии»
- «Музыка и танец»

Работа над танцем:

- Аудиотека.

Концертная деятельность. Стенды фотографий.

### **Используемый видео – материал:**

1. Студия Современного Танца Next/ NextDanceStudio.
2. Просто утро. Современные танцы.
3. Обучающее видео Dance. Танцуем Hip-hop.

4. Танцы улиц: Стрит-джаз, Хип-хоп с Карел Гейл.
5. Нip Нop - школатанцев «RaiSky Dance Studio».

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

### **ДЛЯ ПЕДАГОГА:**

1. Беляевский Антон «Хип-хоп как стиль жизни» Архангельск, 2003год.,
2. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. М., 2008 год.
3. «Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ» под общей редакцией Т.Н. Овчинниковой, Москва, «Просвещение», 2005 год.
4. Л. Шушкина. Ритмика. М., 2014 год.
5. [www.idance.ru](http://www.idance.ru) – Российский танцевальный портал
6. Конорова Е. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. М., 2008 год.
7. WhiteSmoke. «Статус свободы – голос твоих улиц» Москва, Андрей Еуал 2009 год.
8. Hip-HopFamilyTree. Эд Пискор., Москва 2013 год.
9. Павел Цацулин «Растяжка расслаблением», Москва, 2008год.
10. А. Кусков «Путь танцора. Начало» Москва, 2019 год.

### **ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:**

1. Амосов Т.Ю. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой РИПОЛ классик М.2011 год.
2. Беляевский А. «Хип-хоп как стиль жизни». Архангельск, 2003 год.,
3. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств», Москва, 2006 год.
4. Бочкарева Н.И. «Ритмика и хореография» Кемерово, 2000 год.

### **ДЛЯ УЧАЩИХСЯ:**

1. Судейский информационный справочник - учебно-методическое пособие Общероссийской танцевальной организации (ОРТО) Федерации современных танцев России, издание 2-е, переработанное и дополненное. Москва 2017 год.
2. «Вестник танцевальной жизни» - официальное издание

танцевального совета Unesco в России. Кемерово, 2014 год.

3. Якунина Е.И. «Из опыта работы педагогов дополнительного образования хореографических коллективов. Практические советы», Москва, 2015год.,

4. [www.idance.ru](http://www.idance.ru) – Российский танцевальный портал.

5. [www.model-357.ru](http://www.model-357.ru) – Московская школа современного танца Model-357.

6. [www.5678.ru](http://www.5678.ru) – Информационный танцевальный портал.

## **СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ**



**Брейк-данс** – уличный танец, сформировавшийся в Нью-Йорке в 60-х годах XX века.

**Баттл** – это состязание.

**Импровизация** – это возможность выразить себя в танцевальном движении очень честно, откровенно и точно.

**RaggaDancehall (не путать с RaggaJam)** - стилизованный танец. В его основе остались африканские пляски. Но внешне он всё больше напоминает смесь акробатики, хип-хопа и вычурно женских телодвижений.

**RaggaJam** – это танцевальное направление, представляющее из себя «гремучую» смесь заводного хип-хопа и знойных ритмов Ямайских и Антильских островов.

**Dancehall** – танцзал или танцплощадка.

**Jazz-funk**– современный танцевальный стиль.

**Partydance** – одна из форм социализации, предполагающая танец с партнером (синхрон) или в группе.

**Нью стайл** – это вариация на базе олдскульных стилей хип-хопа.

**Boogaloo** – жанр латинской музыки и танца.

**Animation** – метод, при котором изображениями манипулируют, чтобы они выглядели как движущиеся изображения.

**Popping** – стиль танца, основанный на сокращении мышц, создающий эффект резкого вздрагивания в теле танцора - пап или хит.

**Dimestop** – это быстрая остановка всего тела или его части, но без какого-либо импульса либо толчка.

**Funk**– одно из основополагающих течений афроамериканской музыки.

**Lockin - Локинг** – фанковый стиль танца, ассоциируемый также с хип-хопом. Название этого стиля пришло из английского «lock», так стали называть сочетание быстрых движений и замирания в импровизационных позициях на короткое время, а затем продолжения движений с той же скоростью.

***Bopping*** – это совокупность вэйвинга и стробинга, когда волна, идущая по телу, разбивается на большее количество точек.

***Saccin*** – это движение брейка представляет собой имитацию движений в свете стробоскопа. Состоит из множества мелких фаз, остановок, с резкими переходами между ними.

***Slowmo***– медленное движение представляет собой эффект в кинопроизводстве в результате чего появляется время, чтобы быть замедлено.

## РЕПЕРТУАРНЫЙ ПЛАН

	№ п/п	Хореографические постановки	Тематика хореографических постановок
Первый этап	1.	«Хип-Хоп»	Современная тематика
	2.	«Вакингстайл и хип-хоп»	Современная тематика
	3.	«Хаус»	Современная тематика
	4.	«В мастерской»	Современная тематика
	5.	«Стрит-данс»	Современная тематика
	6.	«Спортивный танец»	Спортивная тематика
	7.	«Уличный беспредел»	Современная тематика
	8.	«В маске»	Эстрадная тематика
	9.	«Новогодний переполох»	Эстрадная тематика
Второй этап	10.	«Леди стайл»	Современная тематика
	11.	Современный танец	Современная тематика
	12.	«Дансхолл»	Современная тематика
	13.	«Батл»	Современная тематика
	14.	Хип-хоп танец	Современная тематика
	15.	Сила мгновения	Эстрадная тематика
	16.	«Давай танцуй»	Современная тематика
	17.	«Перемена»	Современная тематика
	18.	Спорт	Эстрадная тематика
	19.	Хип-хоп	Эстрадная тематика
	20.	«Крейзи»	Современная тематика
Углубленный этап	21.	«Спектакль»	Эстрадная тематика
	22.	Локинг танец	Современная тематика
	23.	Поппинг танец	Современная тематика
	24.	«Спортивный танец»	Эстрадная тематика
	25.	Микс	Эстрадная тематика
	26.	Контемп танец	Современная тематика
	27.	«Перемена»	Эстрадная тематика
	28.	«Хип-Хоп»	Современная тематика
	29.	«Хаус стайл»	Современная тематика
	30.	Современный танец	Современная тематика
	31.	«Отражение»	Современная тематика

# ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

## Вводная диагностика

### Вводный уровень

Для приема в объединение «команда эстрадно-современного танца» по программе

вводного уровня (1 и 2 модули) необходимо:

1. Собственное желание ребенка обучаться танцам. Выясняется при личной беседе с ребенком и его родителем.
2. Умение ребенка концентрировать внимание на командах педагога и стремление выполнить их (не отвлекаться от процесса обучения).

Выявляется на вводном занятии с помощью игр, направленных на знакомство, приветствие, внимательность и выполнения упражнений по физической разминке.

Если ребенок часто отвлекается от процесса или не сразу воспринимает команды и условия игры, то такой ребенок определяется в группу стартового уровня 1-го модуля.

Все остальные претенденты на обучение по программе вводного уровня определяются в группу 2-го модуля.

### Базовый уровень

Для приема в объединение «команда эстрадно-современного танца» по программе базового уровня необходимо:

1. Собственное желание ребенка обучаться танцам. Выясняется при личной беседе с ребенком и его родителем.
2. Умение ребенка концентрировать внимание на командах педагога и стремление выполнить их (не отвлекаться от процесса обучения).

Выявляется на вводном занятии.

3. Выполнение упражнений вводной диагностики на 2 или 3 балла.

### Упражнения вводной диагностики

Учащиеся выполняют разминочные упражнения. На основании этих упражнений определяется степень развития пластики у ребенка, необходимой для занятий танцами по направлению «Хип-хоп».

1. Работа мышцами шеи:

- сдвиг шеи вправо - влево;
- вперед – назад;
- прорабатываем по точкам квадрата - вперед - вправо - назад - влево;
- соединяем все точки, прорабатывая круг шеей;

2. Работа плечевым поясом:

- правое плечо поднимается, а левое опускается;
- поочередный подъем плеч: подтянуть правое плечо вверх, затем левое плечо – опустить правое плечо, затем левое плечо. Упражнение выполняется сначала по точкам, затем плавно соединяем в единое движение – волну плечами.

3. Работа грудной клеткой (ГК):

- движение ГК вперед – назад за счет соединения и разведения лопаток;
- движение ГК вправо – влево;
- движение ГК по квадрату: вперед – вправо – назад – влево;
- соединяем все точки квадрата и исполняем круг ГК;

4. Работа бедрами:

- движение бедер вверх – назад за счет напряжения и расслабления мышц пресса;
- движение бедер вправо-влево;
- движение бедер по точкам квадрата: вверх – вправо – назад – влево;
- соединяем точки квадрата и исполняем круг бедрами.

5. Работа тазобедренного сустава (ТС):

ИП: плие по 2 позиции:

- развернуть ногу в ТС так, чтобы колено было направлено вовнутрь.

(упражнение выполняется в медленном темпе, затем в быстром темпе).

6. Работа голеностопом: ИП – ноги по 2-й параллельной позиции:

- поочередный подъем стоп на полупальцы и опускание в ИП (колени при подъеме сгибаются, при возвращении в ИП – выпрямляются).

7. Исполнение простой танцевальной связки на определенную музыку- в начале вместе с педагогом, а затем без него. Оценивается уровень восприятия движений, внимательность, память, ритмичность.

Оценочная шкала вводной диагностики базового уровня:

1 балл – не смог выполнить ни одно из упражнений: №1, 2, 3, 4, 5, 6, 7; (в этом случае ребенок определяется в группу стартового уровня (1-й или 2-й модули));

2 балла – не выполнил упражнения № 1, 3, упражнение № 7 выполнил со значительными ошибками (ребенок определяется на базовый уровень (1-й модуль));

3 балла – выполнил все упражнения (ребенок определяется в группу базового уровня (2 модуль)).

### Диагностическая карта вводной диагностики

#### учащихся объединения

#### «Команда эстрадно- современного танца DiveDance»»

№ п/п	Ф.И.О. учащегося	Задание №1	Задание №2	Задание №3	Задание №4	Задание №5	Задание №6	Задание №7	Общая оценка
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									

Оценка задания: выполнил / не выполнил.

## **Диагностический инструментарий для оценки результативности программы**

Данный диагностический инструментарий позволяет оценить динамику уровня обученности, развития и воспитания по следующим показателям: музыкальность, артистичность, пластичность и гибкость, координация движений, память, проявление активности и творчества, культура суждения о работе других, мотивация к занятиям, эмоциональный настрой, проявление самостоятельности учащихся.

### **Диагностика**

**Цель диагностики:** выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара).

Качественный анализ осуществляется по методике А.И. Бурениной. Предложенная в данной книге методика касается в основном ритмической пластики, поэтому, взяв за основу данные методики, была разработана индивидуальная диагностика для Команды эстрадно – современного танца «DiveDance» с учетом поставленных образовательных задач и специфики работы хореографического объединения.

	<i>Отлично (5 баллов)</i>	<i>Хорошо (4 балла)</i>	<i>Удовлетворительно (3 балла)</i>
<b>Обучение</b>	<b>Музыкальность</b>		
	Умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинает и заканчивает движения вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.	В движениях выражает общий характер музыки, темп. Начало и конец музыкального произведения совпадает не всегда.	Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.
	<b>Артистичность</b>		
	Умеет передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции. Умеет выразить свои чувства не только в музыке, но и в слове	Не всегда умеет передать гамму чувств через мимику и пантомиму. Движения не всегда эмоциональны.	Мимика бедная, движения невыразительные.
	<b>Пластичность, гибкость</b>		
Движения рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения, мягкие, плавные и музыкальные.	Несложные акробатические упражнения выполняет недостаточно плавно, гибко, музыкально.	Низкий уровень мягкости, плавности, музыкальности.	
	<b>Координация движений</b>		



	<p>Обладает точностью исполнения упражнений, правильным сочетанием рук и ног при танцевальных видах движений.</p> <p>Правильное и точное исполнение ритмических композиций в быстром и медленном темпе.</p>	<p>Недостаточно точно исполняет танцевальные упражнения, ритмические композиции в быстром и медленном темпе.</p>	<p>Низкий уровень точности исполнения упражнений, правильности сочетания рук и ног при танцевальных видах движения, исполнения ритмических композиций в разном темпе.</p>
	<b>Память</b>		
	<p>Способен запоминать музыку и движения, активно проявляет разнообразные виды памяти: музыкальную, двигательную и зрительную.</p>	<p>Способен запомнить последовательность упражнений в полном объёме при выполнении движений педагогом.</p>	<p>Не способен запомнить последовательность движений или требует большого количества повторений.</p>
<b>Развитие</b>	<b><i>Проявление активности и творчества</i></b>		
	<p>Обладает оригинальностью мышления, богатым воображением, развитой интуицией, легко увлекается творческим процессом</p>	<p>Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива, периодически инициативен, может предложить интересные идеи, но не всегда может оценить их и выполнить.</p>	<p>Инициативу проявляет редко, не испытывает радости при успешном выполнении задания, способен выполнять действия, но только при помощи педагога.</p>
	<b><i>Культура суждения о работе других</i></b>		

	Обладает способностью объективно оценивать работу партнёров	Не всегда способен объективно оценить деятельность партнёров.	Негативно реагирует на успех партнёра, не способен оценить работу других.
	<b><i>Мотивация к занятиям, эмоциональный настрой</i></b>		
	Чётко выраженные потребности. Стремление изучит предмет как будущую профессию.	Интерес на уровне увлечения, поддерживается самостоятельно. Устойчивая мотивация. Ведущие мотивы: познавательный, общения, добиться высоких результатов.	Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес иногда поддерживается самостоятельно.
	<b><i>Проявление самостоятельности учащихся</i></b>		
	Самостоятелен на занятиях.	Способен к самостоятельной деятельности, но не всегда её проявляет. Работоспособен при помощи преподавателя.	Не способен работать самостоятельно.
	<b><i>Способность к коллективному творчеству</i></b>		
	Соблюдает нормы коллективных отношений. Умеет работать в коллективе, группах, паре.	Не всегда испытывает потребность и стремление работать в коллективе.	Может пренебрегать нормами коллективных отношений. Не испытывает стремления работать в коллективе, группе, паре.
	<b><i>Способность к адекватной самооценке.</i></b>		
	<b><i>Уверенность в своих силах и возможностях</i></b>		
<b>Воспитание</b>			

	<p>Способен правильно воспринимать критику и самокритичен.</p> <p>Доброжелательно относится к партнёру.</p> <p>Уверен в своих силах и возможностях.</p>	<p>Не всегда может адекватно оценить себя. Не всегда уверен в своих силах и возможностях.</p>	<p>Неадекватно реагирует на критику.</p> <p>Не уверен в своих силах и возможностях.</p>
--	---	---	---

В процессе оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития используется 5-балльная шкала.

**Диагностическая карта промежуточной диагностики  
учащихся объединения «Команда эстрадно- современного танца DiveDance»**

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	I. Теоретические сведения (в соответствии с разделами программы)			II. Практические умения (в соответствии с разделами программы)			Средний балл	III. Творческие способности	IV. Организационно волевые качества			Средний балл по всем показателям	V. Уровень мероприяти й, в которых участвовал ребенок
		1 полуг.	2 полуг.	Средн. балл	1 полуг.	2 полуг.	Средн. балл			Самоконтроль	Самооценка	Устойчивость интереса к обучению		
1.														1-ОУ 2- район
2.														
3.														

**Оценка параметров:**

Начальный уровень 1 балл

Средний уровень 2 балла

Высокий уровень 3 балла

**Диагностическая карта итоговой аттестации  
учащихся объединения «Команда эстрадно-современного танца DiveDance»**

№ п/ п	Фамилия, имя учащегося	Обучение				Развитие			Воспитание			Средний балл
		Музыкальность	Артистичность	Пластичность, гибкость	Координация движений	Память	Проявление активности, творчества	Культура суждения о работе других	Мотивация к занятиям, эмоциональный настрой	Проявление самостоятельности учащихся	Способность к коллективному творчеству	
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
<b>Средний балл</b>												

Показатели оцениваются по пятибалльной шкале

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**Педагог**

\_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

Номер занятия	Месяц	Число	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Тема	Место проведения	Форма контроля
1				2 ч	1	Вводное занятие. Вводная диагностика. Правила совместной деятельности, техника безопасности.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение
2				2 ч	2	Ритмика. Характерная выразительность движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
3				2 ч	3	Движения пружинки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
4				2 ч	2	Ритмика. Движения волн.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
5				2 ч	2	Ритмика. Освоение маховых движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
6				2 ч	2	«Комбинируем движения».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
7				2 ч	2	Движения пружинки и волны.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
8				2 ч	3	Музыкальное движение.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение, практика
9				2 ч	3	Пружинные движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика

10			2 ч	3	Работа над музыкой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
11			2 ч	3	Маховые движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
12			2 ч	2	Игра на ритм. Сильные слабые доли.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
13			2 ч	3	Освоение плавных движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практическое занятие
14			2 ч	2	Прием пластической «волны».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
15			2 ч	3	Улучшение подвижности в суставах.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
16			2 ч	3	Упражнение на развитие подъема стопы, прыгучести.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
17			2 ч	2	Развитие подъема стопы, прыгучести.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
18			2 ч	2	Развитие выворотности, шага вперед, в сторону, назад (шпагаты).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
19			2 ч	3	Упражнения на развитие силы мышц спины и пресса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
20			2 ч	3	Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
21			2 ч	3	Упражнения для рук.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
22			2 ч	3	Упражнения для кистей рук.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика

23				2 ч	3	Упражнения для корпуса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
24				2 ч	3	Упражнения для ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
25				2 ч	3	Упражнения для ступней ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
26				2 ч	3	Прыжки отрывные, проскальзывающие.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
27				2 ч	3	Развитие гибкости.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
28				2 ч	3	Развитие эластичности мышц и связок.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
29				2 ч	3	Партерная гимнастика.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
30				2 ч	3	Урок по стрейчингу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
31				2 ч	2	Игры на внимательность.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
32				2 ч	8	Итоговое занятие. Промежуточная диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение, опрос, практические задания
33				2 ч	4	Изучение стиля техники Hip-Hop Old School [Party Dance].	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
34				2 ч	4	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания



35			2 ч	4	Движения с подниманием носка вверх и вынесением его вперед, в сторону, назад с закрытыми глазами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
36			2 ч	4	Основные позиции рук и ног. Основные положения корпуса, головы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
37			2 ч	4	«Маятник» - перенос веса тела с пятки на носок, с одной ноги на другую. Применение элемента в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
38			2 ч	3	«Противоход» - движение разноименных частей тела. Применение элемента в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
39			2 ч	3	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
40			2 ч	3	Упражнение на владение началом и окончанием движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
41			2 ч	3	Изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
42			2 ч	3	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
43			2 ч	3	Упражнения, на внимание и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
44			2 ч	3	Знакомство с понятиями: шеренга, колонна, дистанция.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
45			2 ч	3	Перестроение на ходу в колонне.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
46			2 ч	2	Импровизация движений на музыкальные темы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

47				2 ч	2	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
48				2 ч	2	Простейшие подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
49				2ч.	2	Движения под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
50				2 ч	3	Легкий шаг с носка, легкий бег. Применение элементов в простых танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
51				2 ч	3	Кружение через правое и левое плечо. Кружение на месте, на ходу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия Практика
52				2 ч	3	Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку, на носок вперед, назад и в сторону.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
53				2 ч	3	Плавное и резкое одновременное и поочередное движение руками. Применение элемента в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
54				2 ч	3	Простые и двойные приставные шаги вперед, назад, в сторону.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
55				2 ч	3	Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
56				2 ч	4	Основные танцевальные движения под счет и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
57				2 ч	4	Разнообразные сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
58				2 ч	4	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

59				2 ч	4	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, Наблюдение, практика
60				2 ч	4	Работа над: «groove» (перев. – «кач») база рук – мачо мэн, ристрол, лок, дабллок, клэп, гивенфайф, поинт.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
61				2 ч	4	Работы над: базой ног – шаги проходки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
62				2 ч	4	Базовые движения – скубиду, кэмбэллок, вариации базовых движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
63				2 ч	5	Изучение стиля Funk-Styles.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
64				2 ч	5	Проучивание движений: Popping, Locking, Boogaloo, Animation, Bopping, Robot (Botting).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
65				2 ч	5	Изучение движений: Strobing, Dimestop, Floating (Gliding), Waving, Digits (Finger Waving).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
66				2 ч	5	Изучение движений: 3D, Hitting (Ticking), Strutting, Saccin', Filmore, Slowmo.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
67				2 ч	5	Изучение основных движений: boogaloo, animation, popping.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
68				2 ч	5	Проучивание техники: Strobing, Dimestop, Floating (gliding).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
69				2 ч	5	Проучивание техники: locking, Bopping, robot (botting).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
70				2 ч	5	Изучение техники: waving, saccin', filmore.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

71			2 ч	5	Изучение техники: slowmo, digits (finger waving) 3D, hitting (ticking).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
72			2 ч	6	Проучивание движений: strutting, kingtut и др. V. LA Style.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
73			2 ч	6	Закрепление проученного материала прошлых уроков.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
74			2 ч	3	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 4/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
75			2 ч	3	Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
76			2 ч	3	Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
77			2 ч	3	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
78			2 ч	3	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
79			2 ч	6	Передача в движении шагом различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
80			2 ч	6	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
81			2 ч	3	Исполнение элемента «прочёс». Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика

82				2 ч	3	Элементарные упражнения для сохранения линий во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
83				2 ч	3	Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
84				2 ч	3	Перестроение на ходу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
85				2 ч	6	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
86				2 ч	6	Выполнение поворотов в различных техниках.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
87				2 ч	6	Танцевальные связки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
88				2 ч	6	Отражение ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
89				2 ч	6	Повторение предложенного ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
90				2 ч	6	Основные движения рук в танцевальных элементах.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
91				2 ч	6	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
92				2 ч	6	Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
93				2 ч	6	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

94				2 ч		Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
95				2 ч	3	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
96				2 ч	7	Постановка, изучение танца.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
97				2 ч	7	Движения танца.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
98				2 ч	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
99				2 ч	7	Различных комбинаций в стиле танца хип-хоп.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
100				2 ч	7	Связки направления Локинг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
101				2 ч	7	Стиль поппинг. Комбинирование движений с локингом.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
102				2 ч	6	Стиль Нью-стайл. Импровизация.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
103				2 ч	3	Пластическая «волна» всем телом.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
104				2 ч	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
105				2 ч	7	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика

106				2 ч	8	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Опрос, практические задания
107				2 ч	7	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практические задания
108				2 ч	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие

**КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

Номер занятия	Месяц	Число	Время проведения	Кол-во часов	Тема занятия	Тема	Место проведения	Форма контроля
1				2ч.	1	Вводное занятие. Техника безопасности.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение
2				2ч.	2	Ритмика, или элементы музыкальной грамоты.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
3				2ч.	2	Приемы музыкально-двигательной выразительности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
4				2ч.	2	Приемы пластических движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
5				2ч.	2	Такт, сильная и слабая доля, пауза.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

6				2ч.	3	Импровизационная игра в разных стилях танца. Анкетирование.	МБОУДО «ЦДТ»	Анкетировани е. Наблюдение
7				2ч.	2	Умение начинать двигаться с началом музыки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
8				2ч.	2	Умение придавать движению нужную динамическую выразительность.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
9				2ч.	2	Умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
10				2ч.	2	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4 и 4/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
11				2ч.	2	Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
12				2ч.	2	Изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
13				2ч.	2	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
14				2ч.	2	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
15				2ч.	2	Передача в движении шагом различного характера и темпа музыки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
16				2ч.	2	Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальная ритмика.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
17				2ч.	3	«Танцевальные точки». Ориентация по точкам в зале. Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия



18				2ч.	3	Ходьба друг за другом с последующим перестроением в колонну, шеренгу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практические задания
19				2ч.	3	Перестроение на ходу в колонну по одному, парами, по четыре.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
20				2ч.	3	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
21				2ч.	3	Движения с подниманием носка вверх и вынесением его вперед, в сторону, назад с закрытыми глазами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
22				2ч.	3	Основные позиции рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
23				2ч.	3	«Пружинка» и её применение в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
24				2ч.	3	«Противоход» - движение разноименных частей тела. Применение элемента в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
25				2ч.	3	Основные положения корпуса, голов.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
26				2ч.	4	Импровизация движений на музыкальные темы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
27				2ч.	4	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
28				2ч.	3	Определение сильных и слабых долей такта.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
29				2ч.	3	Простейшие подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

30			2ч.	4	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
31			2ч.	4	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
32			2ч.	8	Итоговое занятие. Промежуточная диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение опрос, практические задания
33			2ч.	4	Элементы танца, простые танцевальные движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
34			2ч.	4	Простой шаг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
35			2ч.	4	Танцевальный шаг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
36			2ч.	4	Применение элементов в простых танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
37			2ч.	4	Выполнение поворотов в различных техниках на одной ноге, на двух, в прыжке.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
38			2ч.	4	Простые и сложные приставные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
39			2ч.	4	Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
40			2ч.	4	Основные танцевальные движения под счет и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
41			2ч.	4	Разнообразные сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика

42				2ч.	4	Простейшие элементы пластики рук и корпуса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
43				2ч.	4	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
44				2ч.	4	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
45				2ч.	4	Ходьба и бег в рассыпную с использованием всего пространства с последующим построением в колонну, шеренгу, в круг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
46				2ч.	4	Перестроение на ходу в колонну по одному, парами, по четыре с сохранением дистанции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
47				2ч.	4	Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
48				2ч.	4	Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
49				2ч.	4	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
50				2ч.	4	Движения с подниманием носка вверх и вынесением его вперед, в сторону, назад с закрытыми глазами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
51				2ч.	5	«Пружинка», «маятник», и их применение в танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
52				2ч.	5	Отражение ритмического рисунка. Повторение предложенного ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
53				2ч.	5	Импровизация движений на музыкальные темы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

54			2ч.	5	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
55			2ч.	5	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами, качами, уровнями.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
56			2ч.	5	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
57			2ч.	5	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
58			2ч.	5	Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
59			2ч.	5	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
60			2ч.	5	Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
61			2ч.	4	Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
62			2ч.	5	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
63			2ч.	4	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
64			2ч.	5	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
65			2ч.	4	Основные движения рук в танцевальных элементах.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

66			2ч.	5	Передача в движении шагом различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
67			2ч.	3	Исполнение элемента «прочёс». Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практическое занятие
68			2ч.	4	Повторение предложенного ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
69			2ч.	5	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, и 4/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практическое занятие
70			2ч.	3	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
71			2ч.	3	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
72			2ч.	5	Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
73			2ч.	5	Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
74			2ч.	3	Урок по импровизации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
75			2ч.	3	Элементарные упражнения для сохранения линий во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
76			2ч.	3	Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
77			2ч.	4	Перестроение на ходу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

78				2ч.	4	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
79				2ч.	5	Выполнение поворотов в различных техниках.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
80				2ч.	6	Танцевальные связки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
81				2ч.	6	Отражение ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
82				2ч.	6	Передача в движении шагом различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
83				2ч.	6	Техника Jacking.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
84				2ч.	6	Техника Footwork.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия практика
85				2ч.	6	Техника Lofting.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
86				2ч.	6	Техника Krump.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
87				2ч.	6	Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практическое занятие
88				2ч.	6	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
89				2ч.	6	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

90				2ч.	6	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
91				2ч.	7	Постановка, изучение танца.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
92				2ч.	7	Движения танца.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
93				2ч.	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
94				2ч.	7	Различных комбинаций в стиле танца хип-хоп.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
95				2ч.	7	Связки комбинируемые с изученными стилями и направлениями.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
96				2ч.	7	Стиль поп-инг. Комбинирование движений с локингом.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение, практика
97				2ч.	4	Направление Нью-стайл. Импровизация.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
98				2ч.	3	Пластическая «волна» всем телом.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
99				2ч.	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
100				2ч.	7	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
101				2ч.	7	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
102				2ч.	7	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
103				2ч.	7	Разбор и разучивание танцевальных элементов под счёт.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

104				2ч.	7	Основные танцевальные движения под счет и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
105				2ч.	7	Разнообразные сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
106				2ч.	8	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Опрос, практические задания
107				2ч.	7	Элементы пластики рук и корпуса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
108				2ч.	3	Урок по импровизации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

### КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

#### 3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Номер занятия	Месяц	Число	Время проведения	Кол-во часов	Тема занятия	Тема	Место проведения	Форма контроля
1				2ч.	1	Вводное занятие. Правила совместной деятельности, техника безопасности.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение
2				2ч.	2	Движения пружинки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
3				2ч.	2	Ритмика. Характерная выразительность движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
4				2ч.	2	Развитие подъема стопы, прыгучести.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика



5				2ч.	2	Упражнение на развитие подъема стопы, прыгучести	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
6				2ч.	2	Улучшение подвижности в суставах.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
7				2ч.	2	Прием пластической «волны».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
8				2ч.	2	Освоение плавных движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
9				2ч.	2	Игра на ритм. Сильные слабые доли.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
10				2ч.	2	Маховые движения рукми, ногами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
11				2ч.	2	Работа над музыкой для постановки танца.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
12				2ч.	2	Музыкальное движение.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
13				2ч.	2	Движения пружинки и волны.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
14				2ч.	2	Пружинные движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практические задания
15				2ч.	3	Комбининиция движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
16				2ч.	3	Освоение маховых движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
17				2ч.	3	Движения волны.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
18				2ч.	7	Импровизация движений на музыкальные темы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
19				2ч.	3	Простые и сложные пристанные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

20				2ч.	3	Танцевальный шаг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
21				2ч.	3	Простой шаг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
22				2ч.	3	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
23				2ч.	3	Основные положения корпуса, головы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
24				2ч.	3	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
25				2ч.	3	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
26				2ч.	4	Элементы танца, простые танцевальные движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
27				2ч.	4	Выполнение поворотов в различных техниках на одной ноге, на двух, в прыжке.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
28				2ч.	4	Определение сильных и слабых долей такта.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
29				2ч.	4	Простейшие подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
30				2ч.	4	Применение элементов в простых танцевальных движениях.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
31				2ч.	4	Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
32				2ч.	9	Итоговое занятие. Промежуточная диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение, опрос, практические задания
33				2ч.	5	Основные танцевальные движения под счет и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

34				2ч.	5	Разнообразные сочетания разученных и отработанных движений с работой рук, хлопками, поворотами, прыжками.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
35				2ч.	4	Простейшие элементы пластики рук и корпуса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
36				2ч.	5	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, Практическое занятие
37				2ч.	4	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
38				2ч.	5	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 3/4 и 4/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
39				2ч.	4	Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
40				2ч.	5	Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
41				2ч.	5	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
42				2ч.	5	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
43				2ч.	5	Ходьба и бег в рассыпную с использованием всего пространства с последующим построением в колонну, шеренгу, в круг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
44				2ч.	5	Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

45			2ч.	5	Перестроение на ходу в колонну по одному, парами, по четыре с сохранением дистанции. Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
46			2ч.	5	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
47			2ч.	5	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
48			2ч.	5	Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
49			2ч.	4	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
50			2ч.	5	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
51			2ч.	4	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 4/4.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
52			2ч.	4	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
53			2ч.	5	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
54			2ч.	5	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
55			2ч.	5	Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
56			2ч.	5	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
57			2ч.	5	Повторение предложенного ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

58				2ч.	6	Основные движения рук в танцевальных элементах.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
59				2ч.	6	Элементарные упражнения для сохранения линий во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
60				2ч.	6	Отражение ритмического рисунка.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
61				2ч.	6	Танцевальные связки.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
62				2ч.	6	Выполнение поворотов в различных техниках.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
63				2ч.	6	Упражнения на выработку осанки, на развитие ловкости, равновесия, координации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
64				2ч.	6	Перестроение на ходу.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
65				2ч.	6	Движение в колонне, в шеренге по одному и парами с изменением движения по точкам.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
66				2ч.	6	Изучение и выполнение элементов танцевальной разминки под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
67				2ч.	5	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
68				2ч.	5	Упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
69				2ч.	6	Передача в движении шагом различного характера музыки, силы звучания, различного темпа.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
70				2ч.	5	Движения и упражнения под музыку со сменой ритма. Начало и окончание движения одновременно с музыкальной фразой.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия

71				2ч.	3	Исполнение элемента «прочёс». Повороты по точкам во время движения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
72				2ч.	6	Сохранение и изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
73				2ч.	7	Импровизация движений на музыкальные темы.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практическое занятие
74				2ч.	6	Определение сильных и слабых долей такта и передача их хлопками, притопами. Подражательные движения под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
75				2ч.	6	Подбор движений под музыку разного характера и темпа на определенную тему.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
76				2ч.	6	Передача различными формами движения ритмического рисунка, динамических акцентов музыки, отрывистости, плавности.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
77				2ч.	6	Свободное и естественное движение под четко ритмически организованную музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
78				2ч.	5	Техника Jacking.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
79				2ч.	5	Техника Footwork.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
80				2ч.	5	Техника Lofting.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
81				2ч.	6	Изучение движений «рор» «кач».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
82				2ч.	6	Изучение движений «Puppet» («марионетка»).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика

83				2ч.	6	Изучение движений «Strobbing» («мерцание»).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
84				2ч.	6	Изучение движений «KingTut».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
85				2ч.	6	Изучение движений «Gliding».	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
86				2ч.	5	Проучивание движений «Waving» («волна»).	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
87				2ч.	6	Освоение фигур VujuBanton.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
88				2ч.	6	Освоение фигур BountyKiller.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
89				2ч.	6	Освоение фигур DennisBrown.	МБОУДО «ЦДТ»	Наблюдение, практика
90				2ч.	6	Освоение фигур DubIncorporation.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
91				2ч.	6	Освоение фигур Diplo.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
92				2ч.	5	Совершенствование плавных движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
93				2ч.	5	Совершенствование маховых движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
94				2ч.	5	Совершенствование пружинных движений.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
95				2ч.	7	Игра на свободу от психологических зажимов эмоций, чувств и самого тела.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение

96			2ч.	8	Усовершенствование собственного репертуара движений, пластичности и грации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
97			2ч.	8	Игры на гармоничное восприятие себя, своего собственного Я.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение
98			2ч.	8	Находить источник позитивной энергии внутри себя.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
99			2ч.	7	Урок по импровизации.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
100			2ч.	8	Повторение простых и танцевальных шагов и их сочетание с движениями рук, головы и корпуса.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
101			2ч.	8	Простые и сложные пристанные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов. Танцевальные связки.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, наблюдение, практика
102			2ч.	8	Разбор и разучивание танцевальных элементов, движений, переходов, ритмического рисунка под счёт и под музыку.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, Наблюдение, практика
103			2ч.	8	Соединение разученных частей в танец.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия
104			2ч.	8	Связки Локинг.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, практика
105			2ч.	7	Нью-стайл. Импровизация.	МБОУДО «ЦДТ»	Практическое занятие
106			2ч.	8	Пластическая «волна» всем телом.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия, Практика
107			2ч.	9	Итоговое занятие. Итоговая диагностика.	МБОУДО «ЦДТ»	Опрос, практические задания
108			2ч.	8	Изучение рисунка танцевальной композиции.	МБОУДО «ЦДТ»	Рефлексия



## ЗАДАНИЯ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

### 1 год обучения:

1. Сочинить по одному движению для разминки на все группы мышц.  
(Составить свою последовательность упражнений на разминку).
2. Сочинить танцевальную комбинацию по направлению Funk-Styles.  
(8 тактов; размер: 2/4).

### 2 год обучения:

1. Сочинить по 2 упражнения на нижний и верхний пресс.
2. Сочинить танцевальную комбинацию с любым предметом, который можно задействовать в танец.  
Стиль направления на выбор: Popping, House.  
(8 тактов; размер 2/4).