

**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
Центр детского творчества «Витязь»  
(МОУ ДО ЦДТ «Витязь»)**



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор М.В. Мирошникова  
Приказ № 01-07/128 от 25.05.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**студии современного танца «INSIDE»**

Направленность программы – художественная

Срок реализации программы: 3 года

Возраст обучающихся: 9 – 17 лет

Автор-составитель:  
Алексеева Елена Александровна,  
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2023 г.

## Оглавление:

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план и календарный учебный график.....	5
2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения.....	5
2.2. Учебно-тематический план 2-го года обучения.....	6
2.3. Учебно-тематический план 3-го года обучения.....	7
2.4. Календарный учебный график.....	7
3. Содержание образовательной программы.....	8
3.1. Содержание программы 1-го года обучения.....	8
3.2. Содержание программы 2-го года обучения.....	10
3.3. Содержание программы 3-го года обучения.....	12
4. Воспитательный модуль.....	14
5. Ожидаемые результаты.....	16
6. Обеспечение программы.....	17
7. Контрольно-измерительные материалы.....	21
8. Список информационных источников.....	23

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студии современного танца «INSIDE» имеет художественную направленность, является модифицированной и соответствует нормативно-правовым требованиям Российской Федерации в сфере образования:

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р.

2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года.

3. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 № 70226).

Одним из приоритетных направлений развития нашей страны является приобщение обучающихся к здоровому образу жизни. Политика популяризации здорового образа жизни ведется достаточно активно. Сегодня многие предпочитают заниматься спортом, посещать различного рода кружки, студии для самосовершенствования себя и своего уровня жизни. Одним из видов занятий, призывающий вести здоровый образ жизни являются танцы. Заниматься танцами, так же как и любым видом спорта, может подготовленный здоровый человек, ведущий здоровый образ жизни. Современное танцевальное искусство среди подрастающего поколения России по большей части формировалось на улице (например, направления «стрит-джаз», «брейк-данс», «хип-хоп» и т.д.), и реализовать их потребности и способности на «законном основании» задача педагога. Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию детей и подростков в русло красивых сценических форм, отвлекая от уличной вычурности и безвкусицы. Получив возможность импровизировать и свободно танцевать в таком направлении как хип-хоп, дети и подростки избавляются от физических и психологических зажимов, у них изменяются двигательные привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики. Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия в виде тематических бесед, диспутов, посещения спектаклей и концертов по данному профилю, конкурсных поездок, проведения традиционных студийных досуговых мероприятий, направленных на осознание значения современного искусства и их личного творчества, развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Особенность программы состоит в том, что основной упор идет на развитие танцевальных способностей и раскрытие творческой индивидуальности каждого, обучение работы над собой, приобщение через современный танец хип-хоп к культуре в целом, расширение кругозора учащихся.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Педагогическая целесообразность программы 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 учащихся, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания.

**Цель программы** – развитие творческих способностей обучающихся посредством обучения современному танцу «хип-хоп».

**Задачи:**

*обучающие:*

1. Обучать азбуке музыкального движения, элементам классического танца, элементам народного сценического танца, элементам танца хип-хоп.
2. Ознакомить обучающихся со специальной лексикой, терминологией, с основами музыкальной грамоты.
3. Формировать танцевальные навыки и умения в соответствии с программными требованиями;

*развивающие:*

1. Развивать чувство ритма, координацию движения, гибкость суставов.
2. Развивать культуру поведения и общения, коммуникативные умения работы в команде.

*воспитательные:*

1. Воспитывать потребность у обучающихся к активной физической деятельности, здоровому образу жизни;
2. Оказывать поддержку обучающимся в творческом самовыражении.

На начальной стадии обучения хип-хоп важно набрать необходимое физическое состояние, развить координацию движений, изучить базовые движения, научиться музыкальной грамоте, чтобы гармонично двигаться под музыку. Этот фундамент позволит в дальнейшем успешно осваивать более сложные элементы и хореографию. Данная программа позволяет двигаться к обозначенным целям с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, закрепляя уже достигнутые результаты.

Образовательный процесс может быть организован заочно с применением дистанционных технологий по расписанию очных занятий. Работа в режиме online предполагает размещение учебных материалов, презентаций, видеолекций, мастер-классов, электронных экскурсий, викторин, дистанционных конкурсов, видеозаписей. Продумана система контроля за освоением обучающимися образовательной программы, оценочные и диагностические материалы, осуществляется обратная связь через комментарии, публичные опросы, составление рейтингов, отношение педагога к работам и результатам обучающихся.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академическому часу, что соответствует требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14, от 04.07.2014 № 41 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ). Программа реализуется в течение трёх учебных лет. Общий объем учебной нагрузки 144 часа в первый-второй год обучения и 216 часов – третий год обучения. Наполняемость групп: 7 – 15 человек. Возраст обучающихся 9 – 17 лет.

## 2. Учебно-тематический план

### 2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения

№ п/п	Разделы, тема	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения, этикет танцора. Игры на знакомство.	1	0,5	0,5
1.1	Изоляция и «кач» в хип-хоп культуре.	6	1	5
1.2	Координация работы бока и бедра. Работа бедра в разных направлениях и ритмах.	7	1	6
1.3	Растяжка всех групп мышц	10	0	10
1.4	Общая физическая подготовка	10	0	10
1.5	Прыжки разного типа	4	0	4
2.	Основные базовые навыки хип-хопа	7	1	6
2.1	Освоение базовых движений (степ, грук, джем)	10	1	9
2.2	Основы музыкальной грамоты	4	0	4
2.3	Освоение усложненных движений	10	1	9
3.	Этапы освоения вариаций и рутин	7	1	6
3.1	Изучение вариаций базовых движений	10	1	9
3.2	Освоение стилей уличных танцев	4	0	4
3.3	История современных танцевальных направлений	2	2	0
3.4	Самостоятельная практика	10	0	10
4.	Освоение импровизации и хореографии	7	1	6
4.1	Ознакомление с импровизацией	7	1	6
4.2	Практические задания на развитие импровизации	4	0	4
4.3	Изучение хореографической постановки	10	0	10
4.4	Практика работы над исполнением изученной хореографии	9	1	8
4.5	Прогон	5	0	5
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>13</b>	<b>131</b>

## 2.2. Учебно-тематический план 2-го года обучения

№ п/п	Разделы, тема	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения, этикет танцора. Игры на знакомство.	1	0,5	0,5
1.1	Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра	6	1	5
1.2	Растяжка всех групп мышц	7	1	6
1.3	Общая физическая подготовка	10	1	9
1.4	Прыжки разного типа	4	0	4
2	Основные навыки хип-хопа, фанка	10	1	9
2.1	Освоение базовых движений	10	1	9
2.2	Основы музыкальной грамоты	2	0	2
2.3	Освоение усложненных движений	7	1	6
3	Первые этапы освоения вариаций и рутин	10	1	9
3.1	Освоение вариаций базовых движений	8	1	7
3.2	Освоение стилей уличных танцев	4	0	4
3.3	История современных танцевальных направлений (фанк, вог)	2	2	0
3.4	Самостоятельная практика	8	0	8
4	Освоение импровизации и хореографии	7	1	6
4.1	Освоение и повторение принципов импровизации	8	1	7
4.2	Практические задания на развитие импровизации	9	1	8
4.3	Изучение и практика работы над исполнением хореографии	16	0	16
4.4	Прогон, батлы и джемы	10	0	10
4.5	Актерское мастерство	5	0	5
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>

## 2.2. Учебно-тематический план 3-го года обучения

№ п/п	Разделы, тема	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	0
1.1	Разминка и изоляция	10	1	9
1.2	Растяжка всех групп мышц	10	1	9
1.3	Общая физическая подготовка	10	1	9
1.4	Прыжки , крест кросс	10	0	10
2	Развитие основных навыков хип-хопа, фанка, вога	10	1	9
2.1	Освоение продвинутых движений, трюков	10	1	9
2.2	Музыкальная грамота	2	0	2
2.3	Освоение усложненных движений	10	1	9
3	Освоения вариаций и рутин	10	1	9
3.1	Освоение движений с увеличенной амплитудой	14	1	13
3.2	Стили уличной хореографии	10	0	10
3.3	История уличных танцевальных направлений	2	2	0
3.4	Самостоятельная практика	20	0	20
4	Импровизация	10	1	9
4.1	Принципы импровизаций	12	1	11
4.2	Практические задания на развитие импровизации	10	1	9
4.3	Изучение и практика работы над исполнением хореографии	28	0	28
4.4	Прогон, батлы и джемы	17	0	17
4.5	Конкурсная деятельность	10	0	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Число учебных занятий в неделю	Продолжительность учебных занятий	Количество часов в год
1	01 сентября	31 мая	2	2 часа	144
2	01 сентября	31 мая	2	2 часа	144
3	01 сентября	31 мая	3	2 часа	216

### 3. Содержание программы

#### 3.1. Содержание программы 1-го года обучения

1. Введение.

**Теория.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения, этикет танцора.

**Практика.** Игры на знакомство.

1.1 История возникновения хип-хоп культуры

**Теория.** Знакомство с хип-хоп культурой

**Практика.** Изоляция, кач в хип-хоп культуре.

1.2 Разминка во время занятий.

**Теория.** Значение разминки во время занятий и тренировок. Неразогретые мышцы и связки легко травмировать, они быстрее устают и дольше восстанавливаются. Разминка – залог долгих и успешных занятий без травм.

**Практика.** Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперёд и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Работа стопы.

1.3 Растяжка всех групп мышц.

**Теория.** Значение растяжки во время занятий и тренировок.

**Практика.** Упражнения на растяжку всех мышц. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

1.4 Общая физическая подготовка.

**Теория.** Значение ОФП для танцора во время занятий и тренировок.

**Практика.** Проработка всех групп мышц. Укрепление мышечного корсета.

1.5 Прыжки разного типа.

**Практика.** Освоение разных типов прыжков: скоки, качи, подскоки, тематические джемы.

2. Основные базовые навыки хип-хопа.

**Теория.** Знакомство с базовыми навыками хип-хопа.

**Практика.** Разучивание базовых движений хип-хопа.

2.1. Освоение базовых движений (степ, грув, джем).

**Теория.** Знакомство с базовыми навыками хип-хопа (степ, грув, джем). Развитие навыка логического мышления и совмещения базовых движений.

**Практика.** Отработка базовых движений хип-хопа. Основой современного хип-хопа стали прыжковые движения, «качи» и элементарные шаги. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения выполняются на 8 счетов.

2.2 Основы музыкальной грамоты.

**Практика.** Разбор структуры музыки – счет, восьмерка, слабые и сильные доли, акценты.

2.3 Освоение усложненных движений.

**Теория.** Знакомство с усложненными движениями.

**Практика.** Разучивание и отработка комбинированных прыжков, джемов, рутин, качей, грува.

3. Этапы освоения вариаций и рутин.

**Теория.** Знакомство с понятиями вариаций и рутин.

**Практика.** Освоение рутин. Рутин – более координационно сложная композиция в отличие от вариации, имеет более сложный ритмический рисунок. Рутин направлена для наработки определенной техники исполнения (скорость, пластика, и т.д.)

3.1 Вариации базовых движений.

**Теория.** Изучение вариаций базовых движений.



**Практика.** Освоение вариаций базовых движений, демонстрация того, как можно варьировать и видоизменять базовые движения.

3.2 Освоение стилей уличных танцев.

**Теория.** Знакомство с понятиями «Стили уличных танцев»

**Практика.** Street dance - Popping, Locking, House – самостоятельные стили, но техника исполнения этих направлений применяется в хип-хопе.

3.3 История современных танцевальных направлений.

**Теория.** Рассказ об истории современных танцевальных направлений.

**Практика.** Показ развития хип-хоп культуры в танце.

3.4 Самостоятельная практика.

**Практика.** Самостоятельная отработка базовых движений, элементов общих связок, исправление и корректировка ошибок

4. Импровизация.

4.1 Ознакомление с импровизацией.

**Теория.** Разъяснение сути и принципов танцевальной импровизации.

**Практика.** Упражнения на развитие импровизации.

4.2 Практические задания на развитие импровизации.

**Практика.** Различные творческие задания на развитие импровизации, воображения, раскрытия творческих способностей, избавление от зажимов, работу в команде.

4.3 Изучение хореографической потановки.

**Практика.** Хореография в хип-хопе – это рутина, отражающая определенную музыкальную композицию, развивает внимание и концентрацию, также координацию и музыкальный слух, технику исполнения.

4.4 Практика работы над исполнением изученной хореографии.

**Теория.** Выявление ошибок в технике исполнения.

**Практика.** Хореография выявляет наличия тех или иных ошибок в технике исполнения, поэтому просто выучить хореографию недостаточно, ее нужно и исполнить, работа над ошибками и недостающей техникой исполнения.

4.5 Прогон.

**Практика.** Подготовка к отчетному концерту – как вести себя на площадке и за кулисами, танцевальная стратегия на концерте, наработка танцевальной и физической выносливости.

В теоретическом блоке комплекса всех занятий, через рассказ или показ будут отражены основные сведения о поведении на занятиях, концертах, конкурсах, соревнованиях и т.д. Для общего развития обучающихся будут рассказываться мини-лекции о современной хореографии, ее культуре и истории возникновения многих направлений, а также о принципах выстраивания хореографических постановок.

### 3.2. Содержание программы 2-го года обучения

#### 1. Введение.

**Теория.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения, этикет танцора.

**Практика.** Игры на знакомство.

##### 1.1 Разминка во время занятий.

**Теория.** Значение разминки во время занятий и тренировок. Неразогретые мышцы и связки легко травмировать, они быстрее устают и дольше восстанавливаются. Поэтому, разминка – это залог долгих и успешных занятий без травм.

**Практика.** Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперёд и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Работа стопы. Изоляция, кач в хип-хоп культуре.

##### 1.2 Растяжка всех групп мышц.

**Теория.** Значение растяжки во время занятий и тренировок.

**Практика.** Упражнения на растяжку всех мышц. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

##### 1.3 Общая физическая подготовка.

**Теория.** Значение ОФП для танцора во время занятий и тренировок.

##### 1.4 Прыжки разного типа.

**Практика.** Освоение разных типов прыжков: скоки, качи, подскоки, тематические джемы

1.4 Освоение базовых движений (степпы и кач) Основой современного хип хопа стали прыжковые движения, «качи» и элементарные шаги. Большая часть движений «направлены» вниз, а не вверх. Присутствует некая «расслабленность» в теле. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения исполняются на 8 счетов.

#### 2. Основные базовые навыки хип-хопа.

**Теория.** Знакомство с базовыми навыками хип-хопа.

**Практика.** Разучивание базовых движений хип-хопа.

##### 2.1. Освоение базовых движений (степ, грав, джем).

**Теория.** Знакомство с базовыми навыками хип-хопа (степ, грав, джем). Развитие навыка логического мышления и совмещения базовых движений.

**Практика.** Отработка базовых движений хип-хопа Основой современного хип-хопа стали прыжковые движения, «качи» и элементарные шаги. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения исполняются на 8 счетов.

##### 2.2 Основы музыкальной грамоты.

**Практика.** Разбор структуры музыки – счет, восьмерка, слабые и сильные доли, акценты.

##### 2.3 Освоение усложненных движений.

**Теория.** Знакомство с усложненными движениями.

**Практика.** Разучивание и отработка комбинированных прыжков, джемов, рутин, качей, грува.

#### 3. Этапы освоения вариаций и рутин.

**Теория.** Знакомство с понятиями вариаций и рутин.

**Практика.** Освоение рутин. Рутин – более координационно сложная композиция в отличие от вариации, имеет более сложный ритмический рисунок. Рутин направлена для наработки определенной техники исполнения (скорость, пластика, и т.д.)

##### 3.1 Вариации базовых движений.

**Теория.** Изучение вариаций базовых движений.

**Практика.** Освоение вариаций базовых движений, демонстрация того, как можно варьировать и видоизменять базовые движения.

3.2 Освоение стилей уличных танцев.

**Теория.** Знакомство с понятиями «Стили уличных танцев»

**Практика.** Street dance - Popping, Locking, House – самостоятельные стили, но техника исполнения этих направлений применяется в хип-хопе.

3.3 История современных танцевальных направлений (фанг, вог).

**Теория.** Рассказ об истории современных танцевальных направлений.

**Практика.** Показ развития хип-хоп культуры в танце.

3.4 Самостоятельная практика.

**Практика.** Самостоятельная отработка базовых движений, элементов общих связок, исправление и корректировка ошибок.

4. Импровизация.

4.1 Освоение и повторение принципов импровизации.

**Теория.** Разъяснение сути и принципов танцевальной импровизации.

**Практика.** Упражнения на развитие импровизации.

4.2 Практические задания на развитие импровизации.

**Практика.** Различные творческие задания на развитие импровизации, воображения, раскрытия творческих способностей, избавление от зажимов, работу в команде.

4.3 Изучение и практика работы над исполнением хореографической постановки.

**Практика.** Хореография в хип-хопе – это рутина, отражающая определенную музыкальную композицию, развивает внимание и концентрацию, также координацию и музыкальный слух, технику исполнения. Более усложненный материал, чем на первом году обучения, материал должен быть выше уровня учащихся, чтобы был здоровый рост и прогресс.

4.4 Прогоны, батлы, джемы.

**Практика.** Практика импровизации и применение наработанного материала.

4.2 Актерское мастерство.

**Практика.** Избавление от зажимов, развитие артистизма.

В теоретическом блоке комплекса всех занятий, через рассказ или показ будут отражены основные сведения о поведении на занятиях, концертах, конкурсах, соревнованиях и т.д. Для общего развития обучающихся будут рассказываться мини-лекции о современной хореографии, ее культуре и истории возникновения многих направлений, а также о принципах выстраивания хореографических постановок.

## 3.2. Содержание программы 3-го года обучения

### 1. Введение.

**Теория.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения, этикет танцора.

**Практика.** Разыгрывание ситуаций в час

#### 1.1 Разминка и изоляция во время занятий.

**Теория.** Значение разминки во время занятий и тренировок. Неразогретые мышцы и связки легко травмировать, они быстрее устают и дольше восстанавливаются. Разминка – залог долгих и успешных занятий без травм.

**Практика.** Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперед и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Работа стопы. Изоляция, кач в хип-хоп культуре.

#### 1.2 Растяжка всех групп мышц.

**Теория.** Значение растяжки во время занятий и тренировок.

**Практика.** Упражнения на растяжку всех мышц. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

#### 1.3 Общая физическая подготовка.

**Теория.** Значение ОФП для танцора во время занятий и тренировок.

#### 1.4 Прыжки, крест кросс.

**Практика.** Освоение разных типов прыжков: скоки, качи, подскоки, тематические джемы

1.4 Освоение базовых движений (степы и кач) Основой современного хип хоба стали прыжковые движения, «качи» и элементарные шаги. Большая часть движений «направлены» вниз, а не вверх. Присутствует некая «расслабленность» в теле. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения исполняются на 8 счетов, перемещение по диагонали в форме кроссовых непрерывных упражнений на все группы мышц.

### 2. Развитие навыков хип-хопа, фанка, вога

**Теория.** Знакомство с продвинутыми навыками хип-хопа, вога, фанка.

**Практика.** Разучивание продвинутых движений хип-хопа, вога, фанка.

#### 2.1. Освоение продвинутых движений, трюков

**Теория.** Знакомство с продвинутыми навыками хип-хопа и трюками. Развитие навыка логического мышления и совмещения движений.

**Практика.** Отработка движений хип-хопа Основой современного хип-хопа стали прыжковые движения, «качи» и шаги, освоение сальто, акробатических трюков. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения исполняются на 8 счетов.

#### 2.2 Музыкальная грамота.

**Практика.** Разбор структуры музыки – счет, восьмерка, слабые и сильные доли, акценты.

#### 2.3 Освоение усложненных движений.

**Теория.** Знакомство с усложненными движениями.

**Практика.** Разучивание и отработка комбинированных прыжков, джемов, рутин, качей, грува.

### 3. Освоения вариаций и рутин.

**Теория.** Знакомство с понятиями вариаций и рутин.

**Практика.** Освоение рутин. Рутин – более координационно сложная композиция в отличие от вариации, имеет более сложный ритмический рисунок. Рутин направлена для наработки определенной техники исполнения (скорость, пластика, и т.д.)

#### 3.1 Вариации базовых движений.

**Теория.** Изучение движений с увеличенной амплитудой .

**Практика.** Освоение движений, демонстрация того, как можно варьировать и видоизменять базовые движения, увеличивая при этом амплитуду и меняя форму.

### 3.2 Освоение стилей уличных танцев.

**Теория.** Знакомство с понятиями «Стили уличных танцев»

**Практика.** Street dance - Popping, Locking, House – самостоятельные стили, но техника исполнения этих направлений применяется в хип-хопе.

### 3.3 История уличных танцевальных направлений (фанг, вог).

**Теория.** Рассказ об истории уличных танцевальных направлений.

**Практика.** Показ развития хип-хоп культуры в танце.

### 3.4 Самостоятельная практика.

**Практика.** Самостоятельная отработка базовых движений, элементов общих связок, исправление и корректировка ошибок.

## 4. Импровизация.

### 4.1 Принципы импровизации

**Теория.** Разъяснение сути и принципов танцевальной импровизации.

**Практика.** Упражнения на развитие импровизации.

### 4.2 Практические задания на развитие импровизации.

**Практика.** Различные творческие задания на развитие импровизации, воображения, раскрытия творческих способностей, избавление от зажимов, работу в команде.

### 4.3 Изучение и практика работы над исполнением хореографической постановки.

**Практика.** Хореография в хип-хопе – это рутина, отражающая определенную музыкальную композицию, развивает внимание и концентрацию, также координацию и музыкальный слух, технику исполнения. Более усложненный материал, чем на первом году обучения, материал должен быть выше уровня учащихся, чтобы был здоровый рост и прогресс.

### 4.4 Прогоны, батлы, джемы.

**Практика.** Практика импровизации и применение наработанного материала.

### 4.2 Конкурсная деятельность.

**Практика.** Избавление от зажимов, развитие артистизма по средствам выступлений. Участие в конкурсах разных уровней.

В теоретическом блоке комплекса всех занятий, через рассказ или показ будут отражены основные сведения о поведении на занятиях, концертах, конкурсах, соревнованиях и т.д. Для общего развития обучающихся будут рассказываться мини-лекции о современной хореографии, ее культуре и истории возникновения многих направлений, а также о принципах выстраивания хореографических постановок.

#### 4. Воспитательный модуль

Дополнительное образование сегодня – это необходимое звено в воспитании многогранной личности, органично и естественно сочетающее в себе процессы обучения ребенка конкретной прикладной деятельности и разностороннего воспитания. Организации дополнительного образования обладают существенным воспитательным потенциалом и благоприятными условиями для поддержки творческих устремлений детей в самопознании, самоопределении, самореализации и самоутверждении.

Общей целью воспитания в МОУ ДО ЦДТ «Витязь» является приобщение обучающихся к российским традиционным духовно-нравственным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, а также создание условий для гармоничного вхождения обучающихся в социальную и профессиональную среды.

Достижению поставленной общей цели воспитания будут служить следующие задачи:

- формировать у обучающихся духовно-нравственные, гражданско-правовые ценности, чувство причастности и уважительного отношения к историко-культурному и природному наследию России и малой родины;
- формировать у обучающихся внутреннюю позицию личности по отношению к окружающей социальной действительности;
- формировать мотивацию к профессиональному самоопределению обучающихся, приобщению к социально-значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

Воспитательная работа в творческом объединении студии современного танца «INSIDE» осуществляется по нескольким направлениям деятельности (духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, экологическое), позволяющим охватить и развить все аспекты личности обучающихся. Воспитательная деятельность, органично вплетенная в процесс обучения, позволяет суммировать полученные знания, умения, навыки и ориентировать личность ребенка на творческое саморазвитие и нравственное самосовершенствование.

Система общих воспитательных дел и мероприятий включает в себя:

- массовые мероприятия учебного характера (к ним относятся итоговые, отчетные, открытые занятия, участие в конкурсах и т.д.);
- массовые мероприятия воспитательно-развивающего характера (тематические праздники, календарные праздники, юбилейные мероприятия и др.);
- социальные акции и проекты;
- экскурсии и выходы в театры и музеи
- профориентационные мероприятия (дни открытых дверей, встречи с выпускниками).

#### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения	Место проведения
1	Инструктажи о правилах поведения и технике безопасности	(сентябрь, январь)	МОУ ДО ЦДТ «Витязь»
2	Участие в массовых мероприятиях разного уровня	согласно графику	МОУ ДО ЦДТ «Витязь»

3	Участие в создании поздравлений к праздникам (День учителя, День матери, Новый год, 23 февраля, 8 марта, 9 мая и т.д.)	согласно календарю	МОУ ДО ЦДТ «Витязь»
4	Участие в общих воспитательных мероприятиях Центра: социальная акция «Нарисуй МИР!», образовательная игра по безопасности жизнедеятельности «QR-код твоей безопасности», Новогодние театрализованные представления, городская выставка декоративно-прикладного и изобразительного творчества «Пасхальная радость», субботник по благоустройству территории вокруг учреждения, социальная акция-флешмоб «Здесь прописано сердце моё»	сентябрь октябрь  декабрь  апрель-май  июнь	МОУ ДО ЦДТ «Витязь», другие организации и ведомства
5	Проведение в творческом объединении воспитательных мероприятий (День матери, 8 марта, 23 февраля, Новогодние мероприятия и т.д.)	согласно календарю	МОУ ДО ЦДТ «Витязь»
6	Организация открытых занятий обучающихся	май	МОУ ДО ЦДТ «Витязь»

## **5. Ожидаемые результаты**

### **Результаты первого года обучения:**

1. Предметные: обучиться азбуке музыкального движения, элементам классического танца, элементам народного сценического танца, элементам танца хип-хоп.
2. Метапредметные: развитие чувства ритма, координации движения, гибкости суставов; художественного и музыкального вкуса.
3. Личностные: интерес к искусству хореографии, дисциплинированность в коллективе, дружеские отношения.

### **Результаты второго года обучения:**

1. Предметные: обучиться основным элементам танца хип-хоп, знать стили и разновидности техники исполнения и принципа движения тела и уметь исполнять их под музыкальное сопровождение.
2. Метапредметные: развитие чувства ритма, координации движений, гибкости суставов; художественного и музыкального вкуса.
3. Личностные: интерес к искусству хореографии, дисциплинированность в коллективе, культура поведения и общения, коммуникативные умения работы в команде.

### **Результаты третьего года обучения:**

1. Предметные: обучиться продвинутым элементам танца хип-хоп, знать стили и разновидности техники исполнения и принципа движения тела и уметь исполнять их под музыкальное сопровождение, а также импровизировать.
2. Метапредметные: развитие чувства ритма, координации движений, гибкости суставов; художественного и музыкального вкуса.
3. Личностные: интерес к искусству хореографии, дисциплинированность в коллективе, культура поведения и общения, коммуникативные умения работы в команде.

### **Результаты обучения по программе студии современного танца «INSIDE»**

Учащиеся должны знать:

1. Принципы здорового образа жизни;
2. Танцевальные направления современных уличных танцев хип-хоп;
3. Стили и разновидности техники исполнения и принципа движения тела и исполнять их под музыкальное сопровождение;
4. Изученные базовые шаги различных стилей, изученные комбинации и композиции, групповые постановки;
5. Комплекс упражнений по общей физической подготовке и стретчингу.

Учащиеся должны уметь:

1. Слышать музыку и ритм;
2. Исполнять движения в соответствии с характером стиля танца;
3. Выполнять базовые танцевальные шаги хип-хопа под музыкальное сопровождение;
4. Импровизировать;
5. Исполнять хореографию;
6. Выступать командой, дуэтом, соло в соответствии с выученными композициями.



## **6. Обеспечение программы**

### **6.1. Методическое обеспечение**

Реализация программы проводится в соответствии с основными педагогическими принципами:

- принцип системности (предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении)
- принцип дифференциации (предполагает выявление и развитие у обучающихся склонностей и способностей по различным направлениям) принцип увлекательности (учитывает возрастные индивидуальные особенности обучающихся)
- принцип коллективизма (способствует развитию разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу)
- принцип креативности (предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности).

Методические принципы построения программы:

1. Последовательное обучение от базовых навыков до изучения элементов повышенной сложности.
2. Параллельное освоение теории и практики.
3. Параллельное освоение общих и индивидуальных связей и вариаций.
4. Включение в курс исторических справок о танце в целом, расширение культурного кругозора.

На теоретических занятиях даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, на практических занятиях изложение теоретических положений сопровождается практическим показом самим преподавателем, даются основные базовые движения хореографии. Во время занятий происходит доброжелательная коррекция. Педагог добивается того, чтобы все участники пытались максимально точно выполнить задание.

Развитие личности ребенка в учреждении дополнительного образования детей идет на учебном занятии, в воспитательной работе; на досуговых и творческих мероприятиях с применением форм, методов и педагогических технологий, которые соответствуют интересам и потребностям учащихся. Прохождение каждой новой темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. В конце каждого года проводится итоговое занятие, где подводят итоги проделанной работы в форме концерта.

Особое значение приобретает взаимодействие традиционных и инновационных педагогических подходов на занятиях с хореографическим коллективом.

К традиционным методам подготовки относятся методы и рекомендации по изучению танцевальной техники, построения и разучивание танцевальных комбинаций, изучение истории становления и развития искусства танца, общее эстетическое развитие занимающихся.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты: современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей; педагогические аспекты творческой деятельности; методы развития межличностного общения в коллективе; интеграцию в процессе создания коллективного творческого

продукта танцевального коллектива; методы создания художественной среды средствами хореографии.

Инновационный опыт представляет собой применение комплексного способа разучивания танцевальных комбинаций на основе приема «от простого к сложному» для развития танцевальных способностей воспитанников.

Данный способ включает:

- визуальный компонент (наглядная подача материала самим педагогом, знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, просмотр идеальных образцов танцевальной культуры);
- теоретический компонент (объяснение правил выполнения движений с учетом возрастных особенностей детей);
- практический компонент (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти; на практических занятиях использую видеосъемку, для работы на следующем этапе);
- рефлексивный компонент (предполагает обращение к видеозаписи практических занятий для анализа и сравнения, что позволяет оценить достоинства и недостатки работы; также дается установка на домашнее задание, мысленный повтор разученных комбинаций).

Наиболее эффективными педагогическими технологиями в работе с детьми являются следующие:

1. Здоровьесберегающие технологии, направленные на сохранение физического, психического здоровья, нравственного и духовного здоровья.

2. Игровые технологии, способствующие ускорению процесса адаптации, межличностному и территориальному знакомству, выявлению лидеров и аутсайдеров.

3. Информационно-коммуникационные технологии. Процесс обучения одаренных детей должен предусматривать наличие и свободное использование разнообразных источников и способов получения информации, в том числе через компьютерные сети. В той мере, в какой у учащегося есть потребность в быстром получении больших объемов информации и обратной связи о своих действиях, необходимо применение компьютеризованных средств обучения. Полезными могут быть и средства, обеспечивающие богатый зрительный ряд.

Соблюдая правила внешнего поведения, форму одежды, регулирующих взаимоотношения между тренером и танцором, между танцорами, между младшими и старшими танцорами, между зрителями и танцорами, между судьями и участниками турниров все руководствуются правилами ЭТИКЕТА.

#### **Этика поведения**

- В зал можно входить только в специальной обуви (кедах).
- Опаздывать считается дурным тоном. При опоздании приступить к тренировке можно только с разрешения тренера
- В начале и конце занятия обязательно приветствие
- Все упражнения на тренировке происходят только по команде тренера.
- В танцевальном зале танцоры построены в шахматном порядке, для лучшего обзора тренера.

- Младшие ученики и ученики маленького роста находятся в первых рядах. \*Танцоры всегда должны вести себя с достоинством, демонстрируя манеру настоящего спортсмена.
- Танцоры должны общаться друг с другом, так как бы они хотели, чтобы общались с ними.

#### **На турнирах, соревнованиях, смотрах:**

- Все танцоры должны уметь с достоинством проигрывать и соответственно выигрывать.
- Акты насилия или запугивания направленные на тренера, Организаторов, Судей или танцоров недопустимы .
- Танцор обязан:
  - Быть пунктуальным и вести себя должным образом.
  - Дружественно относиться к рядом находящимся танцорам и никогда не позволять быть невнимательным к текущему выступлению.
  - Быть спокойным и воздерживаться от комментариев во время разминки или репетиции в ожидании своего выступления.
  - Делать все возможное, чтобы сохранять чистоту в раздевалках, туалетах и помещений за кулисами, и выносить мусор в установленные места. \*
  - Относиться к другим танцорам и нациям с уважением, должен удерживаться от создания необязательного шума и движения во время выступлений.
  - Танцор и его болельщики должны воздерживаться от громкого шума создаваемого горнами, которые могут мешать судьям, аудитории и исполнителям.
  - Однако приветствуется создание хорошей атмосферы и поддержка выступающих.
  - Каждый танцор всегда должен действовать в дружественной манере по отношению к своим соперникам,
  - Танцоры должны делать все попытки для создания должного и позитивного имиджа танца для аудитории.
  - Музыка всегда должна соответствовать возрасту. Слова не должны содержать неприемлемые выражения особенно в категориях Дети и Юниоры. Тема и хореография всегда должны соответствовать возрасту и не должны содержать вульгарности и двусмысленных движений, которые неприемлемы. Костюм также должен соответствовать возрасту и приличию. Он должен быть исполнен с хорошим вкусом.

#### **Примерная структура занятия**

1. Каждое занятие начинается со специально выученного танцевального приветствия (поклона) 3 мин.
2. Разминочный кроссовый комплекс (перемещение в диагонали, по прямой) 5 мин
3. Упражнение на развитие амплитуды движений. 5 мин
4. Уровни 7 мин
5. Изучение танцевальных комбинаций 10 мин
6. Растяжка 5 мин
7. Импровизация/баттл/джем 5 мин

## **6.2. Материально-техническое обеспечение**

Для условий организации учебного процесса необходимо иметь следующее оборудование:

1. Учебный класс с деревянным полом или специальным линолеумом для занятий хореографией, оборудованный стенками и зеркалами.
2. Костюмы для выступлений.
3. Техническое оснащение: магнитофон или музыкальный центр, музыкальные инструменты.
4. Методические карточки, плакаты, DVD диски, USB носители, диски с записями.

## 6. Контрольно-измерительные материалы

Специфика аттестации учащихся и форм отслеживания результатов освоения программы «Искусство танца (хип-хоп)» заключается в том, что оценивается степень освоения учащимися основного теоретического материала программы по результатам итоговых занятий и уровень освоения практических навыков, посредством анализа результатов участия обучающихся в различных концертных выступлениях, смотрах, конкурсах, открытых и итоговых занятиях учебной и воспитательной работы, подготовленными в ходе реализации программы.

Во время реализации программы большое внимание уделяется диагностике наращивания творческого потенциала детей: на вводных, заключительных занятиях и во время промежуточной аттестации с целью определения интересов ребенка, мотивации к занятиям, уровня развития знаний, умений и навыков.

В качестве диагностики используются:

- устный опрос;
- тестирование;
- концерты, конкурсы.

### Способы определения результативности обучения

Для оценки уровня обученности проводится текущий и итоговый контроль обучаемых на зачетах и итоговых занятиях. Учащиеся получают задания на работу в команде, творческие задания на составление танцевальных композиций определенного стиля хип-хоп в соло, дуэте и группе. Проводятся танцевальные «баттлы» (учащиеся соревнуются между собой в умении импровизировать под музыку определенного стиля). Также учащиеся имеют набор танцевальных номеров для выступлений в школе, на праздниках и соревнованиях, батлах. Результатом совместной деятельности учащихся могут быть выступления на конкурсах.

### Критерии оценки результатов обучения по программе

Показатели (параметры)	Критерии	Диагностические средства	Количество баллов	Обоснование оценки
<i>Теоретическая и практическая подготовка по программе</i>				
1. Владение комплексом теоретических знаний	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Педагогическое наблюдение, беседа, устный опрос, тесты	5	Знание и четкое выполнение.
			4	Выполнение с небольшими ошибками.
			3	Плохое знание и выполнение.
6. Владение элементами изученных танцевальных стилей	Отсутствие затруднений в выполнении	Педагогическое наблюдение, практические задания, открытые занятия, мастер-классы	5	Знание и четкое выполнение.
			4	Знание, не четкое выполнение.
			3	Неправильное выполнение.

<b>Общеучебные умения и навыки</b>				
1. Навыки коллективного исполнения танца	Согласованность действий с группой	Педагогическое наблюдение, беседа	5	Четкость и правильность исполнения танца. Допускает ошибки в коллективном исполнении. Действия рассогласованы с коллективом..
			4	
			3	
2. Учебно-коммуникативные умения	Адекватность восприятия информации	Педагогическое наблюдение, беседа, учебные и открытые занятия	5	Знает и выполняет требования педагога. Не всегда выполняются требования. Правила и требования выполняются с трудом.
			4	
			3	
<b>Учебно-организационные умения и навыки</b>				
1. Аккуратность в работе с реквизитом	Аккуратность, ответственность в работе с костюмом	Педагогическое наблюдение, беседа	5	Бережное отношение. Не всегда отношение бережное. Реквизит возвращается с дефектами.
			4	
			3	
2. Дисциплинированность	Соответствие требованиям педагога	Педагогическое наблюдение, беседа	5	Всегда дисциплинирован. Не всегда дисциплинирован. Постоянные замечания на занятиях.
			4	
			3	
3. Навыки концертной деятельности	Участие в конкурсах различного уровня, концертах	Количество выступлений и участия	5	Активно принимает участие во всех конкурсах, концертах. Частично принимает участие в конкурсах, концертах. Избегает участия в мероприятиях.
			4	
			3	

## 6. Список информационных источников

### Список нормативно-правовых документов:

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р. [Электронный ресурс] – Режим доступа Консультант Плюс): [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_413581/1b1d2b8512a1ba1441c9a3f80cc4dbd5cda16c0f/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413581/1b1d2b8512a1ba1441c9a3f80cc4dbd5cda16c0f/)
2. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. постановлением Правительства области от 17.07.2018 года № 527-п. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gcro.ru/pfdo-doc> (официальный сайт МОУ «ГЦРО»).
3. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»). [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://sudact.ru/law/pismo-minobrnauki-rossii-ot-18112015-n-09-3242/>
4. Положение о персонифицированном дополнительном образовании детей в городе Ярославле, утв. постановлением мэрии города Ярославля от 11.04.2019 года № 428. [Электронный ресурс] – Режим доступа: [https://yarlad.edu.yar.ru/dokumenti/polozh\\_pers\\_dop\\_obr.pdf](https://yarlad.edu.yar.ru/dokumenti/polozh_pers_dop_obr.pdf).
5. Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. приказом департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 года № 19-нп. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gcro.ru/pfdo-doc> (официальный сайт МОУ «ГЦРО»).
6. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 № 70226).
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018 г. № 298н 2 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71932204/> (информационно-правовой портал «Гарант»).
8. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28; <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/> (информационно-правовой портал «Гарант»).
9. Сборник нормативно-правовых и информационно-методических материалов по организации внутреннего контроля образовательной деятельности в учреждениях дополнительного образования муниципальной системы образования г. Ярославля [Текст] / под редакцией Е.Г. Абрамовой, И.В. Лаврентьевой. – Ярославль: МОУ ДО Детский центр «Восхождение», 2017. – 44 с.
10. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/> (информационно-правовой портал «Гарант»).

### Список литературы для педагога:

1. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств» - №4-2006.
2. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств, КГАКиИ 2000-101С.
3. Буйлова Л.Н. Жизнь в танце. Внешкольник № 10-2001. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир», Москва, 1991.
4. Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства», Москва 1953.
5. Судейский информационный справочник - учебно-методическое пособие Общероссийской танцевальной организации (ОРТО) Федерации современных танцев России, издание 2-е, переработанное и дополненное.
6. «Вестник танцевальной жизни» - официальное издание танцевального совета Unesco в России
7. Якунина Е.И. «Из опыта работы педагогов дополнительного образования хореографических коллективов. Практические советы», Москва, 2003.
8. Интернет-ресурсы:  
<http://asorti.ucoz.ru/>  
<http://www.drakoni.ru/hiphop28.html>  
<http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/81/>  
[http://www.youtube.com/watch?v=Akdx\\_mUESJE](http://www.youtube.com/watch?v=Akdx_mUESJE)  
<http://xn--80ajln2ae3adk3b.xn--p1ai/%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BF%D0%BE-%D1%85%D0%B8%D0%BF-%D1%85%D0%BE%D0%BF%D1%83%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%82%D1%8C%D0%BE%D0%BD%D0%BB%D0%B0%D0%B9%D0%BD/>  
<http://video-dance.ru/sovremennie/hip-hop/3863-samouchitel-po-hip-hopu.html>