

Управление образования города Ростова-на-Дону  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования Железнодорожного района  
города Ростова-на-Дону «Дом детского творчества»

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
Протокол от «30» января 2024 г.  
№ 4

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании методического совета  
Протокол от «30» января 2024 г. №3

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУ ДО ДДТ



Андреева Н.Н.

Приказ от «30» января 2024г. №38

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Современный танец»**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Вид программы:** модифицированная

**Форма реализации программы:** очная

**Условия реализации:** социальный  
сертификат.

**Возраст детей:** от 7 до 17 лет

**Срок реализации:** 1 год, 72 часа

**Разработчик:** Федоренко Дарья Сергеевна  
педагог дополнительного образования

г. Ростов-на-Дону  
2024

## Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи.....	6
1.3. Содержание программы.....	7
1.3.1. Учебный план.....	7
1.3.2. Содержание учебного плана.....	8
1.4. Планируемые результаты.....	10
1.5. Воспитательный потенциал программы.....	11
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации.....	13
2.1. Условия реализации программы.....	13
2.2. Календарно-учебный график.....	13
2.3. Формы контроля и аттестации.....	13
2.4. Диагностический инструментарий.....	14
2.5. Методическое обеспечение.....	14
2.6. Список литературы.....	16
2.7. Приложения.....	18
Приложение 1. Календарный учебный график.....	18
Приложение 2. Карта педагогической оценки результативности реализации образовательной программы.....	22
Приложение 3. Пластический тренинг.....	24

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Детям от природы свойственно выражать себя в движении: в беготне, прыжках, размахивании руками и хаотическом танце. Очень рано у ребенка появляется потребность в умении эстетически организовать эту стихию. И задача педагога дополнительного образования – помочь ребенку выразить себя в танце, суметь добиться адекватного выражения его эмоций через танец.

Сегодня хип-хоп хореография – это самый модный и популярный тренд молодежной культуры. Современный танец – это символ современной молодежной культуры, движение, которое известно и популярно во всем мире. Оно объединяет в себе многое: музыку, танцы, модные тенденции в одежде, образ мыслей и стиль жизни, поэтому всегда будет оставаться актуальным. 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.

Образовательная деятельность по данной программе направлена на: развитие творческих способностей, обучающихся; удовлетворение индивидуальных потребностей, учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности; создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся; социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе; развитие общей культуры обучающихся.

**Направленность программы:** художественная.

**Тип программы:** общеразвивающая.

**Вид программы:** модифицированная, разработана на основе образовательных программ дополнительного образования: «Дополнительная общеразвивающая программа «Современные танцевальные направления», Бычковой Ю.Х., «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» Алтабасовой Е.В.

**Актуальность программы:** программы обусловлена стратегией федеральной и региональной государственной политики, связанной с развитием системы дополнительного образования и повышением престижа инженерно-технических специальностей, что наиболее актуально в свете требований национального проекта «Образование», федерального проекта «Успех каждого ребенка»: увеличение числа детей, охваченных деятельностью по направлению физического развития и укрепления здоровья, соответствующим приоритетным направлениям развития дополнительного направления Российской Федерации.

Содержание программы отвечает изученному социальному запросу детей и родителей, направленному на развитие творческих способностей и здоровья обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в художественном творчестве.

Условия городского существования отнюдь не способствуют сохранению полноценного жизненного тонуса формирующегося организма растущего человека. Нарушенная экология, неправильное питание, стрессы и недостаток движения приводят к частым болезням, неврозам, внезапной усталости. Вот почему необходимо отнестись со всей серьезностью к занятиям танцами. Физические нагрузки помогут в формировании устойчивого иммунитета, активная подвижность составит необходимый противовес школьной статике. Интеллектуальная, эмоциональная и физическая нагрузки будут приведены в равновесие, а это, в свою очередь, поможет гармонизировать все процессы роста.

**Отличительные особенности программы** заключаются в реализации интеграционного подхода к организации танцевальной деятельности ребенка в процессе освоения современного танца хип-хоп, как синтеза танца и пластики. А также в том, что применяемые технологии дают возможность учитывать индивидуальные способности и возможности каждого учащегося: хореографические данные, состояние здоровья, уровень мотивации к обучению, степень загруженности каждого ребёнка, профориентацию. Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал учащихся, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию знаний и навыков, помогает реализовать потребность в общении. Представленная программа способствует организации танцевальной деятельности ребенка в процессе освоения современного танца (хип – хоп).

**Новизна программы** состоит в сочетании изучения направлений «Хип-хоп» и «Стретчинг». Программа является комплексной по своему характеру, решая задачи художественного и физического воспитания и развития обучающихся. В ходе занятий укрепляются крупные мышечные группы, совершенствуется осанка, вырабатывается грациозность и координирование движений, что способствует общему укреплению опорно-двигательного аппарата, оздоровлению различных систем организма подростков.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что при её освоении у обучающегося развиваются: социальная и творческая активность, расширяется музыкальный кругозор, формируется эстетический вкус, повышается культурный уровень, повышается самооценка, воспитываются потребности в самопознании и саморазвитии, формируется здоровый образ жизни. 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 обучающихся, 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.

**Уровень освоения:** ознакомительный.

**Адресат программы:** дети в возрасте от 7 до 17 лет.

**Объем и срок освоения программы:** 72 часа, 1 год.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю 2 часа.

**Наполняемость группы и условия комплектования:** от 15 до 25 обучающихся. Группы комплектуются по заявлению родителей с учетом интересов и возрастных особенностей детей.

**Тип занятий:** групповые.

**Виды занятий:** практические, теоретические, комбинированные.

**Форма обучения:** очная. Программа является **модульной**, состоит из двух модулей: модуль 1 «Танцевальная азбука», 32 ч., модуль 2 «Новые танцевальные стили», 40 ч.

**Краткое описание возрастных психофизиологических особенностей обучающихся.**

У детей младшего школьного возраста процессы возбуждения перевешивают процессы торможения. Чувства и восприятие у них развиваются интенсивно и опережают развитие мышления. У детей 7 лет доминирует игровой рефлекс. От 7 до 8 лет кроме этого рефлекса, рефлексорным становится слово. С 6 до 7 лет превалирует действенное мышление, поэтому целесообразно усилить развитие двигательной активности ребенка и использовать более широкий диапазон четко дифференцированных и адекватных с заданием способов формирования моторики организма. Дети младшего школьного возраста также имеют особенности в развитии костно-мышечной системы и организации движений. Крупные мышцы развиваются быстрее, чем мелкие, поэтому детям сложно выполнять мелкие точные движения. Этот период характеризуется ростом физической выносливости, работоспособности, но также связан с фактором повышенной утомляемости, эмоциональной чувствительности и ранимости.

Для подросткового возраста характерно попеременное проявление полярных качеств психики: целеустремленность и настойчивость сочетаются с импульсивностью и неустойчивостью, повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях сменяются легкой ранимостью и неуверенностью в себе, потребность в общении — желанием уединиться, развязность соседствует с застенчивостью, романтизм, мечтательность, возвышенность чувств нередко уживаются с сухим рационализмом и

циничностью, искренняя нежность, ласковость могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью.

Наблюдения показывают, что переход от детства к взрослости бывает тем труднее, чем значительнее отличаются требования, которые предъявляет общество к ребенку и взрослому. Отличаются требования, изменяется понятие о норме, праве, морали и т.д. Таким образом, в работе с подростками наряду с этно-культуральными, социально-экономическими и историческими различиями общества, в котором формируется человек, должно учитываться дифференциально-психофизиологические и, прежде всего половозрастные и индивидуально-типологические особенности подростка. Наиболее благоприятный возраст для восприятия движения в хореографии— 12-15 лет. При этом нужно отметить, что у девочек процесс освоения движений более точный, чем у мальчиков в том же возрасте.

## **1.2. Цель и задачи.**

**Цель:** создание условий для музыкально-эстетического воспитания детей, развития и для творческих задатков и личностных качеств средствами хореографии.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- овладеть на практике лексикой хореографии и стилями хип-хоп танца;
- научить сознательно, владеть телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной их координации;
- научить творчески и эмоционально исполнять танцевальные композиции;
- сформировать умения и навыки выступления на сцене.

**Развивающие:**

- формирование художественного вкуса;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- развитие способности передавать эмоциональное состояние и чувства через танец;
- развить четкую координацию движений, устойчивость, гибкость, выносливость и силу.

**Воспитательные:**

- воспитать единомышленников, использующих свои индивидуальные возможности для достижения целостного, гармоничного действия в процессе исполнительского сотрудничества;
- привить навыки здорового образа жизни;
- формирование социально-адаптационные качества;
- воспитание стремления к саморазвитию;
- сформировать эстетический вкус;
- расширить кругозор обучающихся.

### 1.3. Содержание программы.

#### 1.3.1. Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Название раздела, модуля	Количество часов			Форма контроля, аттестации
		Теория	Практика	Всего	
<b>Модуль 1. «Танцевальная азбука», 32ч.</b>					
<b>Раздел 1. Организационная работа</b>					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности на занятиях	2	-	2	Педагогическая диагностика
<b>Раздел 2. Общефизическая подготовка</b>					
2.1.	Тема. Разминочные упражнения.	2	8	10	Педагогическое наблюдение
2.2.	Тема. Пластический тренинг	4	10	14	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 3. Танцевальная азбука</b>					
3.1.	Тема. Теоретическая база История хип-хоп культуры	2	-	2	Педагогическое наблюдение
3.2.	Тема. Классическая школа: Hip-Hop Old school	-	4	4	Педагогическое наблюдение
<b>Модуль 2 «Новые танцевальные стили», 40 ч.</b>					
	Раздел 4. Особенности танцевальных стилей				
4.1.	Тема. Стили хип-хоп: Локинг	2	6	8	Педагогическое наблюдение
4.2.	Тема. Новые направления уличных танцев: New style	-	2	2	Педагогическое наблюдение
4.3.	Тема. Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2	8	10	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 5. Ритмика</b>					
5.1.	Тема. Темп, ритм, муз. форма	-	4	4	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа</b>					
6.1	Тема. Отработка связок и выразительности в танце	-	4	4	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Постановка танца текущего года	-	10	10	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 7. Итоговая диагностика</b>					

7.1.	Тема. Контрольные занятия	-	2	2	Педагогическая диагностика. Отчетный концерт.
<b>Итого всего:</b>		<b>14</b>	<b>58</b>	<b>72</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана.

#### Модуль 1 «Танцевальная азбука», 32 ч.

##### Раздел 1. Организационная работа, 2 часа.

##### Тема 1.1. (2 ч.) Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

*Теория (2 ч.)* Инструктаж по технике безопасности во время занятий. Объяснение методических правил исполнения основных танцевальных движений и упражнений. Педагогическая диагностика.

##### Раздел 2. Общефизическая подготовка, 24 часа

##### Тема 2.1. Разминочные упражнения, 10 часов

*Теория (2 ч)* Разминочные упражнения. Изучение упражнений, направленных на: улучшение подвижности в суставах, развитие гибкости, развитие эластичности мышц и связок. Методика растяжения мышц на тренировке. Пластические упражнения и тренинг.

*Практика (8 ч.)* Техника группировки при падении, комплекс упражнений на растяжку мышечного скелета, комплексы упражнений на выносливость, комплекс упражнений на плечевой пояс, комплекс упражнений ног, туловища.

##### Тема 2.1. Пластический тренинг, 14 часов

*Теория (4 ч.)* Скольжение в пространстве, импульс и управление телом, осознанное усвоение уровней в танце.

*Практика (10 ч.)* «Дискретные волны» - верхняя, нижняя, боковая, а также волны руками, техники шагов: «против ветра», «лунная походка», «оппозиционный крест».

##### Раздел 3. Танцевальная азбука, 6 часов.

##### Тема 3.1. Теоретическая база. История хип-хоп культуры, 2 часа.

*Теория (2 ч.)* беседы по темам: истории хип-хоп культуры, развитие танцевально-гоустиля хип-хоп и его направлений.

##### Тема 3.2. Классическая школа: Hip-Hop Old school, 4 часа.

*Практика (4 ч.)* Разучивание базовых движений Hip-Hop Old School: Kris Cross, Running man; работа корпуса, ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек шагов.

#### Модуль 2 «Новые танцевальные стили», 40 ч.

##### Раздел 4. Особенности танцевальных стилей, 20 ч.

##### Тема 4.1. Стили хип-хоп: Локинг, 8 часов.

*Теория (2 ч.)* История развития танцевальных стилей Locking, New style. Терминология хип-хоп танца и его стилей;

*Практика (6 ч.)* Локинг (locking) – изучение техники танца, которая



основана на большом количестве «широких» амплитудных движений, разворотах, прыжков, «киданий» рук, ног. Исполняется в полную силу и с высокой скоростью. Изучение двух основных движений – лок и поинт.

#### **Тема 4.2. Новые направления уличных танцев: New style (Новый стиль), 2 часа.**

**Практика (2 ч.)** Брейкданс- изучение основных элементов: топрок, силовых трюков и модерн –изучение техники танца Марты Грэм (Graham technique) — где уделяется большое внимание сжатию, раскрытию, падению и восстановлению баланса Хаус (House) - разучивание базовых движений footwork, jacking и lofting, «работа ног» , «работа корпусом», «работа в партере». Фанк (Funk styles) - изучение стилей popping, robot

#### **Тема 4.3. Waving, Скользяния, Groove, Изоляции, 10 часов.**

**Теория (2 ч.)** Методические правила исполнения танцевальных движений и упражнений, а также согласованность движений и техники в танце.

**Практика (8 ч.)** навык осознанного применения знаний в творческих формах работы. Waving (волна)- изучение пластического танца, который состоит из ряда движений, создавая впечатление, что через тело танцора перетекают волны («волна сверху», «волна снизу», «боковая волна» «волны руками») Скользяния (Gliding) - изучение плавного скольжения на одной ноге, с последующим переходом на другую ногу. Groove (Динамические качания) - изучение основных видов грува: «Баунс» (вниз и вверх), «Рок» (раскачивание корпусом вперед-назад или в стороны) и т.д. Изоляции- изучение изоляции различных частей тела: головы, плеч, рук, кистей, грудной клетки, верха корпуса, таза, коленей, стоп.

#### **Раздел 5. Ритмика, 4 часа.**

##### **Тема 5.1. Темп, ритм, музыкальная форма, 4 часа.**

**Практика (4 ч.)** Ритмические упражнения на заданную музыку. Приемы музыкально-двигательной выразительности (движения в различных музыкальных темпах, пластика движений, упражнения на развитие гибкости суставов, упражнения, развивающие координацию движений, упражнения, развивающие скорость движений). *Темп*- мера времени в музыке, как она должна звучать – быстро, умеренно, или медленно. *Ритм*- умение различать и слышать базовый счет в музыке чередование длинных и коротких звуков. *Музыкальная форма*- целостная, организованная система музыкальных средств (жанр, мелодия, ритм, гармония, тембр, динамика, фактура и проч.)

#### **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа, 14 часов.**

##### **Тема 6.1. Отработка связок и выразительности в танце, 4 часа.**

**Практика (4 ч.)** Экспозиция, завязка, ступени перед кульминацией, кульминация, развязка, постановка, изучение танца, отработка движений танца, отработка рисунков танца, объединение танцевальных связок в номерах.

##### **Тема 6.2. Постановка танца текущего года, 10 часов.**

**Практика (10 ч.)** Правила исполнения танца. Особенности выступления на

сцене, улице, в хореографическом зале. Объяснение правильного исполнения синхронного исполнения связок движений, переходов и рисунков. Участие в групповых постановках, участие в конкурсах, соревнованиях, концертах. Подготовка к мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов.

## **Раздел 7. Итоговая диагностика, 2 часа.**

**Тема 7.1. Практика (2 ч.)** Педагогическая диагностика. Отчетный концерт.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **Прогнозируемые результаты освоения программы обучающимися:**

##### ***Личностные:***

- смогут проявлять лидерские качества, а также умение поддерживать и уважать других участников творческого объединения; стремление преодолевать трудности, доводить дело до получения результата, даже при наличии препятствий.
- смогут продемонстрировать основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность.
- самостоятельно изучать уже известные стили.
- владеть первоначальными навыками самоорганизации и самооценки культурного досуга;
- смогут продемонстрировать свои умения и навыки в учебной и концертной деятельности, умение общаться со своими сверстниками в коллективе.

##### ***Метапредметные:***

- смогут ориентироваться в культурном многообразии окружающей действительности, участвовать в танцевальной жизни учреждения, города и др.
- иметь уважительное отношение к культуре других народов
- контролировать свои действия и соотносить их с действиями других участников коллективной работы, включая совместную работу в проектной деятельности;
- осуществлять поиск нужной информации в интернете и дополнительных источниках.

##### ***Предметные:***

- смогут владеть техникой грамотного исполнения движений в избранном танцевальном направлении;
- будут знать теоретические и практические основы танца хип-хоп;
- смогут исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом,
- смогут применять навыки музыкально-ритмической координации,
- иметь и развивать хорошую физическую подготовленность
- смогут применять технику выполнения упражнений, танцевальных движений в данном направлении,
- смогут ориентироваться в сложных перестроениях, быстро переключать внимание.

### **1.5. Воспитательный потенциал программы.**

Цель воспитательной программы – воспитание духовно развитой личности с позитивным отношением к жизни и активной гражданской позицией средствами хореографии.

В соответствии с поставленной целью определены задачи программы воспитания:

- развивать индивидуальные творческие хореографические способности обучающихся; формировать гражданско-патриотические качества личности; воспитывать желание и стремление обучающихся к самопознанию, самовоспитанию, самосовершенствованию;
- формировать культуру здоровья;
- воспитывать позитивное отношение к себе, развивать Я-концепцию, нравственные качества личности;
- воспитывать чувство уважения к родителям, семье;
- воспитывать уважение к другим людям, терпимость к чужому мнению, традициям, формировать умение вести диалог и готовность к сотрудничеству;
- воспитывать ответственность, самостоятельность, добросовестное отношение к учебной и трудовой деятельности;
- формировать чувство осознания ценности культурных традиций своей Родины, понимание неразрывности связей Родины, ее культуры с другими странами.

Программа предусматривает:

- воспитание эстетического вкуса, формирование норм поведения, необходимых обучающимся в быту, в общении со сверстниками, в семье, в общественных местах, на природе;
- воспитание совестливости, порядочности, точности и обязательности в обещаниях, соблюдение этикета, наличие тактичности в отношениях с родными и близкими, а также с другими людьми;
- воспитание моральных качеств, чувства долга и адекватного своего восприятия художественных ценностей;
- участие в фестивалях, конкурсах, концертных программах;
- воспитание внешней культуры обучающегося, умения сохранять свою индивидуальность и неповторимость.

Формы реализации задач: изучение психологических особенностей обучающихся (наблюдение, индивидуальные и групповые собеседования с обучающимися и родителями, исследования); организация групповых занятий с педагогом-психологом, посещение занятий по хореографии с программой наблюдения с последующим анализом на групповых и родительских собраниях; тематические занятия; дискуссии, диспуты, конференции; ролевые, деловые, образовательные игры; экскурсии, походы,

занятия в музее, воспитательные мероприятия внутри детского объединения; участие в концертных программах, фестивалях, интеллектуальные марафоны; проектные игры, участие в районных, городских благотворительных акциях; организация совместных праздников детей и родителей.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации.**

### **2.1. Условия реализации программы.**

**Кадровое обеспечение.** Программу может преподавать педагог дополнительного образования, отвечающий профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденному приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н. и квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам (ФЗ №273 ст.46, ч.1).

#### **Материально-техническое оснащение.**

Помещение: зал с зеркалами и ровным полом (ДВП). Оборудование: магнитофон с компакт диск проигрывателем, аудиокассеты, компакт диски с музыкой, видеоманитофон с телевизором (по возможности), видеокассеты с записями, музыкальный центр в флэш-картой.

### **2.2. Календарно-учебный график.**

Является приложением к программе и составляется для каждой учебной группы (приложение 1.).

### **2.3. Формы контроля и аттестации.**

#### **Формы контроля:**

В процессе обучения осуществляется текущий контроль за достигнутым уровнем знаний, умений и навыков в соответствии с пройденным материалом программы.

Текущий контроль может осуществляться:

- *в начале учебного года* (вводный контроль – оценка исходного уровня знаний, умений и навыков, сформированной компетенций, обучающихся перед началом образовательного процесса);

- *в течение учебного года* (текущий контроль - определение уровня и качества освоения отдельной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, раздела программы или изученной темы;

- *итоговая диагностика* обучающихся проводится в мае по окончании полного курса обучения .

Результаты фиксируются в Карте педагогической диагностики и позволяют отслеживать степень усвоения знаний, умений и навыков каждого обучающегося (*Приложение 2*).

#### **Средства контроля:**

Входной контроль – педагогическая диагностика, текущий контроль – педагогическое наблюдение, аттестация обучающихся по итогам освоения программы – педагогическая диагностика, отчетный концерт.

## **2.4. Диагностический инструментарий.**

**Перечень дидактических материалов:** карта диагностики умений и навыков (*Приложение 2*), Оценка общей физической подготовки (*Приложение 3*).

## **2.5. Методическое обеспечение.**

### **Методика работы:**

Основные правила для педагога-хореографа в работе с детьми:

- активно применять принцип наглядности – показ движений;
- речь педагога – образная, эмоционально-выразительная;
- объяснения – краткие, точные, ясные;
- форма организации урока – игровая;
- избегать однообразия, чаще менять темп и ритм урока;
- прививать навыки организованности, самостоятельности, дисциплины;
- избегать чрезмерных физических нагрузок.

Педагог становится ответственен за то, каким станет ребенок, переступая порог хореографического класса. Успех работы с детьми решается не количеством упражнений, игр, танцев, а умением привить любовь к занятиям хореографией. Каким бы не был результат, педагогу важно поддерживать усилия и инициативы детей, стимулировать их к дальнейшей творческой деятельности. Перед хореографом стоит целый ряд образовательных и развивающих задач. Успешность этого процесса зависит от соотношения форм и методов обучения с теми потребностями, которые выдвигает возраст ребенка.

### **Педагогические технологии:**

В основе методики – два основополагающих принципа: индивидуальное развитие ученика и развитие качества звучания его голоса – как средства настройки и регуляции голосообразующего комплекса. Одновременно оба этих принципа, в комплексе с личностно-ориентированной стратегией, предполагают в качестве основного стиля общения сотрудничество педагога и ученика.

Желание каждого педагога – привить любовь и интерес к своему предмету, сделать его современным и привлекательным для учащихся путем соединения традиционных и современных образовательных технологий форм работы: информационно – коммуникационные технологии (ИКТ), личностно-ориентированный подход, здоровьесберегающие технологии, игровые технологии, импровизация, портфолио. Цифровые технологии (DVD-диски, Flash-карты и т.д.) использования современных мобильных гаджетов (смартфонов, ноутбуков и т.п.), использование современных видео технологий для создания электронного обучения.

Использование этих технологий является обязательным условием интеллектуального, творческого и нравственного развития обучающихся. В работе использую дифференцированный и индивидуальный подход, активно применяю различные формы и методы организации работы обучающихся.

**Дидактическое** обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде: фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов.

## 2.6. Список литературы.

### Список актуальных нормативно-правовых документов.

1. Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее - ФЗ №273).
3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (далее - Концепция).
4. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022г.).
5. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Приказ №629).
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.).
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».
12. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 августа 2019 г. № ТС- 1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного



образования для обучающихся с ОВЗ».

13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20.

14. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.02.2024 г. № 136 «О внесении изменений в приказ Минобразования Ростовской области от 01.08.2023 г. № 718»

15. Приказ Управления образования от 15.05.2023 № УОПР-399 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ образовательных организаций в городе Ростове-на-Дону».

16. Приказ Управления образования от 16.11.2023 г. № УОПР-982 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания муниципальной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в городе Ростове-на-Дону в соответствии с социальным сертификатом.

#### **Список литературы для педагогов.**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца – СПб, 2001
2. Алекс Мур «Техника латиноамериканских танцев», 2015 г.
3. Барышникова, Т. Азбука хореографии Текст. / Т. Барышникова. М.: Рольф, 1999. - 272 е., с илл. - (Внимание: дети!).
4. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 2017 г.
5. Киреев А.А., Основы методики преподавания танца в стиле «Хип-хоп» (на примере творческого объединения «Dance Future») / С.Я. Фирсова, методист ГАОУДОД РК «РЦДО». – Сыктывкар, ГАОУДОД РК «РЦДО», 2012. – 20 с.
6. Пляшешник А.Д. «Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений», Москва 2017 г.

#### **Список литературы для обучающихся.**

1. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». Москва 2018 г.
2. Полятков С.С. «Основы современного танца» 2005г.
3. Бекина С.И. «Музыка и движение», Москва 2016 г.
4. Диниц Е.В. «Азбука танцев». Донецк 2019г.

## 2.7. Приложения

### Приложение №1. Календарный учебный график.

Таблица 2

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Время проведения занятия	Тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1		Инструктаж по соблюдению требований безопасности в ходе реализации программы.	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическая диагностика
2		Разминочные упражнения.	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
3		Разминочные упражнения	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
4		Разминочные упражнения	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
5		Разминочные упражнения	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
6		Разминочные упражнения	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
7		Пластический тренинг.	2		Теоретический	«Казачья школа искусств»	Педагогическое наблюдение

					(ул.Урицкого 67А)		
8		Пластический тренинг.	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
9		Пластический тренинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
10		Пластический тренинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
11		Пластический тренинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
12		Пластический тренинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
13		Пластический тренинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
14		Теоретическая база История хип-хоп культуры	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
15		Классическая школа: Hip-Hop Old school	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
16		Классическая школа: Hip-Hop Old school	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
17		Стили хип-хоп: Локинг	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
18		Стили хип-хоп: Локинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
19		Стили хип-хоп: Локинг	2		Практический	«Казачья школа искусств»	Педагогическое наблюдение

					(ул.Урицкого 67А)		
20		Стили хип-хоп: Локинг	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
21		Новые направления уличных танцев: New style	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
22		Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2		Теоретический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
23		Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
24		Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
25		Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
26		Waving, Groove, «Скольжения», Изоляции	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
27		Темп, ритм, муз. форма	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
28		Темп, ритм, муз. форма	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
29		Отработка связок и выразительности в танце	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
30		Отработка связок и выразительности в танце	2		Практический	«Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
31		Постановка танца текущего года	2		Практический	«Казачья школа искусств»	Педагогическое наблюдение

					(ул.Урицкого 67А)	
32		Постановка танца текущего года	2		Практический «Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
33		Постановка танца текущего года	2		Практический «Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическое наблюдение
34		Постановка танца текущего года	2		Практический «Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическая диагностика
35		Постановка танца текущего года	2		Практический «Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Педагогическая диагностика
36		Отчетный концерт. Педагогическая диагностика.	2		Практический «Казачья школа искусств» (ул.Урицкого 67А)	Отчетный концерт. Педагогическая диагностика
		<b>Итого</b>	<b>72</b>			



\* - промежуточная диагностика  
+ - итоговая диагностика

### Приложение №3. Пластический тренинг (10 мин.)

**«Волна» Waving** — основан на создании эффекта прохождения волны по телу: рукам, ногам, шее, корпусу. Концепция стиля заключается в ощущении того, что тело становится водой. Это ощущение является ключом к импровизации в стиле waving, представляя себя водой и двигаясь под музыку легко создать свои собственные движения и свой индивидуальный стиль.

#### Упражнения

Исходное положение: поза «коллапс»

«Волна» основные виды:

- сверху, снизу
- боковая «волна»
- «волны» руками в вертикальной плоскости и горизонтальной.

#### *Техника движений*

- *«волна сверху»* - движение начинается с головы, которая плавно делает вперед «нырок» и тянет за собой поочередно сначала плечи, затем грудную клетку, поясницу и пелвис. На максимальной точке, при которой тело как бы выгнуто дугой вперед, колени выпрямлены, движение начинается в обратном порядке. Голова плавно откидывается назад и опять «тянет» за собой плечи, грудную клетку, поясницу, пелвис, тело при этом получается вогнутым, колени согнуты – затем исходное положение. Руки при этом движении прижаты по бокам. Повторить 8 раз.

- *«волна снизу»* начинается от колен импульсом вверх. Выпрямляются колени, затем подается поочередно вперед пелвис, грудная клетка, плечи и голова. На максимальной точке, когда тело выгнуто вперед, колени опять сгибаются, назад посылаются пелвис, поясница, грудная клетка и завершает «волну» голова – исходное положение. Повторить 8 раз

- *«боковую волну»* начинают с движения головы, руки при этом чуть в стороны. Голова как бы «подныривает» в сторону давая импульс телу для плавного движения в сторону. Техника этого движения похожа на технику предыдущего только все части тела движутся в горизонтальной плоскости, при этом колено той ноги в какую сторону было начато движение, сгибается. В «боковой волне» самое главное сделать, как можно ниже наклон в сторону и не «заваливаться» вперед или назад.

Повторить 8 раз

#### *«волны» руками*

- *Вертикальная плоскость.*

Первоначально, для освоения «волн» руками, учимся разделять руку на 4 части: плечо- локоть – кисть (запястье) – кончики пальцев.

*Исходное положение;* ноги на ширине плеч, левая рука на поясе, правая в



сторону. Начинается движение с плавного поднятия плеча, затем плечо опускается и поднимается локоть, как только локоть опускается, поднимается запястье, запястье опускается, понимаются кончики пальцев, и заканчивается «волна» плавным опусканием кончиков пальцев. Самое главное, добиться плавного и выраженного перехода от одной части руки к другой. Повторить 8 раз, затем то же самое левой рукой.

- *Горизонтальная плоскость*

Исходное положение то же. Также «делим» руку на 4 части, только движение происходит параллельно полу.

*Усложненные варианты.* Добавляем приседания на широких ногах (plié) при этом делая «волны» обеими руками. Сначала в горизонтальной плоскости, а затем в вертикальной. Либо работая в пространстве (передвигаясь)

### **Танцевальная азбука (30 мин.)**

В качестве жанровой основы в данной программе взят современный уличный танец хип-хоп, который, рождаясь из слияния музыки, пластики и т.д., не ограничен четкими позами классического танца. Этот стиль предполагает более свободную постановку рук, плеч, спины, ног, чем классический танец, что дает юному танцору возможность более естественного самовыражения.

*Основные элементы и принципы движения, принятые в этом стиле:*

- Использование в танце позы «коллапса»
- Активное передвижение исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали.
- Изолированные движения разных частей тела.
- Использование ритмически сложных и синкопированных движений (со смещенным акцентом на слабую долю).
- Индивидуальные импровизации в общем танце.
- Взаимопроникновение музыки и танца.

На занятиях по хип-хопу танцу обучающиеся осваивают следующие основные его элементы:

**«Поза коллапса»** -держание тела без напряжения, вытянутости вверх, расслабленно и свободно. Движения утрируются, колени согнуты, торс, и голова чуть наклонены вперед. При напряжении невозможно движение отдельными центрами, например, пелвисом (тазобедренной частью) или грудной клеткой, в то же время как при достаточном расслаблении такие движения возможны.

Основная задача педагога на первом этапе обучения – добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы совершать движения различными его частями.

Но в то же время тело должно быть достаточно напряженным, чтобы движения были энергичны.

**«Изоляция»** Для того, чтобы перевести его в реальную видимость танца, существует технический прием, который называется изоляцией и подразумевает, что каждая часть тела, т.е. каждый центр, двигается независимо от другого центра.

Эта на первый взгляд, простая задача достаточно сложна для начинающего, так как по анатомическим особенностям нашего тела все центры тесно связаны между собой, и движение, например, головой, естественно вызывает напряжение в плечевом поясе или в грудной клетке. Однако изоляция – это основной технический прием, с которого начинается обучение.

**«Импульс и управление»** Существует понятие, на первый взгляд, противоречащее изоляции, - это импульс. Когда один центр активизирует другой центр, как бы управляет им, но при управлении замечен временной разрыв между движениями. Первоначально начинает движение один центр, затем через определенный промежуток времени – другой, третий и т.д. Импульсная техника важна не только при последовательном движении центров, но и при движении всего тела целиком, импульс всегда исходит из так называемого «центра тела» - важной анатомической точки, которая расположена на ладонь вниз от солнечного сплетения. Там же находится и центр тяжести, работа с которым является важной задачей обучения.

**«Координация»** при движении двух и более центров одновременно возникает необходимость их скоординировать. Координация осуществляется двумя способами: импульсом, при котором два или несколько центров приводятся в одновременное движение, либо применяется принцип управления, т.е. центры включаются в движение последовательно. Координироваться могут различные центры: голова и таз, руки и голова, плечи и голова. Плечи могут координироваться с головой, с тазом, руками и ногами, таз - с головой, грудной клеткой, плечами, руками и ногами. Сложна и эффективна координация с грудной клеткой, называемая **«оппозиционный крест»**, при котором движение строится по следующей схеме:

грудная клетка – вперед, таз – назад, грудная клетка – вправо, таз – влево, грудная клетка – назад, таз – вперед, грудная клетка влево, таз – вправо. Движение центров направлены в противоположные стороны, т.е. в оппозицию. Однако возможно и параллельное движение двух центров. Параллель и оппозиция могут встречаться и внутри одного центра – между его ареалами. Например, ареалы руки – это кисть и предплечье, ареалы ноги – стопа и голеностоп.

**«Уровни»** Хип-хоп танец активно использует передвижение танцора не только по горизонтали, но и по вертикали. Расположение исполнителя на полу (в партере) встречается достаточно часто. Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на

коленях, лежа.

Кроме того, существуют акробатические уровни: шпагаты (поперечный, продольный), «мост», стойка на руках, стойка на лопатках («березка»), колесо.

**Хип-хоп танец** — 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, как базовая «растанцовка» на которой строится умение импровизировать. Знание основных движений partydance-прародителей стилей хип-хопа — это танцевальная грамотность современного танцпола.

**«Скольжение» Gliding** — скольжение стопами по полу, создающее эффект скольжения по воздуху, за счёт перекачивания стопы с носка на пятку. Самое знаменитое движение в стиле glide — «back glide» или же «лунная походка».

#### **«Локинг» Locking-**

Название основано на концепции фиксирующих движений, которые в основном означает замораживание от быстрого движения и «замок» в определенном положении, занимающих эту позицию за короткое время, а затем продолжается в той же скоростью, как и раньше. Он опирается на быстрые и различные руки и движения рук в сочетании с более расслабленными бедер и ног.

Движения, как правило, крупные и преувеличены, и часто очень ритмичные и тесно синхронизирован с музыкой. Блокировка вполне производительность ориентированных, часто взаимодействуя с аудиторией с помощью улыбаясь или давая им высокие пять, а некоторые шаги являются весьма комичным в природе.

Танцор, который выполняет закирание называется шкафчик. Шкафчики обычно используют особый стиль одежды, такие как красочные одежды с полосками и подтяжками. Замок включает в себя довольно много акробатики и физически сложных движений, таких как посадка на колени. Эти движения часто требуют защиты колена.

