

Управление образования Администрации города Новочеркасска  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Эколого-биологический центр»

Рассмотрено на  
методическом совете  
от 09.02.2021г.  
протокол № 5

Принято на  
педагогическом совете  
от 09.02.2021г.  
протокол № 4

Утверждено  
директором МБУ ДО ЭБЦ  
Ю.А. Рущенко  
Приказ от 24.02.2021г. №24



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа «Уличные танцы»  
Направленность: художественная

Автор составитель:  
Педагог дополнительного образования  
Лысенкова Е.В.  
Срок реализации: 52 часа  
Возраст: 5-8 лет

г. Новочеркасск,  
2021 год

## Пояснительная записка

Уличные танцы – это необычное сплетение направлений, которые захватывают танцующего и наблюдающего за танцем. Уличный танец родился благодаря стремлению танцора выделяться и не походить ни на кого, такие люди дарили миру новые течения. Понятие «уличные танцы» возникло, исходя из места, где они исполнялись. Рождение танца происходило на улице: в клубе, на школьном дворе, во дворах жилых домов и на окраинах города. Уличный танец не подразумевает наличие какой-либо нормы исполнения, главное в танце – проявление индивидуальности. Уличные танцы – это общее название таких стилей как хип хоп, брейк данс, локинг, вакинг, вог, хаус и т.д.

Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы от уже существующих является то, что искусство танца не стоит на месте, оно продолжает развиваться, появляются различные новые направления. Современный танец позволяет расширить возможности воспитанников кружка в разных жанрах хореографии. Дети должны понимать, представлять и уметь выразить материал современного жанра.

Программа «Стрит» имеет художественную направленность и разработана для групп до 10 человек. Возраст учащихся группы 5 – 7 лет.

Подача учебного материала осуществляется в соответствии с возрастными особенностями детей этого возраста, их психического и физического развития.

Данная программа состоит из простых танцевальных упражнений, направленных на развитие координации движений, постановку корпуса, головы, рук, ног, а так же включает в себя игровые детские танцы и наиболее простые упражнения партерного экзерсиса. Большая часть времени отводится упражнениям на развитие чувства ритма и музыкального слуха.

Программа обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку. Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

Данная программа включает в себя возможность дистанционного обучения по средством он-лайн уроков, видео уроков, письменных заданий в онлайн режиме.

## Цели и задачи реализации учебного предмета

**Целью** данной программы является создание условий для двигательной активности под музыку хип-хоп направлений, формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- Укрепление здоровья детей посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма
- знать названия изученных движений
- уметь показать изученные движения по названиям
- Развить интерес к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развить координацию движений, эстетический вкус, танцевальные способности, фантазию, память, кругозор
- Развить общие представления о культуре движений
- Развить основы музыкальной культуры
- Воспитать чувство ответственности
- сформировать толерантность, доброту, трудолюбие, терпение
- сформировать культуру общения, терпимость и уважительное отношение к другим детям и взрослым

**Данная программа включает в себя следующие формы контроля:**

**Входной**, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся. Для этого вида контроля используются методы:

- наблюдение;
- игры: имитационные, ролевые, драматизации.

**Текущий**, осуществляемый в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся. Для этого вида контроля можно использовать такие методы:

- устные (фронтальный опрос, беседа);
- письменные (карточки-задания);
- индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся);
- наблюдения.

**Тематический**, осуществляемый по мере прохождения темы, раздела и имеющий целью систематизировать знания и умения обучающихся. Этот вид контроля подготавливает обучающихся к зачетным занятиям. Здесь можно использовать следующие методы:

- практические: (сдача элементов танца);
- индивидуальные;
- самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов).

**Итоговый**, проводимый в конце четвертей, полугодий, всего учебного года. Здесь целесообразно проводить концерты, фестивали обучающихся, соревнования, участие в конкурсах.

В качестве системы оценивания в творческом объединении используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

Каждая тема состоит из практической части. Практическая часть включает в себя объяснение и показ педагогом необходимых изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, так же она включает в себя разминку, отработку движений учащимися, составление вариаций из изученных движений и их исполнение **В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий.**

### Учебно-тематический план программы «Уличные танцы. Старт»

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1	Техника безопасности.	2	-	2
2	Базовые элементы уличных направлений	2	20	22
3	Основы музыкальных ритмов	-	10	10
4	Партерная гимнастика. Стретчинг.	-	10	10
5	Общая физическая подготовка	-	6	6
6	Итоговое занятие	1	1	2
7	ИТОГО	5	47	52

### Календарно-тематический план

Дата занятий	Содержание занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Примечание
06.03	Техника безопасности. Теория. Общефизическая подготовка.	2		
07.03	Постановка корпуса. Танцевальный шаг – степ (в разных уровнях)	2		
14.09	Установление музыкального ритмического рисунка. Ходьба и хлопки одновременно.	2		
13.03	Разминка. Общефизическая подготовка.	2		
14.03	Разминка. Танцевальная импровизация на середине зала.	2		
20.03	Партерная гимнастика. Колесо.	2		
21.03	Разминка. Стретчинг.	2		
27.03	Разминка. Кач спиной по уровням и точкам танцевального пространства.	2		
28.03	Партерная гимнастика. Мостик из	2		

	положения лежа. Стойка на руках возле стены.			
03.04	Разминка. Общефизическая подготовка.	2		
04.04	Разминка. Танцевальная импровизация на середине зала.	2		
10.04	Беседа о танцевальном жанре. Просмотр видео выступления известных современных танцоров.	2		
11.04	Разминка. Танцевальная импровизация на середине зала.	2		
17.04	Партерная гимнастика. Стойка на руках возле стены, колесо.	2		
18.04	Танцевальная разминка Вариации степы в воздух, степы на пятку, степы на пятку-носок, под музыку вперед и назад.	2		
24.04	Разминка. Понятие – Изоляция. Упражнения на изоляцию различных частей тела.	2		
25.04	Разминка. Танцевальные степы и сочетание их между собой.	2		
02.05	Разминка. Танцевальная импровизация на середине зала.	2		
08.05	Разминка. Направления движения рук в танце (в сторону, к себе, вниз, вперед и вверх) по точкам танцевального пространства.	2		
15.05	Разминка. Комбинации ранее изученных шагов со сменой положения рук. Упражнения на гибкость.	2		
16.05	Разминка. Изучение вариаций базового движения Smurf.	2		
22.05	Разминка. Стретчинг.	2		
23.05	Разминка. Танцевальные шаги в различных геометрических рисунках (квадрат, треугольник, круг).	2		
29.05	Разминка. Повторение вариаций базового движения Smurf.	2		
30.05	Разминка. Общефизическая подготовка. Итоговое занятие.	4		

## Содержание программы

### 1. Вводное занятие. Техника безопасности. 2 часа.

Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки.

## **2. Базовые элементы современной хореографии. 22 часа.**

Образно-игровые и ритмические упражнения. Развитие чувства ритма и музыкальности. Знакомство с танцевальным стилем Хип-Хоп, как представителем целой Хип-Хоп культуры. Познакомить учащихся с основными этапами развития Хип-Хоп культуры. Познакомить детей с Хип-Хоп музыкой. Заинтересовать учащихся этим современным танцевальным направлением.

*Теория.* Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающих движение красивыми и грациозными.

*Практика.* Музыкально-ритмические упражнения – ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Различные кач, баунс, грав. Построения и переходы в простейшие фигуры.

## **3. Основы музыкальных ритмов. 10 часов.**

*Теория.* Понятия: такт, сильная и слабая доля.

*Практика.* Основной музыкальный счет 4,8, выделение сильной доли, понятие паузы, движение в заданных размерах.

## **4. Партерная гимнастика. Стретчинг. 10 часов.**

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

## **5. Общая физическая подготовка. 6 часов.**

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Упражнения на ловкость и координацию.

## **6. Итоговое занятие. 2 часа.**

Подведение итогов.

**Ожидаемые результаты программы**

Учащийся должен знать и уметь:

- назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
- ритмическое строение музыки, ее размер, части и фразы;
- будет знать понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг» «Промежуток»;
- знать танцевальные шаги и ритмические движения,
- уметь правильно держать корпус,
- уметь применять знания на практике;
- уметь работать в коллективе и учитывать общие интересы группы,

Реализация программы способствует:

- развитию навыков общения, коммуникативных компетентностей;
- повышению культурного уровня;
- воспитанию настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за порученное дело;
- осознанному развитию хореографических способностей;
- развитию интереса не только к творческой деятельности в коллективе, но и к творчеству других исполнителей;

### **Диагностика результатов общеобразовательного процесса.**

Диагностика учащихся включает в себя:

1. Мониторинг результатов обучения учащихся по программе (проводится на входящей, промежуточной диагностике и итоговой диагностике на конец года).  
Оцениваются:
  - 1) Обученность по отдельным отраслям знания:
    - Теоретическая подготовка (что должен знать учащийся);
    - Практическая часть (что должен уметь учащийся);
  - 2) Сформированность общеучебных умений и навыков:
    - Учебно-интеллектуальные умения;
    - Учебно-коммуникативные умения;
    - Учебно-организационные умения;
2. Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения программы (определение уровня воспитанности учащихся проводится на начало и конец учебного года).  
Оцениваются:
  - 1) Организационно-волевые качества;
  - 2) Ориентационные свойства личности;
  - 3) Поведенческая характеристика;

3. Психолого-педагогическая диагностика учащихся в процессе освоения ими программы (проводится на начало и конец учебного года).

Психолого-педагогическая диагностика позволяет определить:

- 1) Уровень развития креативной сферы личности учащегося;
- 2) Уровень развития эмоционально-волевой сферы личности учащегося;
- 3) Уровень ценностно-мотивационной сферы личности учащегося;

Данная диагностика позволяет проследить развитие личностных качеств как каждого учащегося, так и всего коллектива в целом.

4. Мониторинг достижений учащихся (проводится в середине года и на конец учебного года).

Отслеживается участие учащегося в рейтинговых мероприятиях, конкурсах, турнирах и т.д. различного уровня. Результативность дифференцируется на:

- 1) Участник;
- 2) Победитель (2,3 место);
- 3) Призер (1 место);

Уровни:

- 1) Муниципальный;
- 2) Федеральный;
- 3) Всероссийский;
- 4) Международный;

**Карточки-задания включают в себя следующие термины:**

1. Степ
2. Танцевальные точки
3. Вариации степов
4. Направления движения рук в танце
5. Танцевальные шаги (квадрат, треугольник, круг)
6. Кач
7. Стретчинг
8. Партер
9. Импровизация
10. Использование пространства
11. Вариации базового движения Smurf



## **Материальное оснащение:**

Специально оборудованный танцевальный класс:

- на стенах зеркала и пол со специальным покрытием
- комната для переодевания;
- аудио аппаратура (музыкальный центр);
- окна для регулярного проветривания.

## **Список используемой литературы интернет сайты и видео материалы:**

1. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп».
2. Элис Броунинг Миллер, Кэрол Блэкман "Упражнения на растяжку" Изд. "Гранд" М. 2003
3. Захаров Р.В., «Сочинение танца». М. 1989г
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» М. 1994
5. Видеокурсы западных школ по современному танцу, материалы семинаров и мастер-классов ведущих педагогов России, Европы и Америки.
6. Видео с соревнований и конкурсов, где участвую учащиеся танцевальной студии.