Муниципальное учреждение дополнительного образования

«Дом детского творчества «Созвездие»

|  |  |
| --- | --- |
| Рекомендована методическим советом МУ ДО ДДТ «Созвездие»протокол № 1 от 29.05.2018 | Утверждена приказом по МУ ДО ДДТ «Созвездие»от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Брейк-данс»**

Адресат программы: 6-18 лет

Срок реализации: 3 года

Разработчик программы:

Коник Зоя Александровна,

педагог дополнительного образования

Саянск, 2018

**Пояснительная записка**

Занимаясь брейк-дансом, дети и подростки воспитываются эстетически и нравственно, развивают творческие способности. Каждое занятие несёт большой воспитательный эффект, учит детей трудиться, добиваться хороших результатов в труде.

Дополнительная общеразвивающая программа «**Брейк-данс**» позволяет решить проблему общения, самоорганизации детей и подростков, формирует трудолюбие и упорство, помогает им стать сильными и уверенными в себе. В процессе обучения повышается исполнительская культура.

При составлении программы автором учитывались методические рекомендации ведущих хореографов страны: Т.С. Барышниковой, Б.М. Собинова, Л.В. Браиловской.

**Направленность программы** художественная.

**Актуальность** программы «Брейк-данс» в отсутствии аналогичных дополнительных образовательных программ художественного направления. Данная программа составлена с ориентацией на существующую потребность в изучении брейк-данса, которая объясняется новизной и популярностью этого танцевального жанра среди обучающихся.

**Отличительной особенностью** занятий брейк-дансомявляется гендерный подход, направленный на воспитание и развитие обучающихся. Другая особенность данной программы от других хореографических программ в том, что на занятиях брейк-дансом вводятся другие самостоятельные дисциплины: основы акробатики, гимнастики, элементов современного танца.

Данная программа предназначена для обучающихся в **возрасте** 6-18 лет.

**Сроки реализации** программы три года.

**Форма обучения** – очная.

Предусмотрен следующий **режим занятий:** для первого года обучения 4 часа в неделю (136 часов в год), для последующих лет– 6 часов в неделю (216 часов в год).

**Цель** программы: развивать творческую личность ребенка средствами хореографического искусства.

**Задачи**:

* формировать танцевальные, музыкально-двигательные, художественно-творческие знания, умения, навыки;
* формировать ценностное отношение мальчиков к хореографическому искусству и культуру здорового образа жизни, формировать духовную культуру, воспитывать чувство коллективизма, дружбы, сопереживания;
* содействовать общему физическому развитию, укреплению здоровья, развивать творческие способности и наклонности детей, формировать потребность в самопознании, саморазвитии, самореализации.

**Комплекс основных характеристик программы**

**Объем программы** - общее количество учебных, необходимых часов для освоения программы (всего 568 часов: 1 год обучения – 136 часов, 2 год обучения -216 часов, 3 год обучения – 216 часов).

**Содержание программы.** В первый год обучения закладывается фундамент знаний, умений для дальнейшей работы. Большое внимание уделяется физической подготовке: развитию силы мышц рук, ног, гибкости позвоночника, правильной осанке, вырабатывается прыгучесть, изучаются не сложные движения брейк-данса.

Занятия второго года обучения направлены на закрепление приобретённых навыков, разучивание сложных движений и освоение движений верхнего брейк-данса, на развитие умения составлять композицию из пройденных движений. Формируется творческая активность и эмоциональная выразительность исполнителей.

Третий год обучения обеспечивает совершенствование творческих способностей, занятия позволяют развивать индивидуальные творческие способности каждого ребёнка. Особое внимание уделяется развитию умений подростка составлять композицию с усложнёнными движениями и эмоциональному выразительному исполнению в единстве содержания и формы музыкального произведения. На индивидуальных занятиях подросток создаёт свои индивидуальные образы в форме этюда или танца.

**Планируемые результаты.**

После *первого* года обучения обучающиеся:

* **должны знать** лексику и технику исполнения движений, предусмотренных содержанием программы;
* **должны уметь** выполнять стойки не менее 1 секунды, выполнять основные движения брейк-данса, подтанцовки. Движения «Луна», «Волна» не менее 3-х раз.

После *второго* года обучения обучающиеся:

* **должны знать** лексику и технику исполнения движений, предусмотренных содержанием программы;
* **должны уметь** выполнять сложные движения: «Гелика», фриз «Полубэк», «Хэд-спин»; составить себе сольную композицию из выученных движений; проявлять трудолюбие, настойчивость, уверенность в исполнении движений.

После *третьего* года обучения обучающиеся:

* **должны знать** лексику и технику исполнения движений, предусмотренных содержанием программы;
* **должны уметь** выполнять сложные движения: «Флая», «Гелика», фриз «Полубэк», «Хэд-спин», «Свайпс», крутка «Краб» с подскоком, прыжки на двух и одной руках; составить себе сольную композицию из выученных движений; проявлять трудолюбие, настойчивость, уверенность в исполнении движений.

Программой предусмотрены следующие **способы проверки** знаний, умений и навыков: опрос, тестирование, выполнение контрольных заданий, упражнений, зачетные занятия в виде теоретических и практических заданий, участие в конкурсах. Оценка личностных качеств обучающихся осуществляется через диагностику уровня развития обучающихся и диагностику развития творческих способностей.

**Комплекс организационно-педагогических условий**

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование разделов | Количество часов | Оценочные материалы |
| всего | теория | практика | теория | практика |
| **Первого года обучения** |
| 1 | Вводное занятие | 4 | 2 | 2 | - | - |
| 2 | Партерная гимнастика  | 24 | 6 | 18 | ОЛ №1.1 | КСУ №1.1 |
| 3 | Физическая подготовка | 38 | 12 | 26 | Т №1.1 | КСУ №2.1 |
| 4 | Элементы брейк-данса  | 36 | 4 | 32 | ТЗ №1.1 | ККУД №1.1 |
| 5 | Элементы современных танцев  | 8 | 2 | 6 | МВ №1.1 | КСУ №3.1 |
| 6 | Музыкально-ритмическая координация | 6 | 2 | 4 | Т №2.1 | ТвЗ №1.1 |
| 7 | Постановочная и репетиционная работа  | 12 | 4 | 8 | ТЗ №2.1 | ТвЗ №2.1 |
| 8 | Концертная деятельность  | 8 | 2 | 6 | ОЛ №2.1 | ТвЗ №3.1 |
|  | Итого | 136 | 34 | 102 |  |  |
| **Второго года обучения** |
| 1 | Вводное занятие | 2 | 2 | - | - | - |
| 2 | Партерная гимнастика  | 24 | 4 | 20 | ОЛ №1.2 | КСУ №1.2 |
| 3 | Физическая подготовка | 36 | 4 | 32 | Т №1.2 | КСУ №2.2 |
| 4 | Элементы брейк-данса  | 58 | 6 | 52 | ТЗ №1.2 | ККУД №1.2 |
| 5 | Элементы современных танцев  | 12 | 2 | 10 | МВ №1.2 | КСУ №3.2 |
| 6 | Музыкально-ритмическая координация | 14 | 2 | 12 | Т №2.2 | ТвЗ №1.2 |
| 7 | Постановочная и репетиционная работа  | 60 | 11 | 49 | ТЗ №2.2 | ТвЗ №2.2 |
| 8 | Концертная деятельность  | 10 | 4 | 6 | ОЛ №2.2 | ТвЗ №3.2 |
|  | Итого | 216 | 35 | 181 |  |  |
| **Третьего года обучения** |
| 1 | Вводное занятие | 4 | 2 | 2 | - | - |
| 2 | Партерная гимнастика  | 26 | 4 | 22 | ОЛ №1.4 | КСУ №1.4 |
| 3 | Физическая подготовка, | 64 | 12 | 52 | Т №1.4 | КСУ №2.4 |
| 4 | Элементы брейк-данса  | 44 | 10 | 34 | ТЗ №1.4 | ККУД №1.4 |
| 5 | Элементы современных танцев  | 22 | 4 | 18 | МВ №1.4 | КСУ №3.4 |
| 6 | Постановочная и репетиционная работа  | 42 | 8 | 34 | ТЗ №2.4 | ТвЗ №2.4 |
| 7 |  Культурно-досуговая деятельность | 14 | 2 | 12 | ОЛ №2.4 | ТвЗ №3.4 |
|  | Итого | 216 | 42 | 174 |  |  |

**Календарный учебный график**

В соответствии с учебным планом планируются занятия:

* для учебной группы первого года обучения из расчета 136 часов в год, 4 академических часа в неделю (два раза по два часа);
* для учебной группы второго года обучения из расчета 216 часов в год, 6 академических часов в неделю (два раза по три часа);
* для учебной группы третьего года обучения из расчета 216 часов в год, 6 академических часов в неделю (три раза по два часа).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Количество недельных часов | Всегочасов | Аттестация:1. Промежуточная2. Итоговая |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май |
| Первый | 10 | 16 | 18 | 18 | 14 | 14 | 18 | 16 | 12 | 136 | 1, 2 Зачетное занятие |
| Второй | 26 | 26 | 26 | 26 | 20 | 22 | 26 | 26 | 18 | 216 |
| МиВ | 26 | 26 | 26 | 26 | 20 | 22 | 26 | 26 | 18 | 216 |

**Оценочные материалы**

Опросные листы (ОЛ), тесты (Т), комплекс специальных упражнений (КСУ), комплекс контрольных упражнений и движений (ККУД), теоретическое задание (ТЗ), творческое задание (ТвЗ), музыкальная викторина (МВ). (Приложение 1)

**Формы промежуточной и итоговой аттестации**:зачетное занятие.

**Формы подведения итогов реализации:** по окончании трехлетнего курса обучения воспитанники получают сертификат о дополнительном образовании по форме, разработанной в учреждении.

**Методические материалы**

Образовательные ресурсы и методические материалы по программе представлены в **Каталоге** (Приложение 2).

Основной **формой** работы являются учебные занятия. Для стимулирования интереса к обучению используются нетрадиционные формы проведения занятий: час тьютора, мини-чемпионат на личное первенство, конкурс композиции и другие.

Рекомендуется следующая структура учебного занятия по брейк-дансу. Первая часть – вводная, включает построение, беседу, ходьбу, бег. Вторая часть – подготовительная, разминается весь мышечный, связочный аппарат занимающихся, проводится серия разнообразных гимнастических упражнений. Третья часть – основная, начинается с занятий на гимнастическом мате с простого кувырка вперёд и назад, далее выполняются акробатические прыжки: флик-фляк, рондат, сальто и другие. Тренировки на листе оргалита – это самая продолжительная часть занятия, где изучаются, отрабатываются основные движения, комбинации. Четвёртая часть – заключительная, подготовка организма ребенка к окончанию физической нагрузки, подведение итогов занятия.

**Возможные формы подведения итогов по теме, разделу:** открытое занятие, мини-чемпионат, чемпионат на личное первенство, фестиваль творческих достижений, концерт, тесты, зачет, экзамен.

**Иные компоненты**

**Список литературы**

1. Алексеев А. и Бурлака А. Энциклопедия российской ПОП и РОК музыки. – М. Молодая гвардия, 2001.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
3. Бирюков А.А. Массаж-спутник здоровья. – М.: Молодая гвардия, 1992.
4. Крупенько С. Человек и рок-музыка. – М.: Молодая гвардия, 1987.
5. Собинов Б.М. Танцующая гимнастика. – М.: Советская Россия, 1972.

**Календарный учебно-тематический план**

**Календарное учебно-тематическое планирование**

**для учебных групп первого года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Примечание  |
| **Раздел 1. Вводные занятия – 4 часа**  |
| 1 |  | Введение в образовательную программу  | 2 |  |
| 2 |  | Техника безопасности  | 2 |  |
| **Раздел 2. Партерная гимнастика – 24 часа** |
| 3 |  | Значение партерной гимнастики | 2 |  |
| 4 |  | Упражнения на гибкость позвоночника | 2 |  |
| 5 |  | Упражнения на подвижность стопы | 2 |  |
| 6 |  | Упражнения на укрепление пресса | 2 |  |
| 7 |  | Упражнения на растягивание мышц ног | 2 |  |
| 8 |  | Упражнения на разогрев суставов ног | 2 |  |
| 9 |  | Упражнения на разогрев ног | 2 |  |
| 10 |  | Упражнения на разогрев рук | 2 |  |
| 11 |  | Упражнения на разогрев спины | 2 |  |
| 12 |  | Упражнения на выработку силы рук | 2 |  |
| 13 |  | Упражнения на укрепление мышц пресса | 2 |  |
| 14 |  | Выполнение упражнений | 2 |  |
| **Раздел 3. Физическая подготовка – 38 часов** |
| 15 |  | Значение физической подготовки | 2 |  |
| 16 |  | Упражнения на спортивном мате | 2 |  |
| 17 |  | Акробатика, простейшие акробатические движения | 2 |  |
| 18 |  | Кувырки вперёд | 2 |  |
| 19 |  | Кувырки назад | 2 |  |
| 20 |  | Кувырки с прыжка | 2 |  |
| 21 |  | Мост простой | 2 |  |
| 22 |  | Мост, стоя на коленях | 2 |  |
| 23 |  | Стойки на лопатках | 2 |  |
| 24 |  | Стойки на предплечьях | 2 |  |
| 25 |  | Стойки на руках | 2 |  |
| 26 |  | Переворот «Колесо» | 2 |  |
| 27 |  | Переворот вперед с поворотом («Рондат») | 2 |  |
| 28 |  | Переворот вправо | 2 |  |
| 29 |  | Переворот влево | 2 |  |
| 30 |  | Переворот с подскока | 2 |  |
| 31 |  | Переворот толчком левой и махом правой ноги | 2 |  |
| 32 |  | Прыжки: «Соте», «Лук» | 2 |  |
| 33 |  | Простейшие акробатические движения | 2 |  |
| **Раздел 4. Элементы брейк-данса – 36 часов** |
| 34 |  | Простейшие движения брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 35 |  | Простейшие движения брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 36 |  | Верхний брейк: подтанцовки «дорожка» | 2 |  |
| 37 |  | Подтанцовки с продвижением по кругу | 2 |  |
| 38 |  | Подтанцовки с продвижением по кругу | 2 |  |
| 39 |  | Подтанцовки «Петля» руками | 2 |  |
| 40 |  | Подтанцовки «Квадрат» | 2 |  |
| 41 |  | Отработка простейших движений брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 42 |  | Нижний брейк: «Бэк-спим»  | 2 |  |
| 43 |  | Нижний брейк: «Промокашка простая»  | 2 |  |
| 44 |  | Нижний брейк: «Крутка на руках» | 2 |  |
| 45 |  | Нижний брейк: «Краб» (простая крутка) | 2 |  |
| 46 |  | Отработка простейших движений брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 47 |  | Простейшие фризы (стойки) | 2 |  |
| 48 |  | Верхний брейк, «База поплотинга» | 2 |  |
| 49 |  | Нижний брейк, «подсечка», «подсечка в повороте» | 2 |  |
| 50 |  | Нижний брейк, «ход на руках» | 2 |  |
| 51 |  | Верхний и нижний брейк | 2 |  |
| **Раздел 5. Элементы современных танцев – 8 часов** |
| 52 |  | Элементы современных танцев | 2 |  |
| 53 |  | Движения в стиле «РЭП» | 2 |  |
| 54 |  | Движения в стиле «Тек-тоник» | 2 |  |
| 55 |  | Отработка движений современных танцев | 2 |  |
| **Раздел 6. Музыкально-ритмическая координация – 6 часов** |
| 56 |  | Исполнение подтанцовок в разных темпах | 2 |  |
| 57 |  | «Волна вперед», «волна назад» в разных темпах | 2 |  |
| 58 |  | Исполнение движений в разных ритмах | 2 |  |
| **Раздел 7. Постановочная и репетиционная работа – 12 часов** |
| 59 |  | Составление простых сольных композиций | 2 |  |
| 60 |  | Заучивание движений сольных композиций | 2 |  |
| 61 |  | Заучивание, запоминание движений сольных композиций | 2 |  |
| 62 |  | Заучивание рисунка сольных композиций | 2 |  |
| 63 |  | Заучивание, запоминание рисунка сольных композиций | 2 |  |
| 64 |  | Отработка выразительного, артистичного исполнения | 2 |  |
| **Раздел 8. Концертная деятельность – 8 часов** |
| 65 |  | Сценическое поведение и одежда. Танцевальная этика | 2 |  |
| 66 |  | Человек и рок-музыка. Современные ритмы | 2 |  |
| 67 |  | Подготовка номеров для концертных программ | 2 |  |
| 68 |  | Анализ выступлений коллектива | 2 |  |
|  |  | Итого | 136 |  |

**Календарное учебно-тематическое планирование**

**для учебной группы второго года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Примечание  |
| **Раздел 1. Вводное занятие – 2 часа**  |
| 1 |  | Введение в курс обучения. Техника безопасности | 2 |  |
| **Раздел 2. Партерная гимнастика – 24 часа** |
| 2 |  | Упражнения на увеличение шага | 2 |  |
| 3 |  | Упражнения на растягивание мышц ног | 2 |  |
| 4 |  | Выработка силы рук | 2 |  |
| 5 |  | Выработка силы ног | 2 |  |
| 6 |  | Отжимания в упоре на обе руки | 2 |  |
| 7 |  | Отжимания в упоре на одну руку | 2 |  |
| 8 |  | Отжимания боком к полу | 2 |  |
| 9 |  | Упражнения на растягивание ног (шпагаты) | 2 |  |
| 10 |  | Упражнения на гибкость позвоночника | 2 |  |
| 11 |  | Упражнения на подвижность стопы | 2 |  |
| 12 |  | Упражнения на укрепление мышц пресса | 2 |  |
| 13 |  | Упражнения на разогрев мышц ног, рук, спины | 2 |  |
| **Раздел 3. Физическая подготовка –36 часов** |
| 14 |  | Кувырки вперёд, назад | 2 |  |
| 15 |  | Кувырки с прыжка | 2 |  |
| 16 |  | Кувырок вперед в полете | 2 |  |
| 17 |  | Кувырок назад через стойку на руках | 2 |  |
| 18 |  | Мост простой и мост, стоя на коленях | 2 |  |
| 19 |  | Мост с переворотом (медленно) | 2 |  |
| 20 |  | Стойки на лопатках, на предплечьях | 2 |  |
| 21 |  | Стойки на руках | 2 |  |
| 22 |  | Стойки на голове | 2 |  |
| 23 |  | Переворот «Колесо» | 2 |  |
| 24 |  | Переворот вперед с поворотом («Рондат») | 2 |  |
| 25 |  | Переворот вправо, влево | 2 |  |
| 26 |  | Переворот с подскока | 2 |  |
| 27 |  | Переворот толчком левой и махом правой ноги | 2 |  |
| 28 |  | Фляк вперед | 2 |  |
| 29 |  | Медленный переворот назад (перекидка) | 2 |  |
| 30 |  | Переворот неполный («Курбет») | 2 |  |
| 31 |  | Прыжки с поднятием колен вперед | 2 |  |
| **Раздел 4. Элементы брейк-данса – 58 часов** |
| 32 |  | Простые движения брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 33 |  | Простые движения брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 34 |  | Верхний брейк, подтанцовки | 2 |  |
| 35 |  | Подтанцовки с продвижением вперед – назад  | 2 |  |
| 36 |  | Подтанцовки с продвижением вправо – влево | 2 |  |
| 37 |  | Подтанцовки, «Петля» руками | 2 |  |
| 38 |  | Подтанцовки, «Квадрат» | 2 |  |
| 38 |  | Отработка простейших движений брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 40 |  | Нижний брейк, «Бэк-спим»  | 2 |  |
| 41 |  | Нижний брейк, «Промокашка простая»  | 2 |  |
| 42 |  | Нижний брейк, «Крутка на руках» | 2 |  |
| 43 |  | Нижний брейк, «Краб» (простая крутка) | 2 |  |
| 44 |  | Отработка простейших движений брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 45 |  | Крутки, «Промокашка усложненная» | 2 |  |
| 46 |  | Крутки, «Свайпс» | 2 |  |
| 47 |  | Крутки, «Найти-найнт» | 2 |  |
| 48 |  | Крутки, «Краб с подскоком» | 2 |  |
| 49 |  | Крутки, «Гелика» | 2 |  |
| 50 |  | Крутки, «Хэд-спин» | 2 |  |
| 51 |  | Фризы, «Краб» | 2 |  |
| 52 |  | Фризы, «Скорпион»  | 2 |  |
| 53 |  | Фризы, «Крокодил» | 2 |  |
| 54 |  | Фризы, «Гвоздик» | 2 |  |
| 55 |  | Разучивание простых движений брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 56 |  | Отработка простых движений брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 57 |  | Разучивание простых движений брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 58 |  | Отработка простых движений брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 59 |  | Отработка простых движений брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 60 |  | Отработка простых движений брейк-данса нижнего | 2 |  |
| **Раздел 5. Элементы современных танцев – 12 часов** |
| 61 |  | Элементы современных танцев | 2 |  |
| 62 |  | Движения в стиле «РЭП» | 2 |  |
| 63 |  | Движения в стиле «Тек-тоник» | 2 |  |
| 64 |  | Подтанцовки в брейк-дансе | 2 |  |
| 65 |  | Отработка усложненных движений современных танцев | 2 |  |
| 66 |  | Отработка усложненных движений современных танцев | 2 |  |
| **Раздел 6. Музыкально-ритмическая координация – 14 часов** |
| 67 |  | Ритм, эмоционость и выразительность в брейк-дансе | 2 |  |
| 68 |  | Исполнение подтанцовок в разных темпах | 2 |  |
| 69 |  | «Волна вперед», «волна назад» в разных темпах | 2 |  |
| 70 |  | «Волна назад» из положения стоя | 2 |  |
| 71 |  | «Волна вперед» по кругу | 2 |  |
| 72 |  | «Переворот назад через плечо, волна вперед, волна назад» (сочетание движений) | 2 |  |
| 73 |  | Исполнение движений в разных ритмах | 2 |  |
| **Раздел 7. Постановочная и репетиционная работа – 60 часов** |
| 74 |  | Составление простых сольных композиций | 2 |  |
| 75 |  | Музыка простых сольных композиций  | 2 |  |
| 76 |  | Заучивание движений простых сольных композиций | 2 |  |
| 77 |  | Заучивание, запоминание движений сольных композиций | 4 |  |
| 78 |  | Заучивание рисунка простых сольных композиций | 2 |  |
| 79 |  | Заучивание, запоминание рисунка сольных композиций | 2 |  |
| 80 |  | Отработка выразительного, артистичного исполнения  | 2 |  |
| 81 |  | Отработка ритмического рисунка сольных композиций  | 2 |  |
| 82 |  | Постановка простых танцевальных этюдов | 2 |  |
| 83 |  | Работа с музыкой простых танцевальных этюдов | 2 |  |
| 84 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка этюда  | 2 |  |
| 85 |  | Исполнение этюда по частям в строго определённом ритме | 2 |  |
| 86 |  | Исполнение простого танцевального этюда целиком | 2 |  |
| 87 |  | Наработка техники исполнения танцевального этюда | 2 |  |
| 88 |  | Отработка ритмического рисунка танцевального этюда | 2 |  |
| 89 |  | Постановка композиции | 2 |  |
| 90 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка композиции | 2 |  |
| 91 |  | Композиция по частям в строго определённом ритме | 2 |  |
| 92 |  | Исполнение композиции целиком | 2 |  |
| 93 |  | Отработка ритмического рисунка композиции | 2 |  |
| 94 |  | Наработка техники исполнения композиции | 2 |  |
| 95 |  | Разводка номера  | 2 |  |
| 96 |  | Разводка номера под музыку  | 2 |  |
| 97 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка номера | 2 |  |
| 98 |  | Исполнение номера по частям в строго определённом ритме | 2 |  |
| 99 |  | Исполнение номера целиком | 2 |  |
| 100 |  | Наработка техники исполнения | 2 |  |
| 101 |  | Наработка техники исполнения, выразительности | 2 |  |
| 102 |  | Наработка техники исполнения, артистичности | 2 |  |
| **Раздел 8. Концертная деятельность – 12 часов** |
| 103 |  | Российская рок музыка | 2 |  |
| 104 |  | Современные ритмы | 2 |  |
| 105 |  | Сценическое поведение и одежда | 2 |  |
| 106 |  | Танцевальная этика | 2 |  |
| 107 |  | Подготовка номеров для концертных программ | 2 |  |
| 108 |  | Анализ выступлений коллектива | 2 |  |
|  |  | Итого | 216 |  |

**Календарное учебно-тематическое планирование**

**для учебной группы третьего года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Примечание  |
| **Раздел 1. Вводные занятия – 4 часа**  |
| 1 |  | Введение в образовательную программу  | 2 |  |
| 2 |  | Техника безопасности  | 2 |  |
| **Раздел 2. Партерная гимнастика – 26 часов** |
| 3 |  | Упражнения на разогрев мышц ног, рук, спины | 2 |  |
| 4 |  | Упражнения на увеличение шага | 2 |  |
| 5 |  | Упражнения на растягивание мышц ног | 2 |  |
| 6 |  | Выработка силы рук, ног | 2 |  |
| 7 |  | Отжимания в упоре на обе руки | 2 |  |
| 8 |  | Отжимания в упоре на одну руку | 2 |  |
| 9 |  | Отжимания боком к полу | 2 |  |
| 10 |  | Упражнения на растягивание ног (шпагаты) | 2 |  |
| 11 |  | Упражнения на гибкость позвоночника | 2 |  |
| 12 |  | Упражнения на подвижность стопы | 2 |  |
| 13 |  | Упражнения на укрепление мышц пресса | 2 |  |
| 14 |  | Растяжки, растягивание мышц ног (шпагаты) | 2 |  |
| 15 |  | Шпагаты | 2 |  |
| **Раздел 3. Физическая подготовка – 64 часа** |
| 16 |  | Упражнения на разогрев мышц шеи и предплечий | 2 |  |
| 17 |  | Упражнения на разогрев суставов ног | 2 |  |
| 18 |  | Упражнения на разогрев мышц ног, рук, спины | 2 |  |
| 19 |  | Упражнения на гибкость позвоночника | 2 |  |
| 20 |  | Упражнения на подвижность стопы | 2 |  |
| 21 |  | Упражнения на растягивание мышц ног | 2 |  |
| 22 |  | Упражнения на спортивном мате | 2 |  |
| 23 |  | Силовые упражнения на акробатической дорожке | 2 |  |
| 24 |  | Кувырки вперёд, назад, с прыжка | 2 |  |
| 25 |  | Кувырок вперед в полете | 2 |  |
| 26 |  | Кувырок назад через стойку на руках | 2 |  |
| 27 |  | Кувырок назад через плечо | 2 |  |
| 28 |  | Отработка кувырков | 2 |  |
| 29 |  | Мосты: простой, стоя на коленях, с переворотом (медленно) | 2 |  |
| 30 |  | Мосты. Мост с переворотом (резко) | 2 |  |
| 31 |  | Отработка мостов | 2 |  |
| 32 |  | Стойки на лопатках, на предплечьях, на руках | 2 |  |
| 33 |  | Стойки на одной руке | 2 |  |
| 34 |  | Стойки на голове | 2 |  |
| 35 |  | Стойки с головы на руки | 2 |  |
| 36 |  | Отработка стоек | 2 |  |
| 37 |  | Перевороты. «Колесо», «Рондат», вправо, влево | 2 |  |
| 38 |  | Переворот вперед с поворотом, переворот с подскока | 2 |  |
| 38 |  | Переворот толчком левой и махом правой ноги | 2 |  |
| 40 |  | Фляк вперед | 2 |  |
| 41 |  | Медленный переворот назад (перекидка), «Курбет» | 2 |  |
| 42 |  | Фляк назад | 2 |  |
| 43 |  | Переворот в воздухе «Сальто вперед» | 2 |  |
| 44 |  | Переворот в воздухе «Сальто назад» | 2 |  |
| 45 |  | Отработка переворотов | 2 |  |
| 46 |  | Усовершенствование изученных переворотов | 2 |  |
| 47 |  | «Переворот через мост» | 2 |  |
| **Раздел 4. Элементы брейк-данса – 44 часа** |
| 48 |  | Сложные движения брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 49 |  | Сложные движения брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 50 |  | Сложные движения брейк-данса верхнего | 2 |  |
| 51 |  | Сложные движения брейк-данса нижнего | 2 |  |
| 52 |  | Наработка увеличения количества движений | 2 |  |
| 53 |  | Наработка быстроты исполнения движений | 2 |  |
| 54 |  | Отработка сложных движений: «Флая» | 2 |  |
| 55 |  | Отработка сложных движений: «Корона» | 2 |  |
| 56 |  | Отработка сложных движений: «Хэд-спин» | 2 |  |
| 57 |  | Отработка сложных движений: «Краб с подскоком» | 2 |  |
| 58 |  | Отработка сложных движений: «Геликон», «Гелика» | 2 |  |
| 59 |  | Отработка сложных движений: «Бочка» | 2 |  |
| 60 |  | Отработка сложных движений: Крутка в стойке «Скорпион» | 2 |  |
| 61 |  | Отработка сложных движений: «Черепашка» | 2 |  |
| 62 |  | Отработка сложных движений: «Ход на руках» | 2 |  |
| 63 |  | Прыжки на двух руках  | 2 |  |
| 64 |  | Прыжки на одной руке | 2 |  |
| 65 |  | Фризы, «Полубэк» | 2 |  |
| 66 |  | Фризы, «Пружинка» | 2 |  |
| 67 |  | Наработка техники исполнения сложных движений брейка | 2 |  |
| 68 |  | Наработка техники исполнения сложных движений брейка | 2 |  |
| 69 |  | Наработка техники исполнения сложных движений | 2 |  |
| **Раздел 5. Элементы современных танцев – 22 часа** |
| 70 |  | Сложные движения в стиле «РЭП» | 2 |  |
| 71 |  | Сложные движения в стиле «РЭП» | 2 |  |
| 72 |  | Сложные движения в стиле «Тек-тоник» | 2 |  |
| 73 |  | Сложные движения в стиле «Тек-тоник» | 2 |  |
| 74 |  | Сложные движения в стиле «Хип-хоп» | 2 |  |
| 75 |  | Сложные движения в стиле «Хип-хоп» | 2 |  |
| 76 |  | Движения в стиле «Брейк-бит» | 2 |  |
| 77 |  | Движения в стиле «Брейк-бит» | 2 |  |
| 78 |  | Сложные элементы современных танцев | 2 |  |
| 79 |  | Сложные элементы современных танцев | 2 |  |
| 80 |  | Отработка сложных движений современных танцев | 2 |  |
| **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа – 42 часа** |
| 81 |  | Составление сложных индивидуальных композиций | 2 |  |
| 82 |  | Разводка сложных индивидуальных композиций | 2 |  |
| 83 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка композиции | 2 |  |
| 84 |  | Исполнение композиции по частям в определённом ритме | 2 |  |
| 85 |  | Исполнение композиции целиком | 2 |  |
| 86 |  | Исполнение композиции в темпе, артистично | 2 |  |
| 87 |  | Совершенствование техники исполнения | 2 |  |
| 88 |  | Составление сложных коллективных композиций | 2 |  |
| 89 |  | Разводка сложных коллективных композиций | 2 |  |
| 90 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка композиции | 2 |  |
| 91 |  | Исполнение композиции по частям в определённом ритме | 2 |  |
| 92 |  | Исполнение коллективной композиции целиком | 2 |  |
| 93 |  | Исполнение коллективной композиции в темпе, артистично | 2 |  |
| 94 |  | Совершенствование техники исполнения | 2 |  |
| 95 |  | Составление танца | 2 |  |
| 96 |  | Разводка танца | 2 |  |
| 97 |  | Заучивание, запоминание движений и рисунка танца | 2 |  |
| 98 |  | Исполнение танца по частям в строго определённом ритме | 2 |  |
| 99 |  | Исполнение танца целиком | 2 |  |
| 100 |  | Исполнение танца в темпе, артистично | 2 |  |
| 101 |  | Совершенствование техники исполнения танца | 2 |  |
| **Раздел 7. Культурно-досуговая деятельность по профилю – 14 часов** |
| 102 |  | Правила поведения на сцене |  |  |
| 103 |  | Психологический настрой перед концертным выступлением | 2 |  |
| 104 |  | Взаимопомощь и поддержка в коллективе  | 2 |  |
| 105 |  | Тьюторство | 2 |  |
| 106 |  | Подготовка номеров для концертных программ | 2 |  |
| 107 |  | Анализ выступлений коллектива | 2 |  |
| 108 |  | Чемпионат на личное первенство | 2 |  |
|  |  | Итого | 216 |  |

## Приложение 1

**Программа итоговой (промежуточной) аттестации.**

**Детское обьединение**: «Брейк-Данс»

**Педагог** : Коник З.А.

**Программа :** «Брейк-Данс»

**Срок проведения**: 15.05.2018г.

**Группа** №1, М и В.

**Год обучения**: Третьего и более лет.

**Форма проведения**: Контрольный комплекс упражнений и движений № 1.4. :

1. Фляк вперед.
2. Фляк назад.
3. « Гвоздик». – 3 сек.
4. « Свечка». – 3 сек.
5. « Свайпс» - крутка.
6. « Гелика» - крутка.
7. « Фриз» - конечная точка.
8. Стойка « Скорпион». – 3 сек.
9. Стойка « Крокодил». – 3 сек.

 Объяснить правила выполнения и показать.

**Форма оценки**: уровень

Высокий – 5 баллов

Средний – 4 балла

Низкий – 2-3 балла

**Правила проведения и методика подсчета результата:**

1. За каждое движение ставится оценка по пятибальной системе.
2. Суммируется общее количество баллов и делится на количество движений. Результат ставится в итоговую аттестацию.

**Программа итоговой ( промежуточной ) аттестации .**

**Детское объединение**: Брейк-данс

**Педагог**: Коник З.А.

**Программа:** « Брейк- данс »

**Срок проведения**: 15 мая ( по расписанию).

**Группа**: № 2

**Год обучения**: второй

**Форма проведения:** ККУД № 1.2. ( комплекс контрольных упражнений и движений):

1. Кувырок вперед с полетом.
2. Кувырок назад через стойку на руках.
3. « Свечка» - стойка на голове без рук.
4. Стойка на руках.
5. Стойки: « скорпион» , « крокодил».
6. Фляк вперед.
7. « Краб» - крутка.
8. « Гвоздик» - не менее 1 сек.
9. « Колесо».

Объяснить выполнение движений и показать.

**Форма оценки**: уровень

Высокий- 5 баллов

Средний- 4 балла

Низкий – 2-3- балла

**Правила проведения и методика подсчета результата:**

1. За каждое движение ставится оценка по пятибалльной системе.
2. Суммируется общее количество баллов и делится на количество движений. Результат ставится в итоговую аттестацию.

**Программа итоговой ( промежуточной аттестации).**

**Детское объединение:**  Брейк- данс.

**Педагог:** Коник З.А.

**Программа:** « Брейк- данс ».

**Срок проведения:** 15 мая ( по расписанию).

**Группа № 3**

**Год обучения :** Первый

**Форма проведения:** ККУиД №1 ( комплекс контрольных упражнений и движений):

1. Кувырок вперед
2. Кувырок назад
3. Стойка на голове
4. Стойка на руках
5. « Подсечка»
6. « Подсечка в повороте»
7. « Луна» ( 3 раза)
8. « Волна назад»
9. « Промакашка»

**Правила проведения и методика подсчета результата:**

1. За каждый ответ ставится оценка по пятибалльной системе.
2. За каждое упражнение ставится оценка по пятибалльной системе.
3. Суммируется общее количество баллов и делится на количество оценок! Результат ставитсяв итоговую аттестацию.

**Приложение 2**

**К А Т А Л О Г**

**образовательных ресурсов**

Дополнительная общеразвивающая программа: «**Брейк-данс**»

Педагог дополнительного образования: **Коник Зоя Александровна**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Параметры | Содержание |
| **Учебно-методический комплекс** |
| **1.** | **Программно-методический раздел** |
| 1. Образовательная программа | Дополнительная общеразвивающая программа « Брейк-данс», художественно-эстетической направленности, рабочая, утверждена НМС ДДТ «Созвездие» 26.08.2015. Срок реализации 3 года  |
| 2. Календарно-тематическое планирование | В соответствии с программой |
| 3. Материалы по планированию занятий: Конспекты занятий | Конспекты занятий для первого, второго, третьего годов обучения |
| 4. Литература |  |
| 4.1 Литература по профилю | Собинов Б.М. Танцующая гимнастика. - М.: Советская Россия 1972г.Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 2000г.Боголюбовская М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. – М.:ВНМЦ НТ, 1986г.Стриганов В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец. – М.: Просвещение, 1977г. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985г.Якут В.С. Путь к образу,. – М.: Искусство,1979г.  |
| 4.2 Литература общепедагогическая | Коджаспирова Г.М. Педагогика в схемах, таблицах. – М.: Айрис-пресс, 2006г.Стефановская Т.А. Педагогика: наука и искусство. – Иркутск: Совершенство, 1998г.Самойличенко М.В. Организация воспитательной деятельности: методические рекомендации. – Иркутск: ИПКРО, 2007г.Жутикова Н.В. Учителю о практике психологической помощи. – М.: Просвещение, 2008г. |
| **2.** | **Дидактический раздел**  |
| 1. Памятки | Книжка-раскладка «Акробатика» №1, №2 указать номер раздела или темы по программе – раздел 3 |
| 2. Зрительный ряд | Фотоальбом «Движение брейк-данса» – раздел 4Фотоплакаты «Фризы брейк-данса» – раздел 4 |
| 3. Звуковые пособия | 20 музыкальных дисков с музыкой брейк-бит – раздел 42 флеш-карты с музыкой брейк-бит – раздел 43 музыкальных диска с музыкой тек-тоник раздел 4 |
| 4. Видео пособия | Видеодиски – раздел 7:* Чемпионат мира по брейк-дансу
* Открытые чемпионаты по брейк-дансу в ДДТ «Созвездие» – 3 шт.
* Обучение танцу тектоник
 |
| **3.** | **Электронные ресурсы** |
| 1. Электронный адрес педагога | - |
| 2. Электронный ресурс педагога | - |
| 3. Электронные пособия | - |
| 4. Интерактивные пособия | - |
| 5. Интернет-ресурсы |  |
| **4.** | **Диагностический раздел** |
| 1. Контрольно-измерительные материалы | 1. Тесты физического развития детей для первого, второго годов обучения – раздел 32. Зачётные задания для первого, второго, третьего годов обучения |
| 2. Результаты диагностики | Таблица физического развития детей |
| **5.** | **Информационно-результативный раздел** |
| 1. Результативность УВП | Приложение 1 |
| **Предметно-развивающая среда** |
| **6** | **Охрана труда и техника безопасности** |
| 1. Пакет инструкций для обучающихся | * Инструкция 14А по технике безопасности для обучающихся на занятиях в хореографическом зале
* Инструкция 7А для учащихся по технике безопасности во время занятий гимнастикой, партерной гимнастикой, аэробикой, акробатикой
* Инструкция 3А для учащихся по безопасному поведению на дорогах
 |
| 2. Уголок по охране труда | Имеется |
| **7** | **Оснащение учебного кабинета**  |
| 1. Оборудование  | Музыкальный центр, домашний кинотеатр, ДВД, хореографический станок, спортивные маты |
| 2. Оснащение  | Скользящая перчатка для опорной руки, головной убор для выполнения стоек на голове  |
| **10** | **Оформление кабинета** |
| 1. Постоянные экспозиции по профилю деятельности | Фотостенд «Стойки брейк-данса» – раздел 4 |
| 2. Временные экспозиции | Фотостенды «Открытые чемпионаты по брейк-дансу» – раздел 7 |
| 3. Информационные материалы  | Уголок детского объединения «Брейк-данс»: эмблема, девиз, расписание занятий, «Наши законы», информация по профилю |