

Комитет по образованию администрации муниципального образования «Город Саратов»
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи им. О.П. Табакова»



«Утверждаю»
Директор МАУДО
«ДТДиМ им. О.П. Табакова»
Муковозов Н.А.
Приказ № 104 от 01.09.2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ХИП-ХОП»

Возраст учащихся – 7-17 лет

Срок реализации – 6 лет

Автор:

педагог дополнительного образования
Сафронова Мария Александровна.

Саратов 2025

Паспорт программы

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хип Хоп»
Составитель программы	Педагог дополнительного образования Сафронова М.А.
Образовательная направленность	Физкультурно-спортивная
Цель программы	Социализация, творческая самореализация и физическое совершенство подростков через освоение танцевального стиля «хип-хоп»
Задачи программы	Задачи: Обучающие Обучить • основам современных танцев, их характерным особенностям; • основным направлениям и музыкально-ритмическим особенностям стиля «хип-хоп»; • базовым знаниям и навыкам исполнения танцевальных элементов. Развивающие: Развить: • мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию движений; • навыки выразительности, пластичности танцевальных движений, самостоятельного самовыражения под музыку; • мышление, воображение, эмоционально-волевую сферу, лидерские качества учащихся. Сформировать: • музыкально-ритмические навыки; • умения эмоционального самовыражения, импровизационных навыков; Воспитательные: Воспитать: • художественный вкус, • интерес к танцевальному искусству, к здоровому образу жизни; • взаимопонимание, доброжелательность, уважение друг к другу, доверие и ответственности, социальную успешность учащихся. • ответственное отношение к обучению; • готовность и способность к саморазвитию и самообразованию; • осознанный выбор к построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимой деятельности.

Возраст учащихся	7-17 лет
Год разработки программы	2020, изменения в 2021-2024г.г.
Сроки реализации программы	6 лет
Планируемые результаты	Предметные результаты: В результате освоения данной ДОП учащиеся должны Знать: ▪ правила здоровьесбережения; ▪ правила поведения на занятиях, в ДТДиМ, в общественных местах; ▪ историю возникновения стиля хип-хоп; ▪ музыкально-ритмические и композиционные особенности танцевального стиля «хип-хоп»; ▪ термины и понятия: хип-хоп танец, хип-хоп культура, шаги, работа корпусом, кач, баунс, работа руками, волна; ▪ стили и разновидности техники исполнения и принципы движения тела при исполнении под музыкальное сопровождение; основы трех школ хип-хопа: «Old School», «Middle School» и «New School»; ▪ танцевальные направления современных уличных танцев хип-хоп; ▪ названия элементов и движений хип-хоп; ▪ состав комплексов физических упражнений и упражнений с предметами, используемых для развития физической силы, гибкости, растяжки, пластичности: Уметь: ▪ выполнять основные движения хип-хоп танца, базовые шаги различных стилей: ломанные движения, движения с выбросом - фиксацией конечностей, танец узлов, ElectricBoogie, робот, Poplocking, popping, Kingtut, плавные передвижения ног, глайды (лунная дорожка), Wetshake, ShortShake, Shaking, Roll, SwaggaDaggaStep, Boppin, Выбросы, Wiggledance, Advanced 5g'sstep, Badman, Dipin, ShamRock, BrooklinStorm, TossItUp, AlBee, DotheJames, Stepping 1stand 2ndvariations, Kickit, Jannet, Punchit, Alf, RopeDance (partydance), BobbyBrown, CoolJ, Alf, Corkscrew, HumptyHump, Roger rabbit, Crosses, Fila, Monastery, Wobble, Basic Bounce, Patty Duke, Marge Step, Step and Slide, Hip Hop Dance Basic Steps, Running Steps & Variations, Run reverse (2 section), Chicken wings, Jumping; ▪ выполнять комплекс физических упражнений: вращения, наклоны, приседания, отжимание, растяжка, растяжка у станка, прыжки на месте, прыжки в высоту; ▪ выполнять упражнения с предметами (гимнастическая палка, скакалка), подвижные игры (ходьба на руках с партнером), упражнения на брюшной пресс. ▪ выстраивать и исполнять хореографические комбинации стиля «хип хоп»;

	■ соединять отдельные движения в хореографические композиции стиля «хип хоп»; ■ импровизировать под заданную композицию; ■ проявлять творческую инициативу, самостоятельно развивать свои общие и творческие способности; ■ анализировать собственное выступление, выполнение элементов, проводить взаимоанализ. <i>Владеть</i> ■ комплексом основных упражнений по общей физической подготовке и стрейчингу; ■ принципами импровизации в танце «хип-хоп»; ■ средствами пластики для изображения придуманного образа; ■ принципами здорового образа жизни; ■ техникой танца «хип-хоп»; ■ основными элементами танца Хип-хоп (кач, элементарные шаги). <i>Метапредметные результаты:</i> <i>У учащихся будут развиты:</i> ■ мышечная сила, гибкость, выносливость, координация движений; ■ навыки выразительности, пластичности танцевальных движений, самостоятельного самовыражения под музыку; ■ мышление, воображение, эмоционально-волевая сфера, лидерские качества; ■ компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, ■ осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; ■ самоконтроль, самооценка. <i>Личностные результаты:</i> <i>У учащихся будут сформированы:</i> ■ художественный вкус, ■ интерес к танцевальному искусству, к здоровому образу жизни; ■ взаимопонимание, доброжелательность, уважение друг к другу, доверие и ответственность, ■ ответственного отношения к обучению; ■ готовность и способность к саморазвитию и самообразованию; ■ осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимой деятельности.
--	---

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы» Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хип-хоп» (далее ДООП)- физкультурно-спортивная. Хип-хоп как спортивное направление сочетает элементы танца, акробатики и импровизации, превращая их в систематизированную дисциплину с чёткими правилами и критериями оценки. Его особенность заключается в синтезе физической подготовки, творческого самовыражения и соревновательного духа, что делает его уникальным в мире спорта.

Актуальность программы заключается в ориентации подростков на высокую потребность в двигательной активности, физическом самосовершенствовании, творческом самовыражении через танцевальное современное искусство.

Исследования подтверждают положительное влияние хип-хопа на физическое развитие подростков, социальные навыки и уверенность в себе. Хип-хоп требует энергичных движений, что способствует улучшению координации, гибкости, силы и выносливости. Регулярные занятия помогают подросткам поддерживать хорошую физическую форму. Например, в исследованиях отмечается, что танцы в стиле хип-хоп улучшают баланс и моторику, что полезно для общего развития.

Хип-хоп стал официальной спортивной дисциплиной в России с 2001 года, входя в реестр видов спорта как часть фитнес-аэробики.

Хип-хоп развивает не только тело, но и психику. Занятия способствуют самовыражению, командному духу, уверенности. Хип-хоп предоставляет платформу для творческого самовыражения через импровизацию и создание собственных танцевальных комбинаций. Это особенно важно для подростков, которые ищут способы проявить индивидуальность и найти своё место в обществе. Импровизация и свобода движений помогают развивать креативность и уверенность в себе. Хип-хоп — это не только танец, но и культурное движение с собственной философией, историей и ценностями. Участие в хип-хоп культуре помогает подросткам лучше понять её истоки, связь с музыкой, граффити и модой. Это расширяет их кругозор и способствует формированию осознанного отношения к культуре.

Некоторые исследования указывают на потенциальные риски, связанные с контентом в хип-хоп музыке. В текстах могут присутствовать темы насилия, преступности и употребления наркотиков, что в отдельных случаях может негативно влиять на мировоззрение подростков. Однако экспериментальные исследования не подтверждают прямого воздействия песен на агрессивное поведение, хотя отмечают, что такие темы могут транслировать идею насильственных действий как нормы. Для минимизации рисков важно: обеспечивать баланс между танцевальной практикой и обсуждением этических аспектов хип-хоп культуры, поддерживать интерес подростков через творческие задания и участие в позитивных проектах, вовлекать родителей в процесс, чтобы они могли обсуждать с детьми

содержание музыки и её влияние. Таким образом, хип-хоп остаётся актуальным и многогранным направлением для подростков, сочетающим физическую активность, творчество и социальную интеграцию. Однако его влияние зависит от контекста и подхода к обучению.

Хип-хоп как спортивное направление выделяется сочетанием физической подготовки, творческого самовыражения и соревновательного элемента. Его многогранность (от акробатики до импровизации) и система соревнований делают его привлекательным для спортсменов и зрителей. Для тех, кто хочет попробовать себя в хип-хопе, важно начать с базовых элементов, развивать чувство ритма и постепенно осваивать более сложные техники.

Педагогическая целесообразность занятий по ДООП помогают учащимся сориентироваться в истинных общечеловеческих идеях субкультуры «Хип-хоп», не идя на поводу только у внешней атрибутики; быть стильным, модным, энергичным, подвижным, общительным; развить эстетический вкус, тактичность и уверенность в себе. Через индивидуальные, микрогрупповые и групповые выступления у учащихся развивается социальная и творческая активность, повышается культурный уровень, растёт дисциплинированность, потребность в самопознании и саморазвитии. Хип-хоп культура создаёт условия для развития навыков восприятия и понимания других людей, что важно для межличностного общения, что помогает подросткам адаптироваться в обществе, находить единомышленников и развивать жизненные принципы. Занятия танцами в стиле хип-хоп часто проходят в группах, что способствует развитию навыков общения, работы в команде и уважения к другим. Участие в батлах, выступлениях и совместных проектах учит подростков взаимодействовать с окружающими, слушать инструкции и сотрудничать. Это положительно сказывается на их социальной адаптации. Танцы в стиле хип-хоп помогают подросткам повысить уверенность в себе и самооценку. Успехи на тренировках, участие в конкурсах и положительные отзывы от педагога и сверстников укрепляют веру в свои силы. Это может положительно влиять на их поведение в других сферах жизни.

Отличительные особенности ДООП заключаются в освоении учащимися уникального направления в танцах – «хип-хоп», его отдельных стилей (паппинг, локинг, хаус и др.), подразумевающих свободу движения, импровизации (freestyle) под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, ритму, темпу. Хип-хоп требует высокой выносливости, гибкости и координации. Тренировки включают интенсивные кардио-нагрузки, растяжку, работу над силой мышц и акробатические элементы. Например, в брейк-дансе (одном из направлений хип-хопа) используются сложные трюки: вращения на спине (windmill), стойки на голове (headspin) и акробатические переходы.

Адресат программы

Учащиеся– 7-11 лет.

У детей этого возраста появляется потребность в самоутверждении и стремлении быть самостоятельными. Периодически они сталкиваются с трудностями в управлении своим эмоциональным состоянием. За основу деятельности берется обучение базовым элементам танцевального направления «хип-хоп»

Учащиеся– 12-17 лет.

Это период интенсивного развития мускулатуры, продолжения развития мозга. У подростков формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Занятия хореографии включают в себя не только повторение и шлифовку базового материала, но и сочинение собственных небольших танцевальных комбинаций. Ведущие виды деятельности – учебно-познавательная, ценностно-ориентировочная, свободное общение.

Подростки – группа повышенного риска отклоняющегося поведения, провоцируемого возрастными особенностями:

- центр физической и духовной жизни ребенка перемещается из дома во внешний мир, переходит в группу сверстников, поэтому высока степень зависимости от ее требований, норм и ценностей;
- изменяется характер взаимоотношений с взрослыми – требование равноправия, большая самостоятельность, отстаивание прав и вместе с тем нередко отказ от обязанностей, что провоцирует конфликты;
- формируются умения самообладания, самоуправления своими мыслями и поступками, развиваются настойчивость, упорство, выдержка, терпение, выносливость и другие волевые качества;
- активное стремление к личностному самосовершенствованию, самопознание, самовыражение и самоутверждение, часто через обращение к внешним, не всегда позитивным проявлениям взрослости (поведение, стиль, манера общения, одежды, привычки);
- реальна потребность в самоутверждении, нередко социально-неприемлемыми способами (физический риск (переплыть широкую реку, спрыгнуть с третьего этажа), включая подстраивание под мнение группы (роль «шута», «трудного» и т.д.);
- возникают проблемы вызванные половым созреванием: интерес к ранним сексуальным отношениям, стимулированный пропагандой в СМИ; деформация полоролевого поведения (дефицит стандарта мужского поведения; искажение в восприятии женского образа);
- складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу.

Сроки и режим реализации ДООП

Программа рассчитана на шесть лет обучения и предназначена для учащихся 7-17 лет.

Режим и продолжительность занятий:

Общее количество часов в год:

- первый год обучения – 144 часов;
- второй год обучения – 216 часов;
- третий год обучения – 216 часов;
- четвертый год обучения – 216 часов;
- пятый год обучения – 216 часов;
- шестой год обучения – 216 часов.

Количество часов в неделю:

- первый год обучения – 4 часа;
- второй год обучения – 6 часов;
- третий, четвертый, пятый , шестой года обучения – 6 часов.

Режим занятий.

Продолжительность занятий 45 мин (1 час).

Занятия проводятся спаренными 2 раза в неделю с 10 минутным перерывом.

Режим занятий регламентируется согласно требованиям регионального управления Роспотребнадзора и требованиям СанПИН.

В каждой возрастной группе занятия проводятся с сентября по май включительно. Вид группы детей – профильный, ее состав постоянный.

Цель:

Социализация, творческая самореализация, физическое совершенство подростков через освоение танцевального стиля «хип-хоп»

Задачи:

Обучающие:

Обучить

- основам современных танцев, их характерным особенностям;
- основным направлениям и музыкально-ритмическим особенностям стиля «хип-хоп»;
- основам комплекса физических упражнений и упражнений с предметами, используемых для развития физической силы, гибкости, растяжки, пластичности;
- базовым знаниям и навыкам исполнения танцевальных элементов.

Развивающие:

Развить:

- мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию движений;
- навыки выразительности, пластичности танцевальных движений, самостоятельного самовыражения под музыку;
- мышление, воображение, эмоционально-волевую сферу, лидерские качества учащихся.

Сформировать:

- музыкально-ритмические навыки;
- умения эмоционального самовыражения, импровизационных навыков;

Воспитательные:

Воспитать:

- художественный вкус,
- интерес к танцевальному искусству, к здоровому образу жизни;
- взаимопонимание, доброжелательность, уважение друг к другу, доверие и ответственности, социальную успешность учащихся.
- ответственное отношение к обучению;
- готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- осознанный выбор к построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимой деятельности.

Ожидаемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

В результате освоения данной ДОП учащиеся должны

Знать:

- правила здоровьесбережения;
- правила поведения на занятиях, в ДТДиМ, в общественных местах;
- историю возникновения стиля хип-хоп;
- музыкально-ритмические и композиционные особенности танцевального стиля «хип-хоп»;
- термины и понятия: хип-хоп танец, хип-хоп культура, шаги, работа корпусом, кач, баунс, работа руками, волна;

- стили и разновидности техники исполнения и принципы движения тела при исполнении под музыкальное сопровождение основы трех школ хип-хопа: «Old School», «Middle School» и «New School»;
- танцевальные направления современных уличных танцев хип-хоп;
- названия элементов и движений хип-хоп;
- состав комплексов физических упражнений и упражнений с предметами, используемых для развития физической силы, гибкости, растяжки, пластичности.

Уметь:

- выполнять основные движения хип-хоп танца, базовые шаги различных стилей: ломанные движения, движения с выбросом - фиксацией конечностей, танец узлов, ElectricBoogie, робот, Poplocking, popping, Kingtut, плавные передвижения ног, глайды (лунная дорожка), Wetshake, ShortShake, Shaking, Roll, SwaggaDaggaStep, Boppin, Выбросы, Wiggledance, Advanced 5g'sstep, Badman, Dipin, ShamRock, BrooklinStorm, TossItUp, AlBee, DotheJames, Stepping 1stand 2ndvariations, Kickit, Jannet, Punchit, Alf, RopeDance (partydance), BobbyBrown, CoolJ, Alf, Corkscrew, HumptyHump, Roger rabbit, Crosses, Fila, Monastery, Wobble, Basic Bounce, Patty Duke, Marge Step, Step and Slide, Hip Hop Dance Basic Steps, Running Steps & Variations, Run reverse (2 section), Chiken wings, Jumping;
- выполнять комплекс физических упражнений: вращения, наклоны, приседания, отжимание, растяжка, растяжка у станка, прыжки на месте, прыжки в высоту;
- выполнять упражнения с предметами (гимнастическая палка, скакалка), подвижные игры (ходьба на руках с партнером), упражнения на брюшной пресс.
- выстраивать и исполнять хореографические комбинации стиля «хип хоп»;
- соединять отдельные движения в хореографические композиции стиля «хип хоп»;
- импровизировать под заданную композицию;
- проявлять творческую инициативу, самостоятельно развивать свои общие и творческие способности;
- анализировать собственное выступление, выполнение элементов, проводить взаимоанализ.

Владеть

- комплексом основных упражнений по общей физической подготовке и стрейчингу;
- принципами импровизации в танце «хип-хоп»;
- средствами пластики для изображения придуманного образа;
- принципами здорового образа жизни;
- техникой танца «хип-хоп»;
- основными элементами танца Хип-хоп (кач, элементарные степы).

Метапредметные результаты:

У учащихся будут развиты:

- мышечная сила, гибкость, выносливость, координация движений;
- навыки выразительности, пластичности танцевальных движений, самостоятельного самовыражения под музыку;
- мышление, воображение, эмоционально-волевая сфера, лидерские качества;
- компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора,
- осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- самоконтроль, самооценка.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- художественный вкус;
- интерес к танцевальному искусству, к здоровому образу жизни;
- взаимопонимание, доброжелательность, уважение друг к другу, доверие и ответственность,
- ответственного отношения к обучению;
- готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимой деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 год обучения (144 ч.)

№п/ п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		всего	теория	практика	
1	История хип хоп культуры. Входящая диагностика	2	1	1	Опрос
2	Принципы и правила растяжки всех групп мышц	2	1	1	Практика
3	Базовые движения (степпы и кач) в хип-хопе	2		2	Практическое занятие
4	Бит в музыке хип-хоп	2	2	0	опрос
5	Общие связки в хип-хопе	2	1	1	

6	Правила судейства и система оценок на соревнованиях.	2	2	0	опрос
7	Степы с добавлением «кача»	4	1	3	наблюдение
8	Движение грудной клетки	4	1	1	наблюдение
9	Базовые движения рук в хип-хопе	4	-	2	Практическое занятие
10	Совмещение «фронт степ + степ тач»	4	-	4	Практическое занятие
11	Совмещение работы рук и степы	2	-	2	наблюдение
12	«Волны» корпусом	2	1	1	наблюдение
13	«Шафл степ»	2		2	наблюдение
14	Отработка степов	6	-	6	Практическое занятие
15	Связки в хип-хопе	6	2	8	Практическое занятие
16	Игра «Фристайл»	6	-	6	Практическое занятие
17	Отработка движений рук в танцевальных связках	4	-	4	Практическое занятие
18	Соединение «степов», «грув», работы рук и корпуса *	4	-	4	Практическое занятие
19	«Баттл»	2	-	2	Практическое занятие
20	Промежуточный контроль	2	-	2	анкетирование
21	Связки в стиле «хип-хоп»	8	2	6	наблюдение
22	Смена позиций с помощью степов	10	-	10	наблюдение
23	Общие связки и вариации	12	-	12	наблюдение
24	Индивидуальные связки	12	-	12	наблюдение
25	Партерная гимнастика	12	-	12	Практическое занятие
26	Общая физическая подготовка	12	-	12	Контрольные нормативов
27	Постановка танцевальных номеров	12	-	12	зачет
28	Промежуточная аттестация	2	-	2	концерт
ИТОГО		144	14	130	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения (216ч.)

№п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Подготовка к выполнению упражнений	10	1	9	наблюдение
2	Растяжка всех групп мышц	12	1	11	Практическое занятие
3	Общая физическая подготовка	16	2	14	Выполнение нормативов
4	Прыжки разного типа	8	-	8	Наблюдение
5	Базовые движения (степы и кач)	12	2	10	

6	Основы музыкальной грамоты	4	2	2	Опрос. Практическое занятие
7	Усложненные движения	12	2	10	Практическое занятие
8	Постановка танцевальных номеров	20	-	20	Фестиваль
9	Промежуточный контроль	2	-	2	зачет
10	Вариации базовых движений *	20	2	18	Практическое занятие
11	Рутины (малые танцевальные связки)	10	2	8	Практическое занятие
12	Стили уличных танцев	6	2	4	Практическое занятие
13	История современных и классических танцевальных направлений	2	2	0	Практическое занятие
14	Практика импровизации	16	-	16	наблюдение
15	Степы и связки	20	-	20	Наблюдение
16	«Баттлы» и «джемы»	16	2	14	Практическое занятие
17	Актерское мастерство	10	2	8	Практическое занятие
18	Постановка танцевальных номеров	18		18	Фестиваль
19	Промежуточная аттестация.	2	-	2	Концерт
ИТОГО		216	22	194	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения (216ч.)

№п/п	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника Безопасности	2	2		Опрос
2	Партерная гимнастика	8	2	6	Практическое занятие
3	Стили хип-хопа	95	7	88	Практическое занятие
4	Импровизация и свой стиль	24	2	22	Практическое занятие
5	Акробатика	6	1	5	Практическое занятие
6	Общая физическая подготовка. Промежуточный контроль.	3		3	Сдача нормативов
7	Постановка и отработка танцевальных Номеров	70	1	69	Наблюдение
8	Концертная деятельность	6		6	Концерт
9	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	2		2	Концерт

ИТОГО	216	15	201	
--------------	------------	-----------	------------	--

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4 год обучения (216ч.)

№п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля /аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника Безопасности	2	2		Опрос
2	FootWork *	8	2	6	Практическое занятие
3	Постановка танцевальных номеров	26	2	24	Фестиваль
4	Стиль «Loking» *	20	2	18	Практическое занятие
5	Стиль «Poring»*	20	2	18	Практическое занятие
6	Стиль «LA Style»*	35	1	34	Сдача нормативов
7	Импровизация и свой стиль Промежуточный контроль.	24	2	22	Наблюдение
8	Общая физическая подготовка	3		3	Сдача нормативов
9	Постановка и отработка танцевальных номеров	70	1	69	Фестиваль
10	Концертная деятельность	6		6	Концерт
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	2		2	Концерт
ИТОГО		216	15	201	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

5 год обучения (216ч.)

№п/п	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля /аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника Безопасности	2	2		Опрос
2	Подготовительные упражнения, растяжка, физическая нагрузка	8	2	6	Практическое занятие
3	Основы Street-dance*	26	2	24	Практическое занятие
4	Акробатика, трюки (break dance)	20	2	18	Практическое

					е занятие
5	Основы актерского мастерства	10	6	4	Практическое занятие
6	Постановочная и репетиционная работа Промежуточный контроль	45	0	45	Сдача нормативов
7	Посещение соревнований (battle), концертов	24	2	22	Наблюдение
8	Общая физическая подготовка	3		3	Сдача нормативов
9	Постановка и отработка танцевальных Номеров	70	1	69	Концерт
10	Концертная деятельность	6		6	Концерт
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	2		2	Концерт
ИТОГО		216	15	201	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

6 год обучения (216ч.)

№п/п	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля /аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2		Опрос
2	Подготовительные упражнения, растяжка, физическая нагрузка	8	2	6	Практическое занятие
3	Основы Hip Hop LA	26	2	24	Наблюдение
4	Акробатика, трюки, POPING	20	2	18	Практическое занятие
5	Основы актерского мастерства	10	6	4	Практическое занятие
6	Постановочная и репетиционная работа. Промежуточный контроль	45	0	45	Сдача номеров
7	Посещение соревнований, фестивалей (battle), концертов	24	2	22	Наблюдение
8	Общая физическая подготовка	3		3	Сдача нормативов
9	Постановка и отработка танцевальных Номеров. Концертная деятельность	76	1	75	Фестиваль Концерт
10	Итоговый контроль	2		2	Показ номеров

ИТОГО	216	15	201	
--------------	------------	-----------	------------	--

СОДЕРЖАНИЕ 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. История хип хоп культуры. Входящая диагностика

Теория: Правила поведения в ДТДиМ, на сцене. План работы на год. История хип хоп культуры.

Практика: Входящая диагностика.

2. Принципы и правила растяжки всех групп мышц

Теория: Правила растяжки мышц ног и рук.

Практика: Выполнение упражнений на растяжку.

3. Базовые движения (степпы и кач) в хип-хопе

Практика: Выполнение упражнений на изучение видов степов («фронт степ», «фронт спин степ», «сай степ», бек степ, степ тач). Изучение грува «кач» выполняемое корпусом и ногами.

4. Бит в музыке хип-хоп

Теория: Особенности музыкальной композиции в хип-хопе: бит, ритмика.

Практика: Прослушивание и анализ композиций.

5. Общие связки в хип-хопе

Теория: Основные элементы базы и связки хип-хопа.

Практика: Выполнение упражнений на соединение степов, грув, работы рук и корпуса.

6. Правила судейства и система оценок на соревнованиях

Теория: Правила организации и проведения хип-хоп баттлов (соревнования).

Практика: Просмотр и анализ видеоматериалов.

7. Степпы с добавлением «кача».

Теория: Особенности максимальной амплитуды «кача» при исполнении степов.

Практика: Выполнение упражнений на совмещение степов и «кач».

8. Движение грудной клетки

Теория: Основы развития мышц корпуса; настройка дыхания.

Практика: Выполнение упражнений: движение грудной клетки вперед, назад, влево и вправо. Вращение грудной клеткой по кругу в две стороны.

9. Базовые движения рук в хип-хопе

Теория: Правила разогревания рук.

Практика: Выполнение упражнений: «волны» руками, движение «петли» вращение руками вверх и вниз.

10. Совмещение «фронт степ + степ кач»

Теория: Особенности выполнения шагов в стиле «хип-хоп».

Практика: Выполнение упражнений: совмещение шагов вперед и шагов в стороны.

11. Совмещение работы рук и стёпы

Теория: Работа рук в стиле «хип-хоп».

Практика: Выполнение упражнений – исполнение «волн» руками, совмещенных с «сай степом».

12. «Волны» корпусом

Теория: Особенности выполнения волн корпусом.

Практика: Выполнение упражнений – работа грудной клетки, живота и таза.

13. «Шафл степ»

Теория: Особенности выполнения шагов на месте. Связь движения и музыки.

Практика: Выполнение упражнений.

14. Отработка степов

Теория: Работа мышечного аппарата при выполнении шагов.

Практика: Выполнение упражнений – шаги вперед, в стороны и назад с применением кача.

15. Связки в хип-хопе

Теория: Общая характеристика основных движений в хореографии.

Практика: Выполнение упражнений – соединение степов, грув, работы рук и корпуса.

16. Игра «Фристайл»

Теория: Правила игры «Фристайл».

Практика: Импровизация через применение всех освоенных движений хип-хопа.

17. Отработка движений рук в танцевальных связках

Практика: Выполнение упражнений по разработке движений рук в различных плоскостях, так же сочетание движений рук с корпусом и степами.

18. Соединение «степов», «грув», работы рук и корпуса

Теория: Эстетика движений в стиле «хип-хоп»

Практика: Соединение степов, грув, работы рук и корпуса. Отработка движений под музыку.

19. «Баттл»

Теория: «Баттл» - танцевальное соревнование между участниками, история и психологическая роль «баттлов».

Практика: Проведение соревнования среди учащихся в рамках занятия.

20. Промежуточный контроль. Промежуточная диагностика

Практика: Тестирование. Выполнение контрольных упражнений.

21 Связки в стиле «хип-хоп»

Теория: Уровни танцевальных связок в «хип-хопе».

Практика: Упражнения на соединение степов, грув, работы рук и корпуса. Отработка

движений под музыку.

22. Смена позиций с помощью степов

Практика: Выполнение упражнений – перемещение вперед и назад, в лево и вправо с помощью степов.

23. Общие связки и вариации

Практика: Отработка общих связок.

24. Индивидуальные связки

Практика: Отработка индивидуальных связок и их элементов, используемых в сольных выступлениях, выступлениях дуэтов и малых групп.

25. Партерная гимнастика

Теория: Правила исполнения элементов на полу.

Практика: Выполнение упражнений, направленных на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах.

26. Общая физическая подготовка

Теория: Правила безопасного выполнения силовых физических упражнений.

Практика: Выполнение упражнений – отжимания, приседания, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардиоупражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

27. Постановка танцевальных номеров

Практика: Создание танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло.

28. Промежуточная аттестация

Тестирование. Показ танцевальной шоу-программы.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие. Подготовка к выполнению упражнений

Теория: Правила поведения в ДТДиМ, на сцене. План работы на год.

Практика. Выполнение упражнений на разогрев всех частей тела, растяжку ног.

2. Растяжка всех групп мышц

Теория: Повороты головы. Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперед и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Работа стопы. Правила выполнения упражнений на растяжку.

Практика: Выполнение упражнений на растяжку: шпагата, колени, плечевые суставы, складка.

3. Общая физическая подготовка

Теория: Объяснение приемов и упражнений по общей физической подготовке.

Практика: Выполнение упражнений на пресс, отжимания, приседание, укрепление спинных мышц.

4. Прыжки разного типа

Практика: Прыжки с прижатием колен, прыжки с чередованием ног.

5. Базовые движения (степы и кач)

Теория: Характеристика основных элементов (связки) базы хип-хоп.

Практика: Выполнение упражнений на соединение степов, грув, работы рук и корпуса. Танцевальные этюды.

6. Основы музыкальной грамоты

Теория: Ритм, размер, счет.

Практика: Выполнение упражнений и разбор структуры музыкальных произведений.

7 Усложненные движения

Теория: Характеристика сложности и оригинальности движения.

Практика: Выполнение упражнений повышенной сложности на соединение степов, грув, работы рук и корпуса.

8. Постановка танцевальных номеров

Практика: Выбор и отработка лучших танцевальных номеров.

9. Промежуточный контроль. Промежуточная диагностика.

Практика: Устный опрос Тестирование. Сдача нормативов. «Джем» - вечеринка в формате хип-хоп.

Первые этапы освоения вариаций и «рутин».

10. Вариаций базовых движений

Теория: Основы совмещения базовых движений, демонстрация того, как можно варьировать и видоизменять базовые движения.

Практика: Выполнение упражнений на совмещение базовых движений, с применением различного темпа, уровня хореографии, акцентов.

11. Рутин (малые танцевальные связки)

Теория: Общая характеристика рутины как координационно сложной композиции.

Практика: Выполнение упражнений из рутины.

12. Стили уличных танцев

Теория: Особенности стилей Popping, Locking, House.

Практика: Выполнение упражнений стиля Popping, Locking, House.

13. История современных танцевальных направлений

Теория: История создания и развития хип-хоп культуры.

Практика: Поиск информации о хип-хоп культуре, подготовка презентаций.

14. Практика импровизации

Теория: Особенности и принципы танцевальной импровизации. Сущность и специфика.

Практика: Выполнение заданий на развитие импровизации, воображения, раскрытия

творческих способностей, избавление от зажимов, работу в команде.

Танцевальная импровизация.

15. Степы и связки

Практика: Упражнения на отработку изученных степен и связок.

16. Баттлы и джемы

Теория: Использование основных элементов хип-хопа в «баттлах» и «джемах».

Практика: Практика импровизации и применение изученного материала.

17. Актерское мастерство

Теория: Актерское мастерство в танцевальной практике.

Практика: Упражнения на избавление от зажимов и развитие артистизма.

18. Постановка танцевальных номеров

Практика: Выбор и отработка лучших танцевальных номеров.

19. Диагностика. Промежуточная аттестация

Практика: Тестирование. Сдача нормативов. Отчетный концерт

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория: Правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Программа объединения.

2. Партерная гимнастика.

Теория: Партерная гимнастика.

Практика: Выполнение упражнений партерной гимнастики.

3. Стили хип-хопа.

Теория: Хаус, локинг, нью стайл, крампинг, поппинг, брейкинг.

Практика: Исполнение различных комбинаций в стиле танца хип-хоп.

4. Импровизация и свой стиль.

Теория: Основы танцевальной импровизации.

Практика: Выполнение заданий под музыку. Передача настроения. Ритм и динамика в отработанных комбинациях танцев. Сольные выходы в номинациях: танцевальность и музыкальность, артистизм, креативность, универсальность и индивидуальность.

5. Акробатика.

Теория: Техника безопасности, правила выполнения упражнений, страховка.

Практика: Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положений лежа и стоя, «березка», «стойка-краб» с прямыми ногами и широко разведенными в сторону на одной и двух руках, «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги, «колесо вперед» (плюс колесо в разные стороны с разных рук), «циркуль», прыжок через ногу «узел», переворот в воздухе на руках всем телом, «полу-свайсп» («бочка»).

Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты,

сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений, изучение поддержек.

6. Общая физическая подготовка. Промежуточный контроль.

Практика: Выполнение отжиманий, приседаний, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

7. Постановка и отработка концертных номеров.

Практика: Отработка комбинаций. Танцевальные этюды. Постановка концертных номеров. Развитие чувства пространства и понимание сцены. Номера соло, в дуэте и всем коллективом. Акцент на легкость, танцевальность, синхронность и музыкальность.

8. Концертная деятельность.

Практика: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие учащихся в концертах различного уровня.

9. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.

Подведение итогов и проведение отчетного концерта.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности. Программа 4 года обучения.

Правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий.

2. FootWork

Теория: Правила исполнения элементов на полу (шаги ногами по кругу или на месте, при этом почти весь вес тела держится на руках)

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

3. Постановка танцевальных номеров

Теория: Основные базовые движения направления и вариации. Постановка танцевальных этюдов, номеров.

Практика: Выполнение заданий под музыку.

4. Стил «Popping»

Теория: Основные базовые движения направления и вариации стиля «Popping».

Практика: Выполнение заданий под музыку. Выполнение основных элементов направления.

6. Стил «LA Style»

Теория : Изучение стилизации направления, основное отличие от хип хопа.

Практика: Отработка пластики и основных элементов стиля.

7. Импровизация и свой стиль. Промежуточный контроль.

Практика: Демонстрация импровизаций под музыку. Смена формы танца.

8.Общая физическая подготовка.

Практика: Выполнение отжиманий, приседаний, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

9.Постановка и отработка концертных номеров.

Практика: Постановка и отработка номеров.

10.Концертная деятельность.

Практика: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие учащихся в концертах различного уровня.

11.Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.

Практика: Подведение итогов и проведение отчетного концерта.

5 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория: Программа 5 года обучения. Правила поведения в ДТДиМ. Правила внутреннего распорядка в объединении.

2. Подготовительные упражнения, растяжка, физическая нагрузка

Теория: Правила выполнения физических упражнений. Применение и польза данных движений

Практика: Исполнение приседаний, отжиманий разного вида (для укрепления разных групп мышц), укрепление мышц спины, пресс.

3. Основы стиля Street-dance.

Теория: История возникновения и развития стиля Street-dance. Техника исполнения элементов Streetdance. Просмотр видеозаписей улично-современных танцев.

Практика: изучение направления Локинг (Locking). Его основы, зарождения и законодатели. Выполнение упражнений: «Scoo B Doo», «Knee Drop», «Leo Walk», «Up Lock», «Jazz split», «Pimp Walk»

4. Акробатика, трюки (break dance)

Теория Правила исполнения элементов брейк данс.

Практика: Исполнение элементов «baby freez», «слад», «волна на полу», «фриз на плече», «фриз на руках», «3 шага», «6 шагов», «кик аут», «крюки»

5. Основы актерского мастерства

Теория: Работа над сценическим образом. «Что такое эмоция?»

Практика: Театрализованные игры: «Перевоплощение»; «Птички»; «Ритмопластика»;

6. Постановочная и репетиционная работа. Соревнования. Промежуточный контроль.

Теория: Постановка танцевальных этюдов, концертных номеров. Правила соревнований различного уровня. Система оценок.

Практика: Посещение соревнований (battle), концертов.

7. Общая физическая подготовка.

Практика: Выполнение отжиманий, приседаний, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

8. Отработка концертных номеров.

Практика: Отработка движений концертных номеров.

9. Концертная деятельность.

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Практика: Участие учащихся в концертах различного уровня.

10. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.

Подведение итогов и проведение отчетного концерта.

6 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория: Техника безопасности. Правила поведения в ДТДиМ. Программа шестого года обучения.

2. Подготовительные упражнения, растяжка, физическая нагрузка

Теория: Правила выполнения физических упражнений. Применение и польза данных движений

Практика: Приседания, отжимания разного вида (для укрепления разных групп мышц), укрепление мышц спины, пресс.

3. Основы Hip Hop LA

Теория: История возникновения и развития, техника исполнения элементов Hip Hop LA.

Практика: Выполнение упражнений: «Scoo B Doo», «Knee Drop», «Leo Walk», «Up Lock», «Jazz split», «Pimp Walk» Просмотр видеозаписей улично-современных танцев.

4. Акробатика, трюки POPING

Теория: объяснение правил исполнения элементов POPING (папинг).

Практика: изучение элементов «rab», «слад», «волна».

5. Основы актерского мастерства

Теория: Работа над сценическим образом. Изучение «что такое эмоция?» и как она применяется.

Практика: Театрализованные игры: «Перевоплощение»; «Птички»; «Ритмопластика»; «Игра ситуация»

6. Постановочная и репетиционная работа. Промежуточный контроль.

Практика: На занятиях с помощью комбинаций отрабатываются движения и координацию, а затем составляем танцевальные этюды, которые при отработке становятся концертными номерами. Развитие чувства пространства и понимание сцены. Каждому дается индивидуальная возможность проявить себя лично в соло, в дуэте и всем коллективом. Особенно важным акцентом на выступлениях 3 года обучения является легкость, танцевальность, синхронность и музыкальность.

7. Посещение соревнований (battle), концертов

Теория: Объяснение правил соревнований различного уровня, ознакомление с системой оценок.

Практика: Просмотр соревнований (battle). Обсуждение просмотра.

8. Общая физическая подготовка.

Практика: Выполнение отжиманий, приседаний, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

9. Постановка и отработка концертных номеров. Концертная деятельность.

Практика: Отработка движений на координацию. Танцевальные этюды, концертные номера.

Практика: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие учащихся в концертах различного уровня.

10. Итоговое занятие. Итоговый контроль

Практика: Подведение итогов и проведение отчетного концерта.

Комплекс организационно-педагогических условий.

Воспитательный компонент ДООП

Цель воспитания в ДТДиМ – личностное развитие учащихся, проявляющееся:

а) в усвоении ими социально значимых знаний, основных норм, которые общество выработало на основе духовно- нравственных ценностей;

б) в развитии позитивных отношений к общественным ценностям, в развитии социально-значимых отношений учащихся;

в) в приобретении учащимися соответствующего нравственным ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Достижению поставленной цели воспитания учащихся способствует **решение следующих основных воспитательных задач:**

Руководство объединением:

- организация творческого пространства, развитие индивидуальности каждого ребенка, личностная самореализация учащихся на основе диагностики, мониторинга уровня воспитанности учащихся;
- формирование активной позиции (жизненной, гражданской) ребенка при расширении интерактивных форм обучения;
- освоение норм и правил поведения в ДТДиМ, обществе; сплочение коллектива, развитие коммуникативных связей;
- создание ситуации успеха и формирование адекватной самооценки детей, реализуя потенциал наставничества в воспитании учащихся, поддерживая активное участие учащихся объединения в жизни ДТДиМ
- инициирование и поддержка участия объединения в различных мероприятиях, оказание необходимой помощи учащимся в их подготовке, проведении и анализе;
- установление доверительных отношений с учащимися объединения, приобретение статуса «значимого взрослого», задающего образцы поведения в обществе;
- предоставление учащимся возможности обсуждения проблем и принятия самостоятельных решений, создание благоприятной среды для общения.

Работа с родителями:

- укрепление семейных связей, связи семьи, объединения и учреждения в целом;
- развитие интерактивных форм взаимодействия с семьей, включение семьи в организацию воспитательной, досуговой деятельности объединения: родительские тематические собрания-встречи, родительские форумы, общение педагога с родителями учащихся в чатах различных мессенджеров, творческие проекты с участием родителей;
- мониторинг удовлетворенности родителей педагогическим процессом.

Самоуправление:

- развитие личностного роста учащихся;
- формирование активной жизненной позиции;

мотивация учащихся к поддержке традиций объединения и учреждения, участие в работе Совета учащихся ДТДиМ .

-проведение социально-значимых мероприятий:

- региональные семинары-практикумы
- семейные выходные
- торжественные церемонии
- благотворительные концерты
- экологические десанты;

- поддержка детей, находящихся в трудной жизненной ситуации:

- Социально-реабилитационный центр «Возвращение»

Историческая память. Патриотизм:

- формирование у учащихся способности анализировать основные этапы исторического развития страны, стимулирование поисковой и исследовательской деятельности;

становление активной гражданской позиции: организация участия учащихся в волонтерских акциях, посвященных защитникам СВО, в благотворительных акциях, концертах;

Для достижения учащимися **личностных результатов:**

- формирование основ российской идентичности; готовности к саморазвитию; мотивации к познанию и обучению;
- получение ценностных установок и развитие социально-значимых качеств личности;

Целевые ориентиры:

<i>Направление</i>	<i>Целевые ориентиры</i>
Гражданское воспитание	Осознанно выражающий свою российскую гражданскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе, современном мировом сообществе. Сознающий свое единство с народом России, ответственность за развитие страны, российской государственности в настоящем и будущем. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве в прошлом и в современности. Ориентированный на активное гражданское участие на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (самоуправлении, добровольчестве, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах).

Патриотическое воспитание	Сознающий себя патриотом своего народа и народа России в целом, деятельно выражающий чувство причастности к многонациональному народу России, свою общероссийскую культурную идентичность. Проявляющий уважение к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающий их права, защиту их интересов в сохранении общероссийской культурной идентичности.
Духовно-нравственное воспитание	Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных групп, традиционных религий народов России, национальному достоинству, религиозным убеждениям с учетом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи на основе российских традиционных семейных ценностей. Демонстрирующий устойчивый интерес к чтению как средству познания отечественной и мировой культуры.
Эстетическое воспитание	Знающий и уважающий художественное творчество своего народа, других народов, понимающий его значение в культуре. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Ориентированный на осознанное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учетом российских традиционных духовных и нравственных ценностей, на эстетическое обустройство собственного быта.
Формирование здорового образа жизни	Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни, стремление к физическому самосовершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ

	жизни. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных для физического и психического здоровья привычек, поведения (употребление алкоголя, наркотиков, курение, игровая и иные зависимости, деструктивное поведение в обществе и цифровой среде). Развивающий свои способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в разных коллективах, к меняющимся социальным, информационным и природным условиям. Демонстрирующий навыки рефлексии своего физического и психологического состояния, состояния окружающих людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим эмоциональным состоянием.
Профессиональная ориентация	Уважающий труд, результаты труда, трудовую собственность, материальные ресурсы и средства свои и других людей, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их социально значимый вклад в развитие своего поселения, края, страны. Проявляющий сформированные навыки трудолюбия, готовность к честному труду. Участвующий практически в социально значимой трудовой деятельности разного вида в семье, школе, своей местности, в том числе оплачиваемом труде в каникулярные периоды, с учетом соблюдения норм трудового законодательства. Ориентированный на осознанный выбор сферы трудовой, профессиональной деятельности в российском обществе с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, общества. Выражающий осознанную готовность получения профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.
Экологическое воспитание	Применяющий знания социальных и естественных наук для решения задач по охране окружающей среды.

	Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, окружающей среде. Имеющий и развивающий опыт экологически направленной, природоохранной, ресурсосберегающей деятельности, участвующий в его приобретении другими людьми.
Познавательное воспитание	Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учетом своих способностей, достижений. Обладающий представлением о научной картине мира с учетом современных достижений науки и техники, достоверной научной информации, открытиях мировой и отечественной науки. Выражающий навыки аргументированной критики антинаучных представлений, идей, концепций, навыки критического мышления. Развивающий и применяющий навыки наблюдений, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской деятельности.

При отборе педагогических средств воспитания учитываются следующие факторы, учитывающие требования времени и особенности развития детей:

- формирование принципиально новых компетенций (4 «К»): креативность, коммуникативность, критическое мышление, умение работать в команде, готовность к изменениям, а также технические и технологические компетенции;

- расширение дистанционного образования, компьютеризации; геймификация, повышение значимости портфолио достижений объединения, учащихся;

- когнитивно-психологические и социально-педагогические особенности современных детей (клиповое мышление, потребность в персонификации, гиперактивность, прагматизм, мультимедийность восприятия, преобладание виртуальной коммуникации, виртуализация творчества и др.);

- ярко выраженное стремление детей к успеху, нацеленность на самореализацию, низкий уровень готовности к преодолению трудности, достижению сложных целей;

- необходимость компенсировать дефициты в воспитанности подрастающего поколения, формировать нравственные ценностные ориентации, целеустремленность, стремление к творчеству.

Направления воспитательной работы (патриотическое, гражданское, познавательное, эстетическое, духовно-нравственное и т.д.) подразумевают

многообразную совокупность организаторских приемов и средств, различающихся по целевой направленности, по позиции участников, по объективным возможностям.

Организация деятельности по воспитанию духовности и нравственности, по формированию интеллектуальной сферы учащихся предполагает использование следующих технологий и форм воспитательной работы:

- ~ проектная деятельность, КВИЗы, квесты;
- ~ посещение театров, выставок, музеев с последующим обсуждением просмотренных работ и т.п.

Формирование активной гражданской позиции, сохранение исторической памяти осуществляется через:

- ~ организацию и проведение акций социальной направленности;
- ~ участие в мероприятиях, посвященных значимым историческим событиям города и страны, участие в городских социально-ориентированных мероприятиях.

Пропаганда здорового образа жизни реализуется через организацию и реализацию различных акций, социально-ориентированных проектов.

Профориентация учащихся организуется посредством встреч с интересными людьми, в том числе с бывшими выпускниками Дворца.

Предоставление учащимся, родителям условий для реализации творческих, интеллектуальных, спортивных и иных возможностей включает продвижение различных фестивалей и конкурсов; проведение совместных семейных мероприятий; привлечение родителей к организации мероприятий.

Методическое обеспечение

Образовательный процесс обучения строится на основе принципов личностно-ориентированного подхода. Главным предметом учебно-воспитательной деятельности педагога выступает процесс формирования индивидуальности подростка:

- приемы активизации познавательного интереса
- создание ситуаций успеха
- методы диагностики и самодиагностики
- методы диалога
- рефлексивные приемы и методы
- опора на жизненный опыт подростка
- игровые методы.

Групповые и индивидуальные занятия:

- диагностическое изучение процессов развития обучающихся;
- создание оптимальных условий для самореализации обучающихся.

У учащихся формируются навыки образовательной деятельности, самостоятельности.

Игровые методы используются для закрепления пройденного материала.

Главным для педагога является стремление направить учащихся на такую деятельность, в ходе которой они смогут ощутить свою самостоятельность, успешность, удовольствие от проделанной работы, удовольствие от общения.

При работе с подростками, образовательный процесс предполагает диалектическое единство содержания, методов и организационных форм обучения:

- игровые методы;
- наглядно-словесные методы;
- самостоятельная работа;

С целью усиления влияния обучения на формирование познавательного, нравственного, коммуникативного, эстетического и физического потенциалов молодежи, на развитие и проявление их индивидуальных особенностей используются разнообразные формы проведения занятий:

- занятие – соревнование;
- занятие – путешествие;
- занятие – игра;
- занятие – импровизация;

Методы обучения:

Словесные методы (объяснение, беседа, дискуссия)

Словесные методы занимают ведущее место в системе методов обучения, позволяют в кратчайший срок передать большую по объему информацию, поставить перед обучаемыми проблемы и указать пути их решения

Наглядные методы (источником знаний являются наблюдаемые предметы, явления, наглядные пособия);

Практические методы (учащиеся получают знания и вырабатывают умения, выполняя практические действия).

Игровые методы. Игра помогает развить творческие способности учащихся.

Практические занятия. Такой метод обучения позволяет не только проверить знания и умения учащихся, но и дает им возможность самостоятельно научиться чему-либо, например, самостоятельное выполнение сложных элементов. Приобретенный таким образом опыт помогает эффективнее исполнить танцевальный этюд .

Тренировка. Перед началом работы этот вид обучения помогает учащимся приобрести практические навыки. В процессе работы тренировки помогают усовершенствовать полученные навыки.

Методы воспитания:

Метод формирования сознания: рассказ, диспут, пример.

Метод организации деятельности: приучение, упражнение, требование, создание воспитательных ситуаций.

Метод стимулирования: поощрение, наказание, соревнование.

Методическое обеспечение

Методические принципы построения ДООП:

1. Последовательное обучение от базовых навыков до изучения элементов повышенной сложности
2. Параллельное освоение теории и практики.
3. Параллельное освоение общих и индивидуальных связей и вариаций.

Форма организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная, индивидуально- групповая, групповая, работа в парах. К традиционным формам организации деятельности учащихся в рамках реализации ДООП относятся: теоретическое и практическое занятие: 75% практических занятий (тренировок), 25% теоретических занятий.

Форма проведения занятий:

Тренировочное занятие

Просмотр и анализ видеоматериалов

Танцевальное соревнование (баттл)

Мастер-класс

Показательные выступления

Участие в конкурсах.

Репетиционно-постановочная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр дисков. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления у учащихся формируется отношение к публичному выступлению. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Также проводится мониторинг обучающихся в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и мониторинга помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед. Для того, чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам».

Используемые педагогические технологии и методы обучения и воспитания:

Личностно-ориентированная технология – предполагает, что в центре внимания педагога находится уникальная целостная личность ребенка, стремящаяся к максимальной реализации своих возможностей (самоактуализации), открытая для восприятия нового опыта, способная на осознанный и ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях.

Здоровьесберегающие технологии: система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития:

Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ). Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного.

Социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ) включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики.

Формы и способы организации контроля, промежуточной аттестации и итогового контроля; оценочно-диагностические материалы.

Формы организации контроля:

Предметных, метапредметных и личностных результатов – промежуточный контроль (1, 2,3,4,5,6 год обучения 1 полугодие), промежуточная аттестация (1,2,3,4,5 г.г., 2 полугодие), итоговый контроль (2 полугодие 6 год обучения). При осуществлении промежуточной аттестации и итогового контроля заполняется «Диагностическая карта оценки результатов учащегося». Промежуточная аттестация и итоговый контроль осуществляются педагогом в отношении каждого учащегося.

Способы: устный опрос, тестирование, выполнение контрольных упражнений, практическое задание, выступление с концертными номерами (см. Приложение).

Образовательные ресурсы

Дидактические материалы для педагогов

№.	Наименование	Форма
1.	Видео и фото материалы соревнований и тренировок	Электронный. Сайт ДТДиМ http://www.dvirectvorchestva.ru/--c1nwl
2.	Мастер-классы ведущих команд	Электронный. Сайт https://vk.com/lilfam
3	Технические правила дисциплины «Хип-Хоп-аэробика» 2010-	Электронный. Сайт http://www.fitness-aerobics.ru/files/docs/Competitions/HH_Regulations_2010-2012.pdf

	2012 г. по версии FISAF	
--	-------------------------	--

Информационные материалы для учащихся

№	Наименование	Форма
1.	«Правила поведения на занятии»	Электронный. Сайт ДТДиМ http://www.dvirectvorchestva.ru
2.	Видеоматериалы соревнований	Электронный. Сайт https://www.youtube.com/user/ThatsSashaSHERMAN/videos

Информационные материалы для родителей

№	Наименование	Форма
1.	Информация об объединении «Хип хоп»	Электронный. Сайт ДТДиМ http://www.dvirectvorchestva.ru/--c1nwl
2.	Памятка «Профилактика детского травматизма»	Электронный. Сайт ДТДиМ http://www.dvirectvorchestva.ru/--cmls

Материально-техническое обеспечение

- танцевальный класс, оборудованный вентиляционной системой, зеркалами и станками;
- гимнастические ковры для занятий по стретчингу;
- музыкальный центр;
- музыкальные носители (CD-диски, flesh-накопители) с аудиозаписями; видеоматериалы, ноутбук. Видео с различных выступлений и чемпионатов высокого уровня (чемпионаты мира по хип-хоп-аэробике, выступления FISAF)

Информационные ресурсы и литература

Литература для педагога:

- Аэробика // Федерация Аэробики России. – 2006. – С. 38-267.
- Базарова Н.П., Мей В. Азбука классического танца. Учебно- методическое пособие. – Л.: Искусство, 1983.
- Богданов Г. Работа над танцевальной речью // Я вхожу в мир искусств, №, 2006.
- Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств. – КГАКиИ, 2000.
- .
- Заболотская М.А. Хореография. – С.-Петербург: Искусство, 1998
- Захаров Р.В. Сочинение танца. – М. 1989
- Колеченко А. К. Энциклопедия педагогических технологий.- М., КАРО, 2008.
- Крючек Е. С. Аэробика, содержание и методика проведения оздоровительных занятий. – С-Петербург, 1999
- Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». – М.: Один из лучших, 2004
- Письменская А. Хип-хоп и R'n'B – танец. С.-Петербург: Диваданс, 2005

- Сиднева Л.В., Алексеева Е.П.: Учеб.пособие по базовой аэробике. – Москва, 2005. 186 с.
- Субботинский Е.В. Ребенок открывает мир. – Москва, 1991.

Литература для родителей и учащихся

- Буйлова Л.Н. Жизнь в танце //Внешкольник, 2001, №10
- Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». – М.: Один из лучших, 2004
- Письменская А. Хип-хоп и R'n'B – танец. С.-Петербург: Диваданс, 2005

Интернет-ресурсы

- <http://asorti.ucoz.ru/>
- <http://www.drakoni.ru/hiphop28.html>
- <http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/81/>
- http://www.youtube.com/watch?v=Akdx_mUESJE
- <http://xn--80ajiln2ae3adk3b.xn--p1ai>
- <http://video-dance.ru/sovremennie/hip-hop/3863-samouchitel-po-hip-hopu.html>
- <http://www.dvirectvorchestva.ru/--c1nwl>
- <https://vk.com/lilfam>
- <http://www.dvirectvorchestva.ru/--cmls>
- <http://video-dance.ru/sovremennie/hip-hop/3863-samouchitel-po-hip-hopu.ht>
- <http://dancedb.ru/hip-hop/article/s-chego-nachat-obuchenie-po-hip-hopu/>

Приложение1

Нормативно-правовое обеспечение

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 23.05.2025) «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, 12.1, 13,16,17,18,28).

Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»

План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года. Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р (в редакции распоряжения Правительства Российской Федерации от 12.06.2025 № 1547-р).

Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (ред. от 08.05.2025).

Национальный проект «Молодёжь и дети».

Паспорт Федерального проекта «Все лучшее детям».

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года: Проект 17.12.2024.

Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации до 2030 года»

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Об утверждении «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (Ред. от 1.07.2025 № 1745-р.)

План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 - 2030 годы). Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 1 июля 2025 г. № 1745-р.

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2012г. № 629 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020г. № 391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий)

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 28.04.2017г. № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей)

Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019г. № Р-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2».

Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019г. № Р-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»

Устав Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых»

Закон Саратовской области от 20.11.2013г. № 215-ЗСО «Об образовании в Саратовской области» (с изменениями и дополнениями)

Постановление Правительства Саратовской области от 30.04.2019 № 310-П «О персонифицированном дополнительном образовании детей на территории Саратовской области»

Приказ Министерства образования Саратовской области от 08.02.2022 № 141 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей Саратовской области на 2022-2030 годы» (с изменениями и дополнениями)

Распоряжение Правительства Саратовской области от 10.11.2025 № 545-Пр «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025-2030 годы) в Саратовской области»

Приказ Министерства образования Саратовской области от 23.11.2021 № 1885 «Об утверждении Положения о целевой модели информационно-просветительской поддержки родителей»

Устав МАУДО «Дворец творчества детей и молодежи имени О.П. Табакова»

Локальные акты МАУДО «Дворец творчества детей и молодежи имени О.П. Табакова»

Приложение № 2

План воспитательной работы на 2025-2026 уч.г.

№ п/п	Мероприятие
1	Вводное занятие: Представления об основных видах деятельности на занятии, спортивном инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
2	Цикл ознакомительных экскурсий в музей истории ДТДиМ для учащихся.
3	В процессе занятия-формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей
4	Внутригрупповые состязания по общей физической подготовке «Смелые, ловкие, умелые»
5	Участие в концертной программе, посвященной Международному Дню пожилых людей
6	Посвящение в «дворцовцы» «Ты – Табакович!»
7	Участие в концертной программе, посвящённой Международному Дню инвалида
8	Украшение 8 кабинета к Новому году
9	Цикл мероприятий, посвящённых Дню рождения ДТДиМ

10	Уроки мужества в музее истории ДТДиМ, посвященные: - Дню неизвестного солдата; - Дню героев Отечества; - Освобождению Ленинграда от фашистской блокады; - К Дню Победы в ВОВ
11	Новогодние творческие капустники для учащихся и педагогов
12	Участие в празднике., посвященном Международному женскому дню
13	День памяти О.П. Табакова Бенефис одаренных детей ДТДиМ
14	Фестиваль «Драйв»
15	Участие в праздничном концерте, посвященном Победе в Великой Отечественной войне
16	Отчетное мероприятия объединения
17	Участие в фестивале детского творчества «Моя Волга»
18	Конкурс-викторина «Подвижные игры»
19	Проведения разминки учащимися для основной части занятия.
20	Цикл лекций «Укрепления здоровья и совершенствования культуры движения» «Физкультурные минутки для снятия утомления и формирования осанки» «Подвижная деятельность на открытом воздухе»
21	Просмотр кинороликов

Приложение 3

Оценочные и диагностические материалы

Терминология Хип-хопа:

- «Кик» - резкое движение (удар) рукой или ногой
- Фронт степ – шаги вперед и обратно на базовую точку
- Сай степ – шаги в сторону и обратно на базовую точку.
- Грув – (кач) непрерывное движение всем телом за счет колен.
- Хаус – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов и сложной координации.
- Локинг – сложные координационные движения рук и корпуса на высокой скорости.
- Нью стайл – самый артистичный из всех направлений хип-хопа. Основной задачей танцора является «обыграть» звучащую композицию.
- Крампинг – стиль, построенный на резких, амплитудных и агрессивных движениях. Нарботка манеры баттла.
- Поппинг – стиль, построенный на умении изолировать части тела, «ставить точки» при помощи сокращения мышц, а также сложная пластика с множеством элементов из верхнего брейка.
- Брейкинг – силовой танцевальный стиль в котором необходим особенный подход и умение владеть базовыми силовыми элементами (держат свое тело на руках: уголок, равновесие, «фризы», т.е. замирания тела в партере).

Оценочно-диагностические материалы по предметным результатам.

1. Основное движение в базе хип-хопа?

- кач
- кик
- Степы
- Шафл степ

2. В каком году сформировался как танец (или стиль)

- 1967г.
- 1980г.
- 1986г
- 2000г.

3. Какой из ниже перечисленных стилей отображает движения робота?

- брейк данс
- локинг
- Попинг
- хаус

4. Groove -это:

- движение ногами
- движение руками
- движение корпусом

5. Monastery - это:

- движение ногами
- движение руками

- движение корпусом
- другое.

6 Hammer- это:

- движение ногами
- движение руками
- движение корпусом
- другое.

7. Chicken Wings - это:

- движение ногами
- движение руками
- движение корпусом
- другое.

8. Шейк - - это:

- движение ногами
- движение руками
- движение корпусом
- другое.

9. Wave- это:

- прыжок
- волна
- махи
- другое

10. Battle - это:

- битва
- совместная тренировка
- тренировка на открытом воздухе
- другое

11. Экспрессия - это:

- музыкальный слух
- выразительность
- эмоциональность
- другое.

12. Синхронность - это:

- Попадание в такт
- раскованность в движении
- одновременность действий
- другое.

10. Мажорный характер танца- это:

- веселый
- грустный
- быстрый
- другое.

***При ответе "другое" конкретизировать, что именно имелось ввиду**

Критерии оценки

Уровни знаний учащихся:

I (начальный) — от 1 до 5 баллов
(5 правильных ответов);

II (средний) — от 6 до 9 баллов
(до 8 правильных ответов);

III (высокий) — от 10 до 12 баллов (9-10 правильных ответов).

Критерии оценки исполнения движений хип хоп

Критерии	Показатели
Образ исполнителя	1 — не соответствует; 2 — соответствует не в полной мере; 3 — соответствует.
Подготовка номера	1. Наблюдаются неточности в исполнении движений; 2. Движения выполняются, но есть неточности; 3. Грамотно выполнены все движения.
Выполнение номера	1. Учащийся исполняет в медленном темпе, совершает ошибки; 2. Учащийся исполняет в среднем темпе, но иногда торопится., допускает ошибки; 3. Учащийся четко выполняет все движения
Эмоции в танце	1 Не использует мимику, эмоции; 2 Использует мимику, эмоции, но нет свободы в движении; 3 Эмоциональное исполнение , передача замысла номера
Взаимодействие	1 Не поддерживает общение в танце; 2 Ведет в танце, но не всегда может поддержать участников коллектива; 3 Взаимодействует с партнерами.

0-5 баллов — низкий уровень — учащемуся трудно исполнять движения в номере, наблюдается зажатость, допускает ошибки.

6-9 баллов — средний уровень — учащийся овладел мастерством танца, но ему необходимо поработать над четкостью и темпом исполнения.

11-12 баллов — высокий уровень — учащийся в полной мере овладел мастерством выполнения движений хип хопа.. Он уверенно держится и исполняет номер, обладает превосходной мимикой.

Метапредметные и личностные результаты

Карта оценки уровня сформированности компетенции «Кооперация»

Цель: определение уровня развития навыков командной работы, способности эффективно решать командные задачи, согласовывать личные и командные цели.

Периодичность: текущий контроль

Форма проведения педагогический анализ поведенческих индикаторов в ходе выполнения номеров

Дата проведения _____ Педагог _____

	ФИО учащегося	Поведенческие индикаторы			Средний балл	Уровень
		Демонстрирует направленность на принятие решений в сотрудничестве, а не единолично	Координирует средства и способы достижения взаимопонимания	Действует, способствуя достижению цели командной работы		
1						
2						
4						

1-1 — Низкий уровень. Навык не проявляется или проявляется слабо.

2. Достаточный уровень. Навык проявляется эпизодически, спонтанно, адекватно ситуации.

3. Высокий уровень. Навык проявляется в полной мере, целенаправленно, осознано.

Карта оценки уровня сформированности компетенции «Коммуникация»

Цель: определение уровня развития навыков активного слушания, убеждения, способности устанавливать эффективное межличностное взаимодействие.

Периодичность: текущий, промежуточный контроль

Форма проведения — педагогический анализ поведенческих индикаторов в ходе выполнения задания

Дата проведения _____ Педагог _____

№ п/п	ФИО учащегося	Поведенческие индикаторы				Средний балл	Уровень
		Владеет эффективными приёмами общения (активное слушание, вовлечение)	Умеет представлять свою точку зрения в обоснованной и убедительной форме	Мотивирует и вдохновляет группу	Сглаживает напряженные (конфликтные) ситуации. Чувство юмора		
1							
2							
3							
4							
5...							

0-1 — Низкий уровень. Навык не проявляется или проявляется слабо.

2 — Достаточный уровень. Навык проявляется эпизодически, спонтанно, адекватно ситуации.

3 — Высокий уровень. Навык проявляется в полной мере, целенаправленно, осознано.

к п	Используемые методики	Цель методики Возраст уч-ся	Примечания
--------	--------------------------	--------------------------------	------------

	Методика "Готовность к саморазвитию" (по С. Грачеву)	<i>Цель:</i> выявление степени сформированности навыков саморазвития.	<i>электронный ресурс:</i> [https://edu.tatar.ru/upload/images/files/metoc
	Методика для изучения социализированности личности учащегося (разработана М.И. Рожковым)	<i>Цель:</i> выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности, нравственной воспитанности.	<i>электронный ресурс:</i> [[http://www.vashpsixolog.ru/psychodiag psychologist1351-metodika-dlya-iz soczializirovannosti-lichnosti-uchashhe
	Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (составлена на основе материалов пособия Р. В. Овчаровой)	<i>Цель:</i> выявление уровня коммуникативных компетентностей учащихся.	<i>электронный источник:</i> [http://www.vashpsixolog.ru/psychodiag psychologist/69-diagnosis-emotional-and sphere/1352-metodika/html
ые	Тест-опросник А.В. Зверькова и Е.В. Эйсмана «Исследование волевой саморегуляции» Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан	<i>Цель:</i> определить уровень развития волевой саморегуляции. <i>Цель:</i> исследование уровня самооценки учащихся.	<i>электронный ресурс:</i> [http://testoteka.narod. <i>электронный источник:</i> [http://psylist.net/p

ные	Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (составлена на основе материалов пособия Р. В. Овчаровой)	<i>Цель:</i> выявление уровня коммуникативных компетентностей учащихся.	<i>электронный источник:</i> [http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostika/psychologist/69-diagnosis-emotional-and-social-psychology/sphere/1352-metodika/html]
-----	---	--	---

Алгоритм подсчета результатов

Подсчитывается количество баллов по каждому учащемуся.

Определяется уровень освоения образовательной программы по сумме баллов.

Результаты фиксируются в «Диагностической карте оценки результатов учащегося», количество таких карт соответствует количеству групп.

Уровни освоения программы учащимися:

I (начальный) — от 1 до 5 баллов; II (средний) — от 6 до 9 баллов;

III (высокий) — от 10 до 12 баллов.

Диагностическая карта оценки результатов учащихся (по каждой группе)

№	Фамилия, имя учащегося	Предметные образовательные результаты		Метапредметная готовность (0 - 3 баллов)	Личностные достижения (0 - 3 баллов)	Итог (от 0 до 12 баллов)
		Предметные знания (теория) (0 - 3 баллов)	Предметные способы деятельности (практика) (0 - 3 баллов)			
1.						

Фамилия , имя учащегося

Критерии	Показатели (баллы)	Входной контроль	Промежуточная аттестация
----------	--------------------	------------------	--------------------------

			1 полугодие	Итоговое оценивание 2 пол угодие
1. Критерии оценки уровня предметных знаний и умений				
Теоретические: Знания по: правилам здоровьесбережения; истории возникновения стиля хип-хоп; музыкально-ритмическим и композиционным особенностям танцевального стиля «хип-хоп»; терминам и понятиям: хип-хоп танец, хип-хоп культура, шаги, работа корпусом, кач, баунс, работа руками, волна; стилям и разновидностям техники исполнения и принципам движения тела при исполнении под музыкальное сопровождение основы трех школ хип-хопа: «Old School», «Middle School» и «New School»; танцевальным направлениям современных уличных танцев хип-хоп; названиям элементов и движений хип-хоп; составу комплексов физических упражнений и упражнений с предметами, используемых для развития физической силы, гибкости, растяжки, пластичности.	1 -3			
Практические: выполнять основные движения хип-хоп танца, базовые шаги различных стилей: ломанные движения, движения с выбросом - фиксацией конечностей, танец узлов, ElectricBoogie, робот, Poplocking,	1 -3			

popping, Kingtut, плавные передвижения ног, глайды (лунная дорожка), Wetshake, ShortShake, Shaking, Roll, SwaggaDaggaStep, Boppin, Выбросы, Wiggledance, Advanced 5g'sstep, Badman, Dipin, ShamRock, BrooklinStorm, TossItUp, AlBee, DotheJames, Stepping 1stand 2ndvariations, Kickit, Jannet, Punchit, Alf, RopeDance (partydance), BobbyBrown, CoolJ, Alf, Corkscrew, HumptyHump, Roger rabbit, Crosses, Fila, Monastery, Wobble, Basic Bounce, Patty Duke, Marge Step, Step and Slide, Hip Hop Dance Basic Steps, Running Steps & Variations, Run reverse (2 section), Chicken wings, Jumping; комплекс физических упражнений: вращения, наклоны, приседания, отжимание, растяжка, растяжка у станка, прыжки на месте, прыжки в высоту; упражнения с предметами (гимнастическая палка, скакалка), подвижные игры (ходьба на руках с партнером), упражнения на брюшной пресс.выстраивать и исполнять хореографические комбинации стиля «хип хоп»; соединять отдельные движения в хореографические композиции стиля «хип хоп»; импровизировать под заданную композицию.				
2. Критерии оценки уровня метапредметных результатов учащегося				
познавательные: ответственное отношение к обучению;	1 3			

готовность и способность к саморазвитию и самообразованию.				
Регулятивные: саморегуляция, целеполагание, способность к преодолению препятствий и в стрессовых ситуациях мышление, воображение, эмоционально-волевая сфера, лидерские качества компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.	1 -3			
Коммуникативные компетенции: коммуникативные навыки, сотрудничество, работа в команде на общий результат навыки выразительности, пластичности танцевальных движений, самостоятельного самовыражения под музыку	1-3			
3. Критерии оценки уровня развития личностных результатов учащегося				
сформированность внутренней позиции учащегося, эмоционально-положительное отношение к членам творческого объединения: доброжелательность, уважение друг к другу, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; самоконтроль, самооценка.	1 - 3			
- сформированность морально-этических суждений, способности к решению моральных проблем, способности к оценке своих поступков и осознанному выбору и построению дальнейшей	1 —3			

индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимой деятельности.				
сформированность мотивации учебной деятельности, любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих способностей, взаимопонимание, доброжелательность, уважение друг к другу, доверие и ответственность, художественный вкус; интерес к танцевальному искусству, к здоровому образу жизни.	1 — 3			
4. Учет творческих достижений учащегося				
На уровне объединения	1			
города, области	2			
- всероссийских, международных	3			

Сумма баллов:					
Уровень:	Диапазон начального уровня	1 - 5			
	Диапазон среднего уровня	6-9	п		
	Диапазон высокого уровня	10 -12	ш	ш	ш
Дата собеседования:					

Методические материалы

Социальные танцы

Hip-hop old school [Party Dance]

Социальные танцы, разновидностью которых является party dance - одна из форм социализации, предполагающая танец с партнером (синхрон) или в группе. Это фундамент американской танцевальной культуры, откуда берут начало все современные танцевальные направления. Танцевальные движения, зародившиеся на вечеринках и в клубах, исполняемые коллективно, они вошли в хип-хоп танец как базовая «рас- танцовка», на которой строится умение импровизировать. Знание основных движений party dance - прародителей хип-хопа - это танцевальная грамотность современного танцора. 4. Funk-styles.

Фанк - стоящее особняком музыкальное явление, родоначальником которого является Джеймс Браун. Фанк-музыка породила множество различных - как клубных, так и уличных - танцевальных стилей, для исполнения которых в первую очередь требуется не отменная физическая форма, а артистизм, пластичность и умение акцентировать в движениях мельчайшие нюансы музыки. Подобно хип-хопу, фанк-стили составляют основу хореографии популярных видеоклипов: танцуя их, вы исполняете танцы звезд американской и европейской музыкальной культуры: Popping, Locking, Boogaloo, Animation, Bopping, Robot, Strobing, Dimestop, Floating, Waving, 3D, Strutting, King Tut и другие. Funk-styles очень зрелищны, динамичны и предлагают Вам множество направлений для танцевального совершенствования.

LA-Style.

Лос-Анджелесский стиль хип-хопа или как его ещё называют Hip-hop choreography, делает большой упор на перформанс по сравнению со стилем Нью-Йорка. LA-Style может включать в себя иные, не смежные с хип-хопом стили - поэтому этот танец используется для шоу и постановках в клипах и фильмах. Танец ориентирован на точность, выразительность и красоту движений.

C-Walk. Crip Walk или C-Walk - стиль современного уличного танца, ориентированный на виртуозную импровизированную работу стоп. Танец C-Walk появился в начале 70-х годов 20 века в Комптоне, бедном пригороде Лос-Анджелеса, и исполнялся под рэпперские речевки. Танцоры использовали ловкие движения ног, для того, чтобы изображать свое имя или подавать знаки. В конце 90-х движения тана C-Walk вошли в состав базовых элементов хип-хопа. Сегодня этот танец известен как Crip Walk и имеет несколько разновидностей: Clown Walk - более быстрый стиль с добавлением развлекательной манеры исполнения, и Crown Walk - это синтез ритма Crip Walk и движений Clown Walk. Эти разновидности возникли с целью приобщения подрастающего поколения к танцу, а не к бандитизму, и адаптации Crip Walking'a, изначально возникшего как набор гангстерских, клановых жестов и символик, к хип-хоп культуре.

New-Style.

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

House.

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

Krump.

Уникальный, не имеющий аналогов Krump Dance развился из движения танцующих клоунов Южного Централ Лос-Анджелеса, организованного знаменитым клоуном Томми. К сегодняшнему дню Krump, полностью отделившийся от клоунинга, представляет собой вид танца со множеством техник и, вопреки расхожему убеждению, не подразумевает использование клоунского грима. Krump dance создавался Тайт Айзом как микс стилей западного побережья (popping, waving, tutting), заимствованных от поп-идола Майкла Джексона, агрессивной и харизматичной манеры Busta Rhymes и включением техник начиная с би-боинга вплоть до хауса и модерна. В силу своей эмоциональной самобытности Krump dance довольно сложен технически и основывается на совершенном исполнении мелких изолированных движений, 19 трясек, сбросов и наклонов тела, бросков руками и сложных фиксаций. Мгновенно распространившись по США и Европе, Krump dance появился в музыкальных видеоклипах звезд, а также стал темой нескольких фильмов, в том числе Rize знаменитого фотографа и режиссера Дэвида Лашапэля.

ПРИЛОЖЕНИЕ №6

ЭТИКА ПОВЕДЕНИЯ

- В зал можно входить только в специальной обуви (кроссовках).
- Опаздывать считается дурным тоном. При опоздании приступить к тренировке можно только с разрешения тренера
- В начале и конце занятия обязательно приветствие.
- Все упражнения на тренировке происходят только по команде тренера.

- В танцевальном зале танцоры построены в шахматном порядке, для лучшего обзора тренера.

- Младшие ученики и ученики маленького роста находятся в первых рядах.
- Танцоры всегда должны вести себя с достоинством, демонстрируя манеру настоящего спортсмена.

- Танцоры должны общаться друг с другом, так как бы они хотели, чтобы общались с ними.

НА ТУРНИРАХ, СОРЕВНОВАНИЯХ, СМОТРАХ:

- Все танцоры должны уметь с достоинством проигрывать и соответственно выигрывать.

- Акты насилия или запугивания направленные на тренера, Организаторов, Судей или танцоров недопустимы.

ТАНЦОР ОБЯЗАН:

- Быть пунктуальным и вести себя должным образом.
- Дружественно относиться к рядом находящимся танцорам и никогда не позволять быть невнимательным к текущему выступлению.

- Быть спокойным и воздерживаться от комментариев во время разминки или репетиции в ожидании своего выступления.

- Делать все возможное, чтобы сохранять чистоту в раздевалках, туалетах и помещений за кулисами, и выносить мусор в установленные места.

- Относиться к другим танцорам и нациям с уважением, должен удерживаться от создания необязательного шума и движения во время выступлений.

- Танцор и его болельщики должны воздерживаться от громкого шума создаваемого горнами, которые могут мешать судьям, аудитории и исполнителям. Однако, приветствуется создание хорошей атмосферы и поддержка выступающих.

- Танцоры должны знать, что они могут быть дисквалифицированы в случае бросания любого предмета на сцену или создания помех для выступающих.

- Быть хорошим спортивным и танцевальным послом.

- Каждый танцор всегда должен действовать в дружественной манере по отношению к своим соперникам,

- Танцоры должны делать все попытки для создания должного и позитивного имиджа танца для аудитории.

Показатели результативности освоения программы:

Высокий уровень- успешное освоение более 70% содержания программы

Средний уровень- успешное освоение от 50% до 70% содержания образовательной программы

Низкий уровень- успешное освоение менее 50%

Дополнительная общеразвивающая программа составлена в соответствии с требованиями действующего Положения о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ, Положения о промежуточном контроле результатов освоения дополнительных общеразвивающих программ и итоговой аттестации.

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Авторы программы	Сафроньва Мария Александровна, педагог дополнительного образования		29.08..2025
Методист	Митрофанова Лариса Михайловна		29.08..2025
Заведующий отделом спорта	Страмов Александр Васильевич		29.08..2025

Программа обсуждена и одобрена на методическом совете ДТДиМ от 28.08. 2025г., протокол №1 получила положительное заключение экспертной комиссии, принята на заседании педагогического совета от 29.08. 2025 года, протокол № 91.