

**Администрация муниципального образования
«Светлогорский городской округ»**

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Светлогорского городского округа»

Принята на заседании
педагогического совета
от « 31 » августа 2022 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДЮЦ
Светлогорского городского округа»
_____ О.Ф. Косарева
« 31 » августа 2022 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Брейк данс (брейкинг)»**

Возраст обучающихся: 5 - 18 лет
Срок реализации: 4 года

Составил:
Бабарикин Александр Сергеевич,
педагог дополнительного образования

**Светлогорск
2022 год**

Содержание

- 1. Пояснительная записка**
 - 1.1. Педагогическая целесообразность и актуальность программы
 - 1.2. Отличительные особенности программы
 - 1.3. Цели и задачи программы
 - 1.4. Принципы реализации цели и задач
 - 1.5. Основные этапы программы
- 2. Особенности методики**
 - 2.1. Форма организации занятий
 - 2.2. Методы и приемы обучения
 - 2.3. Структура занятий
 - 2.4. Основные формы работы
- 3. Психолого-педагогические особенности каждого этапа обучения**
- 4. Учебный план**
 - 4.1. Темы для дополнительной самостоятельной работы
- 5. Примерный перечень музыкальных произведений каждого года обучения**
- 6. Прогнозируемые результаты**
- 7. Система оценки результатов учебной работы**
- 8. Условия реализации программы.**
- 9. Методическое обеспечение программы**

Пояснительная записка

Любую проблему на свете
можно решить танцуя
(Джеймс Браун)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности **«Брейк данс (брейкинг)»** носит **художественную** направленность и может быть реализована как основа для дальнейшего профессионального образования, так и для целей самообразования, саморазвития и творческой самодетельности. Программа является модифицированной, разработанной на основе имеющихся рабочих и авторских программ, подтвердивших высокую результативность. За основу данной программы взяты: программа дополнительного образования по направлению «Нижний брейк-данс» Малухин И.В.; «Комплексная программа физического воспитания учащихся I- XI классов», автор В.И. Лях, Л.Б. Кофман, Г. Б. Мейксон. М: «Просвещение», 1996 г., дополнительная общеразвивающая программа Панахина С. К. «Fix elements» ГБОУ г. Москвы Школа № 97, «Брейк-Данс» Хотееенкова И. Н. МОУ ДОД «Центр внешкольной работы» г. Оленегорск.

Основания модификации программы: особенностью образовательного процесса в ДЮЦ является добровольность выбора направления образования, отсутствие вступительных конкурсных испытаний, ориентация на обще эстетическое развитие и воспитание личности средствами современного искусства и творческой деятельности. В связи с этим программа отличается от имеющихся формами организации образовательного процесса, формами контроля.

Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные области знания. Программа ориентирует воспитанников на дополнительную самостоятельную работу, направленную на развитие физических способностей своего тела, для выполнения сложных акробатических и гимнастических элементов брейк данса.

Современное танцевальное искусство в России по большей части формировалось на улице (например, направления «хаус», «брейк-данс», «хип-хоп» и т.д.) и в настоящее время востребовано среди подростков. **Актуальность** этой программы на современном этапе крайне высока, брейк танец не только пользуется популярностью среди молодёжи, удовлетворяет

их запросы, но также это - стиль жизни, определенное мировоззрение и понимание окружающего мира, а также великолепная альтернатива безделью, вредным привычкам и дурным компаниям. В настоящее время возросло количество детей, практикующих употребление алкоголя и курение. Нервные расстройства, связанные с чрезмерным увлечением компьютерными играми и постоянным времяпровождением в социальных сетях, увеличивается информационная нагрузка, что не способствует укреплению здоровья. Особенности географического положения нашего региона и его погодные условия, вынуждают подростков проводить время в помещениях большую часть года. Находясь в закрытых помещениях, зачастую, подростки по объективным причинам ограничивают своё физическое развитие и не знают, как раскрыть свой творческий потенциал. В связи с этим молодежь ограничена в активном отдыхе на улице, что влечет за собой увеличение заболеваемости у подростков и попадание их в группу риска. Для повышения иммунитета необходимо повышать физическую активность. Качество жизни и благополучие, во многом зависят от его способности вести полноценный, активный образ жизни, неограниченный проблемами со здоровьем. Именно поэтому в настоящее время набирают популярность виды досуга, носящие общеукрепляющий и социально значимый характер, к которым относится так же и занятие таким видом танца как брейк-данс.

Через брейк-данс подросток может выразить свой внутренний мир, творчески самореализовать себя, придумывая свой неповторимый стиль исполнения, брейк-данс – это своеобразное компенсаторное средство агрессивности подростков. Кроме этого, занятия брейк-дансом способствуют организации занятости «трудных подростков» и досуга в свободное от учебы время.

Данная программа позволяет методически настойчиво направлять энергию подростков в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, некрасивости, безвкусицы. Получив возможность осваивать импровизации, подросток избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Педагогическая целесообразность определяется возможностью активно содействовать формированию эстетического вкуса обучающихся, развивать их компетенции в сфере восприятия и анализа явлений современного искусства. Программный материал подобран так, чтобы поддерживать постоянный интерес к занятиям у всех обучающихся.

Теоретическая часть дается в форме бесед, ролевых игр, инструктажей с просмотром иллюстративного материала и подкрепляется практическим освоением темы. Данная программа имеет спортивную и оздоровительную направленность. Таким образом, это наиболее «здоровый» вид танца, в котором, прежде всего, оцениваются красота, гармония и совершенство. Формируя, с помощью брейк-данса, ловкость, координацию и пластику мы подготавливаем подростков для дальнейшего гармоничного развития.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Брейк данс (брейкинг)» является то, что занятия по программе оказывают положительное влияние на развитие познавательных интересов, на социальную активность обучающихся, на раскрытие потенциальных способностей, на формирование художественно-эстетического вкуса у обучающихся. Особенность данной программы заключена в занятиях общефизической, специальной физической подготовкой детей и подростков через изучение элементов брейк-данса. Занятия Брейк-дансом, позволяют ребенку приобрести жизненно необходимые навыки и умения, а нагрузка, получаемая в ходе тренировок, укрепляет организм и оказывает положительное влияния на развитие общей физической культуры и психологическое состояние обучающихся.

На физическом уровне улучшается:

- общее физическое состояние;
- состояние сердца и легких;
- увеличение массы и тонуса мышц;
- укрепление костей и снижения риска остеопороза;
- выработку чёткой координации движений;
- придание телу гибкости, ловкости и внутренней силы.

На эмоциональном уровне Брейк-данс влияет на:

- улучшение эмоционального состояния в целом;
- повышение самооценки, уверенности в себе и самоуважения;
- способность открываться навстречу новому, воспринимать положительные стороны жизни;
- развитие социальных связей и перспектив, обретение новых знакомств и закрепление опыта конструктивного общения.

Цель и задачи программы:

Цель: развитие творческих способностей личности, ведущих к социальной адаптации в сложных современных условиях.

Социализация личности через наполнение активно - деятельностным - привить обучающимся культуру общения между собой, с окружающими средствами брейк - данса.

Задачи программы:

В области развития личностных компетенций:

- гармонизация процессов роста, развитие творческого потенциала ребёнка;
- создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения Брейк-дансом;
- развитие эмоциональной сферы и эмоционального словаря;
- развитие художественного вкуса и эмоциональной отзывчивости;
- развитие наблюдательности, воображения, фантазии;
- активизация процессов самопознания и саморазвития;
- активизация познавательных интересов, расширение горизонтов познания;
- развитие психологической уверенности в собственной социальной значимости.

В области социализации:

- развитие навыков межличностного общения и сотрудничества;
- развитие коммуникативных компетенций и навыков социального взаимодействия;
- развитие навыков продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности;
- воспитание толерантности и устойчивой гражданской позиции, адекватной законодательным требованиям современного социального общества РФ;
- развитие духовной культуры и этики поведения.

В области освоения предметных компетенций:

- приобщение детей к увлекательному миру танца и к музыке, развитие интереса к хореографическому искусству, раскрытие его многообразия и красоты, знакомство с историей танца;
- приобщение к эстетике танца и его особому духу;
- общефизическое развитие, развитие и укрепление костно-мышечного аппарата;
- развитие танцевальной выразительности, выносливости, координации;
- развитие слуха, чувства ритма, интонационного мышления;

- развитие эмоциональной отзывчивости к музыке, способности слышать и слушать музыку и передавать ее в движении;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- развитие внимания, быстроты реакции, чуткого и внимательного отношения к партнёрам;
- освоение основных базовых танцевальных направлений, освоение как простых так сложных элементов, формирование собственного стиля, в том числе:
 - ознакомление с основами Брейк – данса,
 - обучение восприятию Брейк –данса,
 - развитие памяти движений,
 - овладение умением исполнять движения в комбинации,
 - развитие игровой свободы действий в обыгрывании танца

Принципы реализации цели и задач

1. Природосообразности, который заключается в понимании природного потенциала ребенка, поиске и развитии его дарований;

2. Постепенного постижения творчества, который на практике реализуется в:

- создании благоприятных условий для творческой деятельности;
- обеспечении соучастия начинающих, более подготовленных воспитанников и самого педагога в творческом процессе;
- мотивации самостоятельного творчества всех субъектов образовательного процесса ДЮЦ;
- педагогической поддержки, в основу которой положено взаимодействие и сотрудничество педагога и обучающегося в контексте решения проблем подростка;
- гуманистической направленности, который основан на том, что каждый подросток является субъектом собственного развития.

В образовательном процессе реализуются следующие педагогические идеи:

- личностно-ориентированного подхода к воспитаннику (И.С. Якиманская);
- педагогической поддержки (О.С. Газман);
- дифференциации и индивидуализации обучения.

Основные этапы программы

Данная программа разработана на основе комплексного подхода к обучению ритмики и танцу и состоит из следующих развивающих этапов:

1 этап - Подготовительный (рассчитан на 1 год обучения).

Общефизическая подготовка. Занятия 1 раз в неделю по 2 часа

На первом этапе обучения воспитанники учатся чувству ритма, такта; получают первичные сведения о брейкинге и хип-хоп культуре; разучивают терминологию танца; развивают физическую подготовку для силовых элементов брейк данса; учатся соединять выученные движения.

2 этап – Базовый (рассчитан на 3 года обучения).

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2.5 часа.

На втором этапе обучения обучающиеся должны закрепить полученные знания; знать названия выученных движений, структуру и содержание брейкинга; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; самостоятельно придумывать движения во время игр; соединять выученные движения.

При достижении обучающимся устойчивой положительной динамики освоения образовательной программы и наличии стойкого интереса к занятиям обучение может быть продолжено.

3 этап - Совершенствования (рассчитан на 1 год обучения).

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа плюс индивидуальная работа с солистами (количество часов на индивидуальные занятия устанавливаются педагогом, в зависимости от характера сценических постановок).

На третьем этапе обучения закрепляются полученные знания; обучающиеся учатся держаться на сцене; развивают художественно-эстетический вкус; четко выполняют ранее выученные движения; выразительно и грамотно исполняют танцевальные композиции; учатся контролировать и координировать свое тело; выполняют сложные акробатические и гимнастические элементы; соединяют выученные движения.

Продолжительность учебного года при реализации программы составляет 36 недель.

В студию «Брейк данс (брейкинг)» зачисляются все желающие дети и подростки по заявлению родителей.

Программа «Брейк данс (брейкинг)» рассчитана на 4 года обучения. Оптимальное количество обучающихся в группе для успешного усвоения программы - не менее 10 человек. Возраст обучающихся от 5 до 18 лет. Занятия проводятся с обучающимися по группам.

Особенности методики

Форма организации занятий.

Основной формой обучения является учебно-практическая деятельность обучающихся (**аудиторные занятия**). Приоритетными методами являются упражнения, учебно-практические занятия, метод «битв». Все виды практических занятий в программе направлены на освоение различных брейк-элементов, поведение их исполнения, стилей преподнесения себя в танце, физического развития.

Педагог в соответствии с имеющимися возможностями выбирает такой объект или тему занятия для обучающихся, чтобы обеспечить охват всей совокупности рекомендуемых в программе ветвей и стилей нижнего брейка. При этом он должен учитывать посильность объекта танца для обучающихся соответствующего физического развития, а также его личную заинтересованность.

Аудиторные занятия проводятся в просторном, хорошо проветриваемом помещении, свободном от мебели и отвечающем требованиям безопасности активного движения, рекомендованными Министерством образования РФ.

Большое внимание должно быть обращено на обеспечение безопасности на тренировках обучающихся при выполнении основных брейк-элементов. Особое внимание следует обратить на соблюдение правил выполнения акробатических элементов, которые должны исполняться при наличии покрытий, в достаточной степени, смягчающее приземление и/или без страхующего человека. Недопустимы занятия без педагога.

Формы организации учебно-воспитательного процесса:

- учебное занятие;
- занятия – репетиции;
- занятия – концерты;
- контрольное занятие;
- домашнее задание.

Формы организации познавательной деятельности на занятии:

- индивидуальная;
- парная;
- групповая;
- фронтальная.

Форма проведения аудиторных занятий – групповая и индивидуальная.

Групповая форма работы дает возможность учиться друг у друга и сравнивать свои достижения в освоении брейк-данса. Вариативность и гибкость материала программы учитывает интересы всех обучающихся, что в

свою очередь позволяет осуществлять дифференцированный подход, создающий наиболее комфортные условия для эффективного обучения подростка, обеспечивая ему такой уровень освоения материала, который соответствует его познавательным, физическим возможностям и способностям.

С каждой группой подготовительного этапа обучения проводится по 1 занятию в неделю.

С каждой группой базового этапа обучения проводится по 2 занятия в неделю.

Программа предполагает также организацию **внеаудиторных** занятий:

- организацию творческих игр и конкурсов;
- участие в социокультурных акциях;
- посещение концертов, выставок и других зрелищных мероприятий;
- участие в мероприятиях по плану ДЮЦ.

Программы внеаудиторных занятий составляются педагогом с учетом пожеланий обучающихся.

Дополнительная общеразвивающая программа «Брейк данс (брейкинг)» предусматривает развитие у обучающихся чувства ритма, музыкального слуха, физических способностей, здорового духа, нестандартного мышления, творческой индивидуальности, харизмы.

Программа ориентирует обучающихся на **дополнительную самостоятельную работу**, направленную на развитие физических способностей своего тела, для выполнения сложных акробатических и гимнастических элементов брейк данса. Брейк-данс позволяет широко проявлять свою творческую составляющую, подразумевает большой объем самостоятельной работы. Нужны собственные идеи, видение. В брейк-дансе каждый танцор может что-то открыть или даже создать что-то принципиально новое, но только после того, как освоит основы танца.

Самостоятельная работа - вид тренировки, при котором в условиях систематического уменьшения прямой помощи педагога выполняются тренировочные задания.

Самостоятельная работа способствует сознательному и прочному усвоению:

1. Знаний
2. Умений
3. Навыков формирования познавательной самостоятельности.

Домашним заданием у обучающихся стимулируется ответственность. Они понимают, что занятие Брейкингом – это что-то существующее вне танцзала. С домашним заданием прививается Брейк Данс как стиль жизни. Не дается всей группе в целом, а индивидуально тем, кому это действительно нужно, т.к. часто люди получают удовольствие только от тренировок и не нуждаются во внедрении в Хип-Хоп культуру. Основные виды домашнего задания (определяется индивидуально, или особенностями группы):

- **Видео-задания.** Домой дается обучающемуся видеoinформация для просмотра. На следующем занятии нужно высказать свое мнение по поводу просмотренного дома видеоматериала, определить победителя, сравнить танцоров и т.п. Такое задание сложно переоценить! Оно расширяет кругозор ученика, который до этого Би-боинг ассоциировал только со своим тренером. Просматривая видео информацию, обучающиеся видят многогранность Брейкинга как явления, оригинальность стилей танцоров и их элементов. Это рано или поздно приводит в действие фантазию, так необходимую всем людям для самовыражения.

- **Задания на ритмику.** Простейшая ритмика (шаг-приставка, шаг-приставка; «кач» в музыку и т.п.), без знания которой сложно научиться вообще что-либо станцевать. Домой дается обучающемуся музыка и определенное задание. Часто детям для преодоления страха перед публикой, необходимо «повоображать», двигаясь перед зеркалом в своей комнате.

- **Задания на растяжку.** В связи с ограниченностью времени тренировки, необходимый уровень растяжки часто достигается дома. Педагог показывает комплекс упражнений и рассказывает об особенностях таких занятий и необходимости родительского контроля. Ребенок 5-12 лет, под присмотром родителей (и педагога на занятии), может развить гибкость тела на 75-80% за 1-6 месяцев.

- **Задания на «стойки».** Как и в вышеперечисленном виде домашнего задания, в стойках необходима общая разминка. Стойки (на голове и руках) – упражнения, развивающие равновесие. В отличие от фантазии и ритмичности, больше зависящие от таланта, освоение стоек и растяжка, требуют всего лишь систематичности и упорства.

Методы и приемы обучения (по классификации М. Н. Скаткина - И. Я. Лернера):

- объяснительно-иллюстрированный (рассказ, объяснение, беседа, диалог, показ, демонстрация видеоматериалов, просмотр иллюстраций, прослушивание музыкального материала);

- репродуктивный (воспроизведение движений и упражнений под счет и под музыку, многократное повторение и отработка элементов и упражнений, проговаривание терминов, пересказ);
- частично-поисковый (самостоятельная разработка танцевальных комбинаций, импровизация, подбор музыкального сопровождения, анализ выполнения заданий и самостоятельный поиск ошибок).

Основные педагогические принципы:

- принцип открытого общения, способствующий формированию доверительных отношений, располагает к высказыванию собственных чувств, позволяет вовлечь в дискуссию, помогает созданию ситуации успеха;
- принцип психологической комфортности, предполагающий охрану и укрепление психологического здоровья ребенка, заинтересованность детей, уважения ребёнка и его труда;
- принцип гуманизации и демократизации педагогических отношений – личностные отношения являются важнейшим фактором, определяющим результаты учебно-воспитательного процесса и включающими сотрудничество, мастерство общения;
- принцип интенсивного восприятия - предполагает максимальное использование различных сенсорных каналов и разнообразных их сочетаний;
- принцип системности и преемственности.

Структура занятий

Программой предусматриваются комплексные занятия, сочетающие практическую и теоретическую работу, выполнение упражнений по образцу, с наглядным показом и творческую импровизацию. Принцип «от простого к сложному» реализуется в программе различными способами. Внутри каждого занятия: через разбивание, сложного танцевального движения на составные части с последующим углубленным изучением этого движения через неоднократные повторения. На протяжении всей программы: через постепенное движение от освоения традиционной танцевальной лексики и классических композиций – к созданию авторских версий движения и их сочетаний.

I. Организационный момент (приветствие, постановка целей и задач, мотивация обучающихся на восприятие учебного материала, актуализация опорных знаний и умений).

II. Основная часть (усвоение и закрепление знаний и способов действий, обобщение и систематизация знаний и умений, контроль):

- разминка, общеразвивающие упражнения;

- элементы клубного танца Hand in Work, Wave through a body, Dance, Moon Walking, пластика головы и пластика рук;
- синхронны; основы пластики, пантомимы.

III. Подведение итогов занятия (прощание, оценка выполнения целей и задач, взаимооценка и самооценка работы обучающихся, информирование о домашнем задании и проводимых воспитательных мероприятиях).

Обеспечение безопасности обучающихся на занятиях брейк-дансом

Для исключения травматизма и обеспечения личной безопасности:

1. Проведение занятий в залах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены (влажная уборка, проветривание, использование спортивных матов)
2. Поддержание на занятиях дисциплины. Не допускается не организованное исполнение сложных акробатических движений, самовольное выполнение упражнений на голове. Не разрешается детям толкать друг друга, хватать за руки и за ноги во время исполнения движения, громко разговаривать.
3. Допуск обучающихся к занятиям только по медицинским показаниям.
4. Проводить занятия с группой, не более 15 человек.
5. Внимательное наблюдение за обучающимися и готовность в случае необходимости быстро оказать помощь.
6. Соблюдение методически грамотной последовательности обучения (использование продуктивной технологии), которая позволяет обеспечить реализацию принципов систематичности, доступности, постепенности нарастания физической нагрузки.
7. Применение здоровье - сберегающих технологий (не применяются упражнения, вызывающие переутомление, и форсирующие увеличение физической нагрузки на определенные группы мышц).
8. Ориентация обучающихся на сознательное выполнение правил обеспечения безопасности на занятиях.

Основные формы работы

Приоритетными формами работы в данной программе являются упражнения, учебно-практические занятия, метод «битв». Все виды практических занятий направлены на освоение различных брейк-элементов, поведение их исполнения, стилей преподнесения себя в танце, физического развития. Предполагается, что на каждом последующем занятии повторяется и оттачивается прошедший материал. Причём этому уделяется от 25% до 50% времени, отведённого на новую тему.

Каждый брейк – элемент может модернизироваться педагогом (обучающимися), если он привносит тем самым оригинальность, лёгкость исполнения или другие значительные критерии. Элементы учебно-тематического плана (пункт 4) отражают, прежде всего, - основы.

«Джем» - форма проведения индивидуальных выступлений. Цель - демонстрация своих возможностей от умения держать себя на публике до исполнения сложных брейк – элементов. Выглядит он следующим образом: обучающиеся садятся в круг, начинает играть музыка, обучающиеся выходят в центр круга по одному, по очереди и демонстрируют свои умения. Если кто-то из обучающихся не имеет желания выходить, то не стоит настаивать на его выходе. В дальнейшем такую проблему необходимо будет обязательно решить.

«Битва» или «батл». Цель: демонстрация не только своих, но и командных возможностей от умения держать себя на публике до исполнения сложных брейк – элементов, в том числе и двойных выходов. Выглядит он следующим образом: обучающиеся делятся, как правило, на две команды. Сначала выходят представитель(и) из одной команды, затем из другой, потом опять из первой и т. д.. педагогу обязательно нужно контролировать ход «джемов» и «битв».

Приобретение исполнительского опыта происходит во время выступлений обучающегося на концертах, различных акциях, соревнованиях. Присутствие публики повышает ответственность обучающегося за исполнение. Праздничная, доброжелательная атмосфера настраивает его на хороший результат, на положительные эмоции и переживания, которые являются главным фактором, способствующим высокой эффективности воспитания и обучения.

Психолого-педагогические особенности каждого этапа обучения

Занятия в студии брейк данса **на 1 этапе обучения** представляют собой специально разработанную систему постепенного и интересного ввода в тренировочный процесс. На начальных этапах обучения брейк-дансу большое внимание уделяется разминке, растяжке и пластике, которые в дальнейшем помогают каждому обучающемуся быстрее и лучше усваивать движения. Затем преподаются базовые упражнения и связки элементов, из которых и состоит сам танец. Шаг за шагом, при постоянном участии педагога движения усложняются, а навыки совершенствуются.

На данной ступени образования формируются общеучебные навыки и умения, что предопределяет успешность последующего обучения. Для достижения учебной самостоятельности, инициативности и ответственности обучающихся 1 года особое значение имеет контрольно- оценочная

самостоятельность ребенка, то есть умения самостоятельно контролировать и оценивать свою деятельность, устанавливать и устранять причины возникающих трудностей.

Приоритетной задачей 1этапа является сохранение индивидуальности ребенка, создание условий для его самовыражения. Эта задача решается посредством дифференцированного обучения, которое учитывает темп деятельности обучающегося, уровень его обученности, сформированность умений и навыков.

На занятиях **2 этапа** обучения основным направлением тренировочного процесса является постановка танца и отработка связок, а также исполняемых уже на высоком уровне элементах. Переделывать базовые элементы под свои собственные, выработать свой уникальный стиль, а также номера для выступлений – одна из задач данного этапа.

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Темы занятий	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о брейкинге	2		2
3.	Ритмика	1		1
4.	Репетиционно - постановочная работа		21	21
5.	Акробатика	1	15	16
6.	Игровые технологии		18	18
7.	Уличный джем		3	3
8.	Итоговые занятия и досуговые мероприятия		10	10
		5	67	72

Содержание 1-го года обучения

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. ТБ

Тема 2. Что такое брейк данс? История становления и развития хип-хоп культуры. Беседа о перспективах дальнейшего развития в брейк дансе, постановка целей.

Тема 3. Понятие ритмики и ее содержание. Первичный инструктаж по технике безопасности. Анализ популярных композиций в стиле funk, soul, breaks

Тема 4. Топрок: march step, cross step, crazy rock, lil crazy rock

- Футворк: Six-step, Scramble, Five-step, Babylove
 - Фриз: baby freeze

Постановка, изучение танца

- Футворк: Zulu Spin, CC
- Топрок: brooklyn rock, salsa front, salsa back

Выполнение упражнений для развития пластики, силы и выносливости (растяжка, приседания, прыжки, отжимания, пресс)

Футворк: Swing. Уметь применять в танце.

Постановка танца: salsa front, Six-step, Babylove, windmill, baby freeze

Постановка танца: brooklyn rock, Zulu Spin, Six-step, Babylove, baby freeze, Six-step, march step

Постановка танца: cross step, Six-step, Scramble, Pretzels, windmill, baby freeze

Постановка танца: march step, windmill, baby freeze, Six-step, CC, Babylove, baby freeze

Тема 5. Кувырки, прыжки, падения, перекаты. Стойка на голове, стойка на руках, мостик; фляк через голову, фляк через мостик.

Тема 6. Игровые технологии Игра «Препятствие». Игра «Джем». Игра «Битва» или «»

Тема 7. Уличный джем

Тема 8.

Открытое занятие для родителей.

Мастер класс

Урок – концерт

Уличные джемы

Учебный тематический план 2 - го года обучения

№ п/п	Темы занятий	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о брейкинге	2		2
3.	Ритмика	2	20	22
4.	Репетиционно постановочная работа	-	80	80
5.	Акробатика	1	36	37
6.	Игровые технологии		28	28
7.	Итоговые занятия и досуговые мероприятия		10	10
		6	174	180

Содержание

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. ТБ

Тема 2. Структура и содержание брейкинга. Что такое баттл и джем?

Тема 3. Музыка и танец. Анализ популярных композиций в стиле funk

Тема 4. Отработка движений танца (топрок, футворк, фриззы, силовые элементы):

Фриз: стойка на руках, стойка на голове, head hollowback, airbaby, forearm freeze, bicycle pump, web, floor rock, coindrop

Топрок: ariel

Павер мув: backspin, munch mill, flare, swipe

Постановка, изучение танца

Общеразвивающие упражнения (развитие выносливости, силы и пластики)

Тема 5. Кувырки, прыжки, падения, перекаты. Стойка на голове, стойка на руках, мостик; фляк через голову, фляк через мостик.

Тема 6. Игра «Танцуй в бит». Игра «Джем». Игра «Зеркало». Игра «Битва»

Тема 7.

Открытое занятие для родителей.

Мастер класс

Урок – концерт

Уличные джемы

Учебный план 3 - го года обучения

№п/п	Темы занятий	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о брейкинге	2		2
3.	Ритмика	2	4	6
4.	Репетиционно постановочная работа	-	70	70
5.	Акробатика	1	26	27
6.	Игровые технологии		24	24
7.	Отработка сложных моментов танца		40	40
8.	Итоговые занятия и досуговые мероприятия		10	10
		6	174	180

Содержание 3 - го года обучения

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. ТБ

Тема 2. Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца). Известные танцоры брейкинга

Тема 3.

Анализ популярных композиций в стиле funk, soul, breaks...

Тема 4. Отработка движений танца (фризы, силовые элементы):

Фриз: airchair, air freeze, handhop (прыжки на руке), sidebaby, chair, shoulder freeze

Павер мув: headspin, Australian windmill, grab windmill, tombstone windmill

Постановка, изучение танца. Общеразвивающие упражнения (развитие выносливости, силы и пластики)

Тема 5. Кувырки, прыжки, падения, перекаты. Стойка на голове, стойка на руках, мостик; фляк через голову, фляк через мостик.

Тема 6. Игра «Танцуй в бит». Игра «Джем». Игра «Битва»

Тема 8.

Открытое занятие для родителей.

Мастер класс

Урок – концерт

Уличные джемы

Учебный план 4 - го года обучения

№п/п	Темы занятий	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о брейкинге	2		2
3.	Ритмика	2	14	16
4.	Репетиционно постановочная работа	-	70	70
5.	Акробатика	1	26	27
6.	Игровые технологии		24	24
7.	Отработка сложных моментов танца		30	30
8.	Итоговые занятия и досуговые мероприятия		10	10
		6	174	180

Содержание 4 - го года обучения

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. ТБ

Тема 2. Перспективы развития брейкинга. Здоровый образ жизни - залог успеха в танце

Тема 3.

Анализ популярных композиций в стиле funk, soul, breaks

Тема 4.

Отработка движений танца (силовые элементы):

Павер мув: turtle, ninety-nine (свеча 99), air flare, two-thousand (свеча 2000)

Постановка, изучение танца. Общеразвивающие упражнения (развитие выносливости, силы и пластики)

Тема 5. Кувырки, прыжки, падения, перекаты. Стойка на голове, стойка на руках, мостик; фляк через голову, фляк через мостик.

Тема 6.

Игра «Танцуй в бит». Игра «Битва»

Тема 8.

Открытое занятие для родителей.

Мастер класс

Урок – концерт

Уличные джемы

Прогнозируемые результаты

В результате освоения программы 1 года обучения, обучающиеся должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе.

В результате освоения программы 2 года обучения, обучающиеся должны закрепить знания 1 года обучения, чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью.

В результате освоения программы 3 года обучения, обучающиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене.

В результате освоения программы 4 года обучения, обучающиеся должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно - эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье.

В результате освоения обязательного минимума содержания программы выпускники студии должны достигнуть следующего уровня развития

знать:

- историческое развитие брейка, особенности развития избранного вида танца;
- физиологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, а также возможности развития и совершенствования мышц посредством занятий по брейк – дансу
- возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий брейк - дансем;

- способы организации самостоятельных занятий по тренировке и выполнению брейк-элементов, правила использования спортивного инвентаря;

уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного стиля брейка, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях

- демонстрировать практически все брейк-элементы представленные в учебно- тематическом плане и описанные в содержании.

Система оценки результатов учебной работы

Контроль знаний, умений, навыков и опыт деятельности обучающихся проводится в форме промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Аттестация осуществляется в конце каждого года обучения. Задачами являются – оценивание уровня подготовленности обучающегося, динамика усвоения им учебного материала.

В роли итоговых занятий на первом году обучения выступают: уличные джемы; мастер классы; открытые уроки с родителями;

В роли итоговых занятий на втором году обучения выступают: концертная деятельность, уличные джемы.

В роли итоговых занятий на третьем году обучения выступают: конкурсно - игровые программы, урок - концерт, уличные джемы.

В роли итоговых занятий на четвертом году обучения выступают: игровые программы, совместное посещение баттлов и джемов по брейкингу.

Проверкой умений и навыков обучающихся являются выступления в концертах, конкурсах, открытых занятиях. Именно поэтому в программу включён раздел «Итоговые занятия и досуговые мероприятия». После получения теоретических знаний идёт первичное закрепление и отслеживание уровня усвоения через ответы на вопросы, через сочинение

комбинации на заданную или на свободную тему. По каждой сложной теме проводится повторение, закрепление и обобщение знаний обучающихся, контроль знаний, умений, навыков: промежуточный и итоговый.

Результаты оцениваются по пятибалльной системе и фиксируются в журнале. Эти оценки учитываются при определении среднего балла.

Отметка «5» - соответствует оптимальному уровню.

Отметка «4» - допустимому уровню.

Отметка «3» - критическому уровню.

Отметки 1 и 2 в журнал не выставляются в воспитательных целях.

Уровни обученности по программе определяются исходя из среднего балла, выведенного из оценок по различным параметрам – темам программы. В ходе проверки ЗУН обучающихся проводятся творческие работы, которые позволяют отследить не только индивидуальное развитие обучающегося, но и способность обучающихся применять пройденное на практике.

Каждое выступление – это отчёт и подведение итогов о проделанной работе. Успех выступления во многом зависит от исполнительского уровня и уровня развития сознательной дисциплины участников коллектива. Участие в фестивалях благоприятно сказывается на дальнейшем росте исполнительского мастерства, на повышении конечных результатов деятельности коллектива и каждого обучающегося в отдельности.

Условия реализации программы:

Организационные и материально - технические условия

Ресурсное обеспечение:

- помещение площадью не менее 100 кв. м. (желательно с зеркалами)
- музыкальный центр
- DVD проигрыватель
- набор танцевальных мелодий
- гимнастические маты (желательно 2 шт.)

Организационно - административные условия:

- доступ в зал (для репетиций и проведения концертов и других массовых мероприятий);
- возможность организации просмотра видеозаписей;
- технические условия для ксерокопирования необходимых дидактических материалов

Педагогические условия:

- наличие группы обучающихся;

- наличие педагога, имеющего специальное образование для реализации программы.

Общим условием выступает осведомленность обучающихся и их родителей/законных представителей о целях, задачах, содержании, критериях оценивания и условиях освоения образовательной программы.

Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Программа «Брейк данс «Брейкинг»»
1.	Начало учебного года	С 01.09.2021 года
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Количество учебных часов в год	Подготовительная группа 72 часа Младшая группа 180 часов Старшая группа 180 часов
4.	Периодичность учебных занятий	Подготовительная группа - 1 раз в неделю по 2 часа, Младшая, старшая группа - 2 раза в неделю по 2.5 часа.
5.	Продолжительность учебных занятий	Учебный час 40 минут
6.	Продолжительность учебной недели	6 дней
7.	Время проведения учебных занятий	Начало – не ранее чем через 1 час после учебных занятий, окончание – не позднее 20.00
8.	Продолжительность перемен	5 минут
9.	Окончание учебного года	31.05.2023 года
10.	Праздничные (нерабочие) дни	04.11.2022 31.12.2022 – 08.01.2023 23.02.2023 – 26.02.2023 08.03.2023 29.04.2023 – 01.05.2023 06.05.2023 – 09.05.2023 10.06.2023 – 12.06.2023
11.	Сроки проведения контроля (мониторинг) качества образования	Промежуточный: с 05.12 2022 по 26.12.2022 Итоговый: с 10.05.2023 по 20.05.2023

12.	Комплектование групп	С 31.05.2023 года по 31.08.2023г
13.	Дополнительный приём	В течение учебного периода согласно заявлениям (при наличии свободных мест)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Нормативные правовые акты

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 30.12.2021)
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
5. Приказ Министерства Просвещения России от 09.11.2018 № 196 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
6. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...» ;
7. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» ;
8. Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» ;
9. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» ;
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» ;

12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 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»;
13. Устав МБУ ДО «ДЮЦ Светлогорского ГО»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для педагога:

1. Аркина Н. Языком танца. – М., 1975.
2. Балет: Энциклопедия. – М., 1981.
3. Бахрушин Ю. А. История русского балета: Учеб. пособие. – М., 1977.
4. Блок Л. Классический танец. История и современность. – М., 1987.
6. Бурцева, Г. В. Принципы композиции современного танцевального жанра
5. Галдин Л. О. Африканская музыка. Музыкальная энциклопедия. – М., 1973.
7. Гердт О. Неустойчивое равновесие. // Балет. – 1999. – № 1. – С. 17.
8. Гиршон, А. С. Импровизация и хореография //Танцевальная импровизация. – М.: 1999
9. Добровольская Г. Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л., 1975.
10. Добротворская К. А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
11. Дон Мак Дона (США). Восьмидесятые годы в американском балете. // Балет – 1991. – № 6. – С. 44.
12. Дон Мак Дона. Художник, чутко слушавший время. // Балет. – 1999. – № 1. – С. 46.
13. Дункан А. Моя исповедь. – М., 1990.
14. Дункан А. Танец будущего. // Моя жизнь. – Киев, 1994.
15. Касьян Голейзовский: Жизнь и творчество. – М., 1984.
16. Катанова С. Музыка советского балета: Очерки истории и теории. – Л., 1990.
17. Красовская В. Советский балетный театр 1917 - 1967 г.г. – Л. - М., 1976.
18. Мессерер А. М. Танец. Мысль. Время. – М., 1990.
19. Музыка и хореография современного балета: Сборник. Выпуск 2. – Л., 1977. Выпуск 3. – Л., 1979. Выпуск 4. – М., 1982. Выпуск 5. – Л., 1987.
20. Никитин В. Ю. Модерн джаз-танец. – М.: ГИТИС, 2000.
21. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
сибирского региона. - М.: 2006.
22. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1922.
23. Смит Л. Танцы. Начальный курс. – М., АСТ, 2001.

24. Федорова Л. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции. – М., 1987.
25. Феликсдал Б. Современный джаз-танец в Европе. / Балет – 1995. – № 1-2. – С. 62.
26. Фокин М. Против течения. – Л. - М., 1962.
27. Шереметьевская М. Танец на эстраде. – М., 1985
28. Шумилова Э. Правда балета. – М., 1976.
29. Эльш Н. Образы танца. – М., 1970.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Dance magazine (Нью-Йорк). Специальный выпуск памяти Марты Грэхем. //Балет. – 1992. – № 3. – С. 46.
2. Бежар М. Мгновения из жизни другого. Мемуары. – М., 1989.
3. Ванслов В. Театр Джона Ноймайера. // Советский балет. – 1989. – № 4. – С. 56.
4. Диниц Е. В. Джазовые танцы. Танцуют все! – М.: АСТ, 2002.
5. Домрина Н. Мари Вигман. Статья. // Советский балет – 1989. – №4. – С. 46.
6. Загорц М. Танцы. – М.: Ижица, 2003.
7. Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки»- М., АСТ,2016
8. Иванникова О.В. Латиноамериканские танцы. – М.: АСТ, 2003.
9. Кузнецова Т. В авторском театре Ивана Марко. // Советский балет. – 1987.– №6.– С. 30.
10. Лифарь С. Страдные годы с Дягилевым. – Киев, 1994.
11. Львов-Анохин Б. Новое в советском балете. – М., 1966.
12. Молодёжные танцы. Стрит-денс /брошюра - Е. «Астор», 2014.
13. Оберцаухер-Шюллер Г. Пластика тела и духовная жизнь человека // Балет. –1994.–№ 5. – С. 36.
14. Ончурова Н. Вспоминая Айседору. // Балет. – 1993. – № 1-2. – С. 44.
15. Практика брейк-данса - пособие. М., Москва, 2017
16. Рослаева Н. Английский балет. – М., 1959.
17. Скотт Ю. Американский театр Алвина Эйли. // Советский балет. – 1991. – № 3. – С. 38.
18. Советский джаз. Проблемы, события, мастера: Сб. ст. – М., 1987.
19. Суриц Е. Пластический и ритмопластический танец: его жизнь и судьба в России. // Советский балет. – 1988. – №6. – С. 47.
20. Тарасова Н. Марта Грэхем. // Советский балет. – 1990. – № 1. – С. 59.
21. Тейлор Л. Лондонский «данс тиэтр». // Советский балет. – 1986. – № 4. – С. 54.

22. Цорн, А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А.Я. Цорн. - М.: Лань, Планета музыки, 2014.
23. Чеботаревская К. Методика Алексеевой: спорт или искусство. // Советский балет. – 1988. – № 6.
24. Шамина М. В поисках собственного «я». // Советский балет. – 1990 – № 3. – С. 39.

Перечень обучающих, контролируемых компьютерных программ, диафильмов, кино- и видеофильмов, мультимедиа и т.д.

1. «FIVE DANCES BY MARTHA GRAHAM». Video classics., 1995 Philips Produces.
2. «JAZZ DANCE» уроки Б. Феликсадала. Видео ГИТИС, 1995.
3. «NOTRE-DAME DE PARIS». РАО НААП 1-е музыкальное из-во., 2002.
4. «TROPICANA REVUE A LA HAVANE». M. Bolk - Allemagne., 1995.
5. BURN THE FLOOR. UNIVERSAL PICTURES VIDEO, 1999.
6. Jiri Kylian. «BLACK E WHITE». ART HAUS MUSIC., 1998.
7. Mark Morris Dance Group «DIDO E AENEAS». Rhombus., 2003.
8. The Royal Ballet with MARGOT FONTEYN - RUDOLF NUREYEV ROMEO E JULIET. Packaging Design 1993, Video Collection International.
9. Балет Аллы Духовой «TODES» – 15 лет. РАО НАП 1-е музыкальное из-во., 2002.
10. Импровизация и хореография //Танцевальная импровизация. – М.: 1999
11. Интернет сайт www.modern-dance.ru
12. Морис Бежар в Петербурге Гран Па в белую ночь. Летнелефильм, 1987. ЛОТ, 1999.
13. Серия DANCE VIDEO - видеосъемки Чемпионатов России, Европы и Мира по всем танцевальным направлениям. Издательский дом Фонда «Здоровье Культура Спорт»
14. Серия DANCE VIDEO – обучающие видеокассеты по всем направлениям современного танца. Издательский дом Фонда «Здоровье Культура Спорт»

Информационные сайты:

1. <http://www.volnerez.ru/courses/>?
2. Power Move информационный сайт о нижнем брейк-дансе
3. Информационный и развлекательный сайт о брейк-дансе
4. Старейший брейк-данс форум
5. статья Андрея Томского «Electric boogie»
6. статья Антона Бочарова «Брэйк-данс в России» от 31-го Мая 2008 г.

Технология разучивания основных движений (продуктивная технология)

1 этап - пропедевтическая практика. Ее назначение: проверить практическое наличие сохранения знаний, умений, навыков. Педагог, прежде чем начать объяснение чего-либо нового, должен проверить: насколько хорошо изучено старое. Этот способ «быстрой проверки» не должен превышать 3-5 минут.

2 этап - ориентация. На этом этапе педагог четко излагает цель, определяет объем и структуру предстоящей работы, т. е. изучение определенного материала в определенном порядке. По необходимости объясняет, из каких частей состоит данное новое движение.

3 этап - презентация - преподнесение новых знаний. На этом этапе главную роль в понимании и усвоение играет визуальность. Весьма желательно на этом этапе повторить показ несколько раз, постепенно свертывая устную информацию.

4 этап - практика в примерах. На этом этапе визуально-увиденное и вербально-объясненное задание сначала обучающиеся исполняют всей группой, потом в подгруппах, тройках и т. д. Роль педагога в том, чтобы поддерживать обратную связь с обучающимися, поддерживать правильное исполнение, корректно исправлять неправильное.

5 этап - управляемая практика. На этом этапе слово «управляемая» означает, что она проводится под руководством педагога, т. е. обучающийся имеет возможность попрактиковаться в исполнении движений в присутствии педагога. Анализу подлежат количество и типы допускаемых ошибок в исполнении. Действия педагога характеризуются как «индивидуальный помощник», который совершает неспешный обход всех обучающихся.

6 этап - независимая практика. Этот этап начинается только тогда, когда обучающийся достиг уровня точности выполнения движения не ниже 85-90%. Роль педагога определить: осталась ли степень точности выполнения заданий на должном уровне, приближается ли она к 100%. На этом же этапе планируется помощь и дополнительные индивидуальные занятия для тех обучающихся, кто в них нуждается.

7 этап - домашняя самостоятельная практика. Педагог определяет индивидуально для каждого конкретного обучающегося объем оптимальной тренировочной работы, необходимой для, безусловно, прочного закрепления изученного движения и приобретения твердых навыков. Своих целей педагог достигает не перегрузкой, не увеличением объема изучаемого материала, а системой.

I. Вводные занятия

Тот, кто не может чувствовать музыку, считает танцующих ненормальными. (Джордж Карлин)

В первый год обучения педагог знакомит обучающихся с традициями и правилами студии танцев, инструкцией по технике безопасности. В игровой форме доводит до всех участников группы структуру и содержание образовательной программы «Брейк данс (брейкинг)».

I. Требования безопасности во время занятий:

1.1. Во время работы быть внимательным и аккуратным.

1.2. Быть осторожным во время выполнения элементов брейк данса, слушать педагога и выполнять движения под его руководством.

1.3. Выполнять сложные акробатические элементы строго в специальной защите (налокотники, наколенники, напульсники, шапки для вращения).

1.4. Перед занятием обучающемуся необходимо снять все украшения (кольца, сережки и др.)

1.5. Соблюдать дистанцию во время выполнения элементов, чтобы не задеть своих товарищей.

1.6. Не вытирать глаза грязными руками.

1.7. Работать без резких движений, не мешая окружающим.

I. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

1. При возникновении аварийных ситуаций (пожар) покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке без паники.

2. В случае получения травмы обратитесь к педагогу за помощью.

3. При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу.

II. Требования безопасности при окончании занятий:

1. Привести после занятия свое рабочее место в порядок.

2. Уходить из кабинета спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

На второй год и последующие годы обучения педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида обучающегося

Обсуждает с обучающимися планы на предстоящий танцевальный сезон, проводит инструктаж по технике безопасности.

II. Беседы на тему: «Брейкинг»

Беседы знакомят с популярными танцевальными командами и выдающимися танцорами нашего времени, а также с новыми веяниями в брейкинге.

В первый год обучения педагог беседует с обучающимися на темы: что такое брейк данс? Что такое баттл и джем? История становления и развития хип – хоп культуры.

На второй год обучения - беседы на темы: Брейк данс как элемент хип – хоп культуры. Структура и содержание брейкинга. Что такое баттл и джем?

На третий год обучения – беседы на темы: Известные танцоры брейкинга. Комплексная подготовка танцора брейкинга.

На четвертом году обучения – беседы на темы: если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца). Роль хип хоп культуры в обществе.

III. Ритмика

Ритмика включает упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие обучающихся обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей.

В первый год обучения педагог дает обучающимся понятие ритмики и ее содержание.

На второй год обучения педагог знакомит с музыкой, обучающиеся слушают музыку таких направлений как funk, soul, breaks.

На третий год обучения педагог вместе с обучающимися проводит анализ музыки таких направлений как funk, soul, breaks

На четвертом году обучения обучающиеся выражают свои собственные ощущения под музыку таких направлений как funk, soul, breaks.

Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма.

IV. Репетиционно - постановочная работа

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеоматериалов. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления у обучающихся вырабатывается отношение к публичным показам своих работ. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

В первом году обучающиеся познают основы брейк данса; развивают физическую подготовку для силовых элементов; учатся соединять выученные движения.

На втором году обучения - закрепляют полученные знания; учат новые силовые элементы; самостоятельно придумывать движения во время игр; соединяют выученные движения.

На третьем году обучения - закрепляют полученные знания; учат более сложные элементы павер мува; учатся четко выполнять ранее выученные движения; выразительно и грамотно исполняют танцевальные композиции; учатся контролировать и координировать свое тело; соединяют выученные движения.

На четвертом году обучающиеся полностью раскрывают свои творческие способности в танце; самостоятельно придумывают движения; выразительно и ритмично двигаются в соответствии с образом танца; выражают свои собственные ощущения, используя язык танца; демонстрируют художественно-эстетический вкус.

Каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы студии, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование обучающихся в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед «брейкинг».

Продумывая ту или иную тему, хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того, чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст обучающегося, тип его 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». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события волновали обучающихся, были очень близки к их душевному миру. Ведь они чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

Также целесообразно проводить театрально – танцевальные постановки, где каждый обучающийся может выбрать понравившуюся роль и с помощью брейкинга выразить и раскрыть свой образ.

V. Акробатика

Акробатика – это тот вид спорта, в котором развивается все тело, т. к. нагрузка оказывается на все мышечные группы. Акробатические элементы основаны на отточенном владении телом и хорошем развитии мускулатуры. Акробатика помогает полностью удовлетворить необходимость ребенка в активных движениях, сформировать из него физически сильного человека.

На базе первого года обучения педагог подготавливает тело обучающегося к акробатическим элементам, обучающиеся выполняют общеразвивающие упражнения (развитие выносливости, силы и пластики). Учатся выполнять: кувырки, прыжки; падения, перекаты; стойку на голове, стойку на руках, мостик; фляк через голову, фляк через мостик.

На базе второго года обучения педагог проводит занятия по закреплению выученной акробатики. Учит детей выполнять такие акробатические элементы как: фляк вперед, фляк назад, спичак.

На базе третьего года обучения дети закрепляют знания первого и второго года, учатся выполнять парно-групповые акробатические упражнения, которые используются в шоу программе.

На базе четвертого года обучения развитая координация у обучающихся поможет им овладеть любым двигательным навыком, если ребенок решит заняться другим видом спорта. Кроме того, акробатика помогает формировать важные морально-волевые качества.

VI. Игровые технологии

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф. Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир, в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «взрачивания» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций: мотивирующей, коллизийной, критической ориентирующей автономности, творчески преобразующей. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций.

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры. Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере «... о каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что танец есть сама игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Игровые технологии, применяемые в образовательной программе «Брейк данс (брейкинг)»: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма.

Игра «Препятствие» - обучающиеся (1 год обучения) программы «Брейк данс (брейкинг)» выстраиваются в колонну по одному, перед ними расположены различные предметы (стул, мяч, тумба и др.). Задача по одному танцуя под музыку, пройти вокруг каждого предмета или в танце взаимодействовать с каждым предметом или с предметом указанным преподавателем. Причем танцевальные действия также могут быть ограничены, например конкретным элементом брейкинга, например выполнить 6 шагов по определенному маршруту. Также сначала преподаватель должен показать пример выполнения задания.

Игра «Джем». Обычно проводится в конце занятия. Все обучающиеся (1, 2, 3 год обучения) становятся в круг и каждый обучающийся выходит в него и танцует как умеет. Причем обязательно в выходе должен быть использован разученный на данной тренировке элемент или связка элементов. Эта игра учит держаться на сцене и выступать перед зрителем.

Игра «Битва». Обычно проводится в конце занятия. Все обучающиеся (1-4 года обучения) делятся на 2 команды. Педагог выполняет функцию судьи. Под музыку по очереди из одной и из другой команды выходят танцоры и показывают связки элементов. Эта игра учит держаться на сцене и выступать перед зрителем.

Игра «Танцуй в бит». Все обучающиеся (2-4 года обучения) стоят по кругу и поочередно выходят в круг и танцуют под музыку. Педагог в это время меняет музыку, а обучающийся должен успеть подстроиться под измененный ритм и в танце обыграть его.

Игра «Зеркало» для обучающихся 1-2 год обучения. Вся группа делится по парам. Партнеры стоят лицом друг к другу. Один ведущий другой

ведомый. Ведущий выполняет различные движения, а ведомый должен их по возможности синхронно повторить и предугадать следующее движение.

Игра «...» для обучающихся 2-3 года обучения. Группа становится в круг. Один танцор выходит в центр и выполняет 10 оборотов одного элемента, установленного преподавателем (например: 6 шагов, свайпс и др.). Потом в круг входит следующий танцор и делает то же самое и так поочередно - затем по 20 оборотов, 30 и т. д. В конце останется только один танцор. Данная игра развивает танцевальную выносливость.

Возможны и другие игры по усмотрению преподавателя, но они должны быть непосредственно связаны с текущей темой занятия.

VII. Итоговые занятия и досуговые мероприятия

В роли итоговых занятий на первом году обучения выступают: уличные джемы; мастер классы; открытые уроки с родителями, просмотры фильмов по брейк дансу, фестивали.

В роли итоговых занятий на втором году обучения выступают: концертная деятельность; посещение кинотеатра, танцевального мероприятия, уличные джемы.

В роли итоговых занятий на третьем году обучения выступают: конкурсно - игровые программы, урок - концерт, уличные джемы.

В роли итоговых занятий на четвертом году обучения выступают: игровые программы, совместное посещение баттлов и джемов по брейкингу, кинотеатров и иных развлекательных мероприятий.

Программы итоговых и досуговых мероприятий придумываются и составляются педагогом с учетом пожеланий обучающихся.

VIII. Предлагаемые примерные темы самообразования:

Краткие Брейк Данс термины

1. B-boying – Брейк Данс; b-boy/b-girl – танцор/танцовщица.
2. Foundation – базовые движения, в некотором роде, это самостоятельный стиль (движения, которые, в основном, придумали на рубеже 80-х годов).

[Ссылка на видео.](#)

3. Battle («битва») – соревнование. На «бэтлах», как на фундаменте держится вся Хип-Хоп культура. Альтернатива насилию – вызвать обидчика на «бэтл», и попытаться доказать, что ты – сильнее.

4. Jam – демонстрация навыков зрителям танцорам. Имеет более дружественное настроение, но иногда заканчивается «бэтлом», т.к. «джэм» - подходящее место для вызова. На соревнованиях выглядит как разминка или

как танец в кругу. На тренировках выглядит как проверка пройденного – танцуют («джемут») все без исключения, включая педагога-хореографа.

[Ссылка на видео.](#)

Стили

1. Top`rock («топрок») – танец, так называемая, «ростанцовка». Технически не сложные (в изучении) танцевальные элементы. Сложность заключается в «подаче» этих движений, которая, «в идеале», - индивидуальна у каждого танцора. На фестивалях часто проводятся соревнования по «топроку» как отдельному виду танца

[Ссылка на видео.](#)

2. Foot work («работа ног», часто называют «забежки» или «перебежки») – как и «топрок», неотъемлемая часть Фундейшена и современного Брейкинга.

3. Power move (дословно – мощное движение) – стиль, основанный на элементах (в основном, вращательных и прыжковых), исполняемых во вращательной динамике (вращение на голове, руке и т.д.)

[Ссылка на видео.](#)

4. Style (дословно – стиль). Это понятие имеет несколько значений. Style как стиль – определяет индивидуальные особенности танцора; ведь каждый из нас двигается в присутствии только ему одному стиле, что во время исполнения танца, особенно выделяется. И Style как стиль в Брейк Дансе, который характеризуется сочетанием элементов из различных стилей Брейкинга, а также оригинальными движениями.

[Ссылка на видео.](#)

Все ссылки приведены для ознакомления, на всех видео-трейлерах профессиональные танцоры. Обучающимся запрещается повторять движения, это может привести к серьезным травмам!!!

Форма контроля – собеседование (по итогам прослушивания), проверка педагогом выполнения заданий по разбору и выучиванию.

Примерный репертуарный список

«Импровизация» в стиле «Электрик буги».

«Импровизация» в стиле «Поп локинг».

«Импровизация» в стиле «Фараон».

Би бой Слик.

Слайдинг пауа. Стром.