

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»
АВИАСТРОИТЕЛЬНОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «1» сентября 2025 г.

Утверждаю

Директор МБУ ДО «ЦВР»
Авиастроительного района г.Казань

_____ В.В. Бутрова

Приказ № 25 от 01.09 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ТАШЦА»

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 7-15 лет

Срок реализации: 2 года (288 часа)

Автор-составитель:

Камалова Камила Ренатовна,
педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ 2025

Информационная карта образовательной программы

1	Учреждение	МБУДО «ЦВР» Авиастроительного района г.Казани
2	Полное название программы	Хореографический коллектив «Азбука танца»
3	Направленность программы	Художественная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	ФИО, должность	Камалова Камила Ренатовна, педагог дополнительного обучения
5	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	2 года
5.2	Возраст обучающихся	7-15 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	Дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая
5.4	Цель программы	Формирование основ физической и танцевальной культуры детей посредством освоения базовых элементов уличного движения.
6	Формы и методы образовательной программы	Формы работы: - групповое занятие; - теоретическое занятие; - практическое занятие; - конкурсы, концерты Методы и приемы: 1. Практический метод: - Основной способ обучения, включающий выполнение физических упражнений, танцевальных движений, постановку номеров. - Позволяет закреплять теоретические знания через практическую деятельность. 2. Демонстрационный метод:

		- Показ техник, элементов и постановок педагогами, тренерами и участниками. - Обеспечивает наглядность и понимание правильной техники выполнения. 3.Объяснительно-иллюстративный метод: - Объяснение новых движений, техник, правил и принципов. - Использование наглядных пособий, схем, видеоматериалов. 4. Метод проектной деятельности: - Создание и подготовка собственных танцевальных номеров, постановок. -Развитие творческих и организационных навыков через работу над проектами. 5. Метод групповой работы: - Совместное выполнение заданий, репетиций, постановок. - Развитие коммуникативных и командных навыков.
7	Формы мониторинга результативности	Формы мониторинга результативности включают анкетирование участников, анализ выступлений и постановок, педагогические наблюдения, проведение зачетов, мониторинг
8	Результативность реализации программы	По окончании 1 года обучения учащиеся будут знать: - основы физической культуры, техники уличных танцев, правила безопасного выполнения движений и принципы командной работы. Уметь: выполнять основные танцевальные элементы, самостоятельно создавать короткие танцевальные композиции, участвовать в постановках и демонстрировать свои навыки на конкурсах и мероприятиях. По окончании 2 года обучения

		учащиеся будут знать: - более углубленные принципы физической подготовки, дополнительные правила безопасного выполнения сложных движений Уметь: исполнять более сложные и выразительные танцевальные элементы, развивать свою творческую активность и самостоятельно создавать более длительные и сюжетные танцевальные композиции, успешно демонстрировать свои навыки на конкурсах и мероприятиях.
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	2025
10	Рецензенты	

Оглавление

1. Информационная карта образовательной программы	2
2. Пояснительная записка	6
3. Учебный план 1 года обучения	11
4. Содержание учебного плана на 1 год обучения	14
5. Учебный план 2 года обучения	16
6. Содержание учебного плана на 2 год обучения	19
7. Организационно-педагогические условия реализации программы	20
8. Формы аттестации/ контроля	21
9. Оценочные материалы	21
10.Список литературы	22
11. Репертуар	23
12. Приложения: методические материалы, диагностические карты и задания	23

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» имеет художественную направленность.

Основным предметом данной программы является танцевальный стиль хип-хоп. Этот стиль - особенная философия, способ общения между людьми. Хип-хоп не требует последовательности и строгости исполнения движений и стандартов, тем самым открывая безграничные возможности для самовыражения и творчества.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями, изложенными в следующих **нормативно – правовых документах**.

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями)

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

6. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.)

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

8. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

9. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Устав образовательной организации.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что хип-хоп является одним из самых доступных, ярких и популярных стилей

современного танца. Хип-хоп как танцевальное направление является настолько популярным, что он проник в нашу жизнь повсеместно - в шоу, клипы, школы и центры танцев, фитнес - клубы, кино, театр и т. д. Все это обуславливает повышенный интерес к его изучению со стороны подростков и их родителей. В целом, хип-хоп программа для детей - это отличный способ совместить физическое развитие, творческое самовыражение и социализацию, а также приобщиться к популярной и актуальной культуре.

Отличительные особенности программы:

- в программе предусмотрены мастер-классы и проекты, связанные с этническими стилями, что отличает ее от программ, ориентированных только на современные или классические направления.

- в рамках программы участники не только осваивают технику танца, но и участвуют в создании собственных хореографических номеров, постановках и фестивалях.

- в программу интегрированы элементы сценического мастерства, актерского мастерства, музыкальной теории. - Такой подход способствует формированию разносторонних профессиональных компетенций.

Цель программы – формирование основ физической и танцевальной культуры детей посредством освоения базовых элементов уличного движения.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомить участников с основами уличных танцевальных стилей;
- обучать базовым движениям, технике исполнения и ритмическому чувству;

- обучать техникам растяжки и гибкости, способствующим улучшению амплитуды движений;

- формировать первичные навыки для выполнения основных движений и связок в танце хип-хоп;

- формировать у участников привычку к регулярной работе над гибкостью;

- формировать базовые физические качества.

Развивающие:

- развивать правильную технику выполнения физических упражнений и укреплять мышечный корсет;

- развивать тело и укреплять здоровье;

- развивать творческое мышление через создание собственных танцевальных номеров и постановок;

- развивать сценическую выразительность и уверенность при выступлениях;

- развивать чувства ритма, музыкальности и двигательной культуры.

Воспитательные:

- воспитывать умение работать в группе, взаимодействовать и поддерживать друг друга;

- воспитывать трудолюбие, настойчивость и ответственность;

- воспитывать уважение к культуре и традициям, отражённым в танцах.

Адресат программы. Данная программа ориентирована на детей и подростков в возрасте от 7 до 15. Принимаются дети разновозрастные, без специальной подготовки, имеющие справку от врача, что могут заниматься в объединение.

Объем программы: 288 часов.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий:

1. Групповые занятия — регулярные тренировки и уроки, проводимые в группах по возрасту и уровню подготовки, с учетом особенностей участников;

2. Мастер-классы и тематические тренинги — краткосрочные мероприятия с приглашенными специалистами, направленные на освоение новых техник и стилей;

3. Участие в конкурсах, фестивалях и соревнованиях — практическая деятельность, связанная с демонстрацией приобретенных навыков.

Виды занятий:

1. Физическая подготовка и развитие гибкости:

- Разминка и растяжка;
- Силовые упражнения;
- Кардио- тренировки;
- Упражнения на развитие гибкости и пластичности.

2. Обучение уличным танцам:

- Основные движения и техники;
- Постановка коротких танцевальных номеров;
- Работа над ритмикой и музыкальностью.

3. Творческие занятия:

- Импровизация и развитие сценического мастерства;
- Работа с музыкальным материалом.

4. Обучение сценической культуре и сценическому движению

- Выразительность;
- Работа с костюмами и сценическими образами;
- Репетиции перед выступлениями.

Срок освоения программы: с 1 сентября по 31 мая.

Режим занятий - периодичность 2 раза в неделю, по - 2 часа с каждой группой.

Планируемые результаты программы.

По окончании 1 года обучения учащиеся будут знать:

- основы физической культуры, техники уличных танцев, правила безопасного выполнения движений и принципы командной работы.

Уметь: выполнять основные танцевальные элементы, самостоятельно создавать короткие танцевальные композиции, участвовать в постановках и демонстрировать свои навыки на конкурсах и мероприятиях.

По окончании 2 года обучения учащиеся будут знать:

- более углубленные принципы физической подготовки, дополнительные правила безопасного выполнения сложных движений

Уметь: исполнять более сложные и выразительные танцевальные элементы, развивать свою творческую активность и самостоятельно создавать более длительные и сюжетные танцевальные композиции, успешно демонстрировать свои навыки на конкурсах и мероприятиях.

Способы определения результативности.

Анализ достижений участников:

- Оценка уровня физической подготовленности (тесты на гибкость, силу, выносливость) до и после курса;
- Наблюдение за техникой исполнения танцевальных элементов и постановок.

Практические показатели:

- Успешное выполнение сложных элементов и постановок;
- Участие и победы в конкурсах, фестивалях, соревнованиях.

Самооценка и обратная связь участников:

- Анкетирование и интервью для определения уровня мотивации, удовлетворенности и личностных изменений;
- Оценка развития творческих и коммуникативных навыков.

Наблюдение педагогов и тренеров:

- Регулярная фиксация прогресса и трудностей участников;
- Анализ активности, инициативности и командного взаимодействия.

Документальные материалы:

- Фото- и видеозаписи выступлений, репетиций;
- Отчеты о участии в мероприятиях.

Формы подведения итогов реализации программы:

- Проведение анкетирования, интервью и опросов для оценки удовлетворенности, восприятия изменений и личностного роста;
- Анализ отзывов для выявления сильных сторон и областей для улучшения;
- Организация итоговых концертов, выставок, фестивалей, где участники демонстрируют свои достижения;
- Оценка уровня подготовленности и творческих результатов через выступления и зачеты.

Воспитательная работа.

В объединении планомерно проводится воспитательная работа. Воспитательные мероприятия являются составляющей частью занятия, беседы по следующим направлениям: культура речи; театральное искусство; этика и культура поведения; интеллектуальная культура; историческая память (памятные значимые даты); открытые уроки; мини-показы; творческие вечера; отчетные концерты, участие в концертных мероприятиях и конкурсах.

Воспитательные мероприятия имеют большое значение для успешной адаптации обучающихся в коллективе. Они помогают сформировать духовно-нравственные ценности, создавая атмосферу дружелюбия, творчества и созидания.

Теплая дружеская атмосфера и благоприятный климат- это важнейший фактор в создании детского коллектива. Этому способствуют основные занятия, подготовка и проведение общих праздников, концертов, выступлений, на которых воспитываются самостоятельность, коммуникативные умения, трудолюбие. Совместное посещение мероприятий способствует формированию у детей интереса к культуре другого народа, воспитанию национальной гордости.

Одним из важнейших направлений воспитательной работы является взаимодействие с родителями. Успехи коллектива являются результатом творческого союза педагога, детей и родителей. Общие интересы, общая работа над костюмами и образами сближает детей и родителей, укрепляет их духовные связи, создавая атмосферу сопереживания, доверия, создавая единую платформу для общения.

Учебный план 1 года обучения						Форма организация занятий
№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	
		Всег о	Теори я	Практ ика		
I	Введение	2	2	0		
1.1	Вводное занятие. Правила безопасности на занятиях.	2	2	0	опрос	беседа
II	Основные понятия. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	16	10	6		
2.1	Знакомство с историей возникновения танцев	2	2	0	опрос	беседа
2.2	Термины хореографии	2	2	0	опрос	беседа
2.3	Ритм и музыка в танце	4	2	2	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
2.4	Основы сценического поведения	4	2	2	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
2.5	Взаимосвязь музыки и движений	4	2	2	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
III	Основыфизической подготовки	34	10	24		
3.1	Разминка	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
3.2	Укрепление плечевого пояса и мышц рук	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
3.3	Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
3.4	Укрепление мышц брюшного пресса, формирование	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа

	осанки					
3.5	Разработка выносливости	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.6	Дыхательная практика	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
IV	Работа над гибкостью тела	32	8	24		
4.1	Растяжка для мышц ног и тазового пояса	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
4.2	Растяжка для спины и поясницы	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
4.3	Растяжка для верхних конечностей	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
4.4	Растяжка для шеи и головы	6	2	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
4.5	Стрейтчинг	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.6	Растяжка стоп	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
V	Постановочно-репетиционная работа	58	2	56		
5.1	Ознакомление с музыкальным материалом и ритмическим рисунком	4	2	4	конкурс, мероприятие, опрос	практическое занятие, беседа
5.2	Изучение концепции танца, картины движения и общего стиля постановки	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.3	Повторение и закрепление технических элементов (повороты, прыжки, поддержки)	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.4	Отработка точности и чистоты исполнения движений	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.5	Работа над выражением эмоций через движение и	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие

	мимику					
5.6	Репетиции взаимодействия с сценическим пространством и сценическими линиями	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.7	Репетиции с музыкой в полном формате и сценическими эффектами	6	0	6	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.8	Работа над синхронностью и ритмической точностью	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.9	Проверка сценического пространства и уровня исполняемого материала	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 0	Коррекция поз и позиционной техники по указанию хореографа	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 1	Тренировка сценической активности и сценического поведения	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 2	Корректировка ошибок, финальный шлифлинг	6	0	6	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 3	Прогон всей постановки «под спектакль»	6	0	6	конкурс, мероприятие	практическое занятие
VI	Итоговое занятие	2	0	2	зачет	отчетный концерт
	Итог	144	16	128		

Содержание учебного плана на 1 год обучения.

Раздел I. Введение.

Теория. Введение в образовательную программу. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения на занятиях группы и в ЦВР. Ознакомление с содержанием программы. Режим работы.

Раздел II. Основные понятия. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты.

Теория. Введение в историю танцев: значение танца в культуре и обществе, цели и задачи знакомства с историей танцев. Введение в терминологию хореографии: значение терминов в обучении и практике танца, основные понятия и их роль. Основные термины позиционной системы, технические термины и движения, термины, связанные с выражением и стилем. Введение в ритмику и музыкальное движение: значение ритма в танце и движении, связь между музыкой и движением

Практика. Развитие музыкального слуха через движение: восприятие музыкальных элементов (темпа, динамики, фразы), интонационные сочетания и ощущение метрического такта. Эмоциональная и музыкальная выразительность в движении: передача настроения и состояния через движение, использование мимики, жестов и тела для передачи эмоций. Импровизация и свободное движение, тренировки актерской выразительности.

Раздел III. Основа физической подготовки.

Теория. Введение в современные танцевальные стили: понятие и особенности современных танцев, история и развитие современных направлений. Введение в ОФП: значение общей физической подготовки для танцоров, взаимосвязь физической формы и техники танца, цели и задачи упражнений для ОФП, правила выполнения упражнений.

Практика. Введение в ОФП: значение общей физической подготовки для танцоров, взаимосвязь физической формы и техники танца, цели и задачи упражнений для ОФП, правила выполнения упражнений. Выполнение

упражнений для развития физической подготовки тела: аэробные упражнения (бег, прыжки, скакалка), силовые упражнения (отжимания, приседания, планки), координационные упражнения (баланс, ловкость, плавность движений).

Раздел IV. Работа над гибкостью тела.

Теория. Введение в развитие гибкости: значение гибкости для танцоров и спортсменов, влияние гибкости на технику и выразительность движений. Правила безопасного выполнения.

Практика. Выполнение упражнений, вырабатывающих гибкость тела: растяжки ног (наклоны, шпагаты), растяжки спины и рук (наклоны, упражнения на плечи), общие комплексы на гибкость. Повышение амплитуды движений, предотвращение травм и подготовка мышечно-суставного аппарата.

Раздел V. Постановочно- репетиционная работа

Теория. Введение в постановку танцевальных номеров: значение композиции и сценария, связь между изученными элементами и постановочной работой, анализ музыкального материала и идеи.

Практика. Создание набросков и эскизов хореографии. Работа над постановкой в группе: разработка композиционной схемы: вступление, развитие, кульминация, финал, распределение ролей и повторение. Отработка отдельных элементов: выделение конкретных элементов, мельчайшие детали выполнения и техники безопасности. Работа над техникой: контроль за положениями тела, работа с наставником или в группе для коррекции. Распределение движений в последовательную сценическую линию, практика различных вариантов композиции с учетом динамики и акцентов, проверка баланса сценических образов и выразительности, финальная доработка с учетом комментариев.

Раздел VI.Итоговое занятие.

Отчетный концерт.

Учебный план 2 года обучения						Форма организация занятий
№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	
		Всего	Теория	Практика		
I	Введение	2	2	0		
1.1	Вводное занятие. Правила безопасности на занятиях.	2	2	0	опрос	беседа
II	Техническая подготовка	28	0	28	практический зачет	практическое занятие
2.1	Техника изоляции	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
2.2	Пространство	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
2.3	Баланс и стойка	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
2.4	Акробатика	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
2.5	Техника работы с уровнями	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
2.6	Техника взаимодействия с партнером	6	0	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
2.7	Работа в группе	6	0	4	практический зачет, опрос	практическое занятие, беседа
III	Основы физической подготовки	32	0	32		
3.1	Быстрота	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.2	Кардионагрузка	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.3	Работа с весом собственного тела	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.4	Технические дыхательные практики	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.5	Силовые упражнения на корпус и руки	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.6	Силовые упражнения на	4	0	4	практический зачет	практическое занятие

	ягодицы и ноги					
3.7	Силовые упражнения на мышцы спины и пресса	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
3.8	Упражнения на разработку выносливости и координации	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
IV	Работа над гибкостью тела	28	0	28		
4.1	Глобальная статическая растяжка на ноги и руки	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.2	Мобильность суставов	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.3	Корпусная стабилизация	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.4	Глобальная статическая растяжка на шею и спину	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.5	Упражнения на гибкость позвоночника	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.6	Использование оборудования	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
4.7	Стрейтчинг	4	0	4	практический зачет	практическое занятие
V	Постановочно-репетиционная работа	48	0	48		
5.1	Ознакомление с музыкальным материалом и ритмическим рисунком	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.2	Изучение концепции танца, картины движения и общего стиля постановки	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.3	Повторение и	4	0	4	конкурс,	практическое

	закрепление технических элементов				мероприятие	занятие
5.4	Отработка точности и чистоты исполнения движений	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.5	Репетиции с музыкой в полном формате	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.6	Работа над синхронностью и ритмической точностью	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.7	Проверка сценического пространства	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.8	Коррекция поз	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.9	Репетиции взаимодействия со сценическими линиями	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 0	Работа над эмоциональным сопровождением в постановке	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 1	Корректировка ошибок	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
5.1 2	Генеральный прогон всей постановки	4	0	4	конкурс, мероприятие	практическое занятие
VI	Итоговое занятие	2	0	2	зачет	отчетный концерт
	Итог	144	2	142		

Содержание учебного плана на 2 год обучения.

Раздел I. Введение.

Теория. Введение в образовательную программу. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения на занятиях группы и в ЦВР. Ознакомление с содержанием программы. Режим работы.

Раздел II. Техническая подготовка.

Практика. Для развития техники в танце выполняются упражнения на изоляцию - движения головы, плеч, рёбер и таза для контроля отдельных частей тела; упражнения на перемещение по залу и баланс — ходьба, скольжения, стояние на одной ноге и удержание поз; акробатические элементы включают силовые упражнения для корпуса, стойки, вращения и прыжки для укрепления тела и ловкости; в работе в группе используют синхронные движения, импровизацию и взаимодействие для развития командного духа и сценической выразительности; а с партнером — упражнения поддержки, обмена весом, совместные переходы и элементы, способствующие развитию доверия, координации и гармонии в парах.

Раздел III. Основы физической подготовки.

Практика. Практическая часть включает введение в общую физическую подготовку. Выполняются аэробные упражнения (бег, прыжки, скакалка), силовые (отжимания, приседания, планки), быстроту, дыхание и координационные упражнения (баланс, ловкость, плавность движений), направленные на развитие физической выносливости, силы и моторики.

Раздел IV. Работа над гибкостью тела.

Практика. Выполнение упражнений на развитие гибкости — растяжки ног (наклоны, шпагаты), спины и рук (наклоны, упражнения на плечи), а также комплексные растяжки, повышающие амплитуду движений, предупреждающие травмы и укрепляющие мышечно-суставной аппарат.

Раздел V. Постановочно- репетиционная работа.

Практика. Создание набросков и эскизов хореографической постановки включает работу в группе по разработке композиционной схемы с акцентом на вступление, развитие, кульминацию, финал, распределение ролей и повторение элементов. Особое внимание уделяется отработке отдельных элементов: выделению ключевых движений, мелочам выполнения и соблюдению техники безопасности. В процессе работы над техникой осуществляется контроль за положениями тела, а также совместная корректировка с наставником или в группе. Далее происходит распределение движений по сценической линии, пробное исполнение различных вариантов композиций с учетом динамики и акцентов, проверка баланса сценических образов и выразительности. В финале проводится доработка постановки с учетом полученных комментариев для достижения гармонии и сценической целостности.

Раздел VI. Итоговое занятие.

Отчетный концерт.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимо создать благоприятные организационно-педагогические условия:

- **Материально-техническое обеспечение:** специализированное помещение с достаточной площадью для репетиций, зеркальными стенами, звуковым оборудованием, матами для растяжки и полноценной зоны для выполнения физических упражнений.

-Методическое обеспечение.

Основные принципы построения программы:

1. Принцип доступности (учебный материал соответствует возрастным и психологическим особенностям детей);
2. Принцип последовательности (овладение новыми знаниями, умениями и навыками опирается на то, что ранее освоено);
3. Принцип комплексности, системности (учебная деятельность связана со всеми направлениями воспитательной работы);
4. Принцип сознательности (обеспечение заинтересованного, а не «механического» освоения детьми необходимых знаний и умений);
5. Принцип коллегиальности (взаимодействие всех участников учебного процесса: ученика, педагога, классного руководителя, администрации, родителей, которое принимает различные формы – содружество, соучастие, сопереживание, сотворчество; взаимодействие с другими творческими детскими коллективами);
6. Принцип взаимодействия на нескольких уровнях (взаимодействие между взрослым и ребенком в процессе занятий и студийных мероприятий, взаимодействие детей как партнеров по творческой деятельности, взаимодействие различных возрастных групп как участников одного коллектива, взаимодействие всех учебных направлений, входящих в содержание курса).

Приемы обучения:

1. Прием параллельности (изучение нового материала идет с постепенным усложнением одновременно нескольких новых танцев (или их элементов), имеющих различные или аналогичные ритмические рисунки, но на разных стадиях изучения);
2. Прием быстрой смены деятельности (изучения нового материала – на игру, отработки практических навыков – на конкурс между исполнителями и т. д., при этом конец одного этапа является перестроением на следующий);
3. Прием подтекстовки (педагог, а затем и обучающиеся, танцуя, проговаривают счет или названия танцевальных элементов вслух);
4. Прием «канон» (последовательное подключение различных подгрупп или пар к исполнению того или иного движения);
5. Прием игры (изучение и отработка определённых навыков и умений во время игры, а также игры на развитие внимания, памяти, воображения). Мини-конкурс (конкурс между подгруппами для концентрации внимания на лучших образцах исполнения, коррекция ошибок исполнения).

Формы аттестации/контроля

- Промежуточные проверки: контроль формирования танцевальных навыков и физической подготовки в ходе занятий с помощью наблюдения и фиксирования прогресса;
- Итоговая аттестация: демонстрационный концерт или участие в конкурсных мероприятиях, где участники показывают подготовленные номера;
- Портфолио участников, включающее видеозаписи тренировок, конкурсных выступлений, оценки педагогов и самооценку;
- Групповые и индивидуальные тесты: опросы по теории танца и физической подготовке, тесты на растяжку и ОФП.

Оценочные материалы:

- Таблицы для оценки техники исполнения движений;
- Карты наблюдения за физическим состоянием и прогрессом участников;
- Бланки для выставления критериев оценки выступлений;
- Самооценочные анкеты и рефлексивные задания для участников.

Отслеживание знаний, умений и навыков обучающихся проводится в декабре по методике московских педагогов Кленовой Н.В. и Буйловой Л.Н. Результаты заносятся в таблицу «Мониторинг результатов по образовательной программе

Мониторинг за первое полугодие 20__-20__ года

Год обучения: ____ Ф.И.О. педагога: _____,

Объединение: « _____ »

Возраст детей: _____

Дата начала наблюдения: _____

Группа № _____

Ф.И. ребёнка															
Показатели (оцениваемые параметры)															
1. Теоретическая подготовка ребёнка: 1.1 техника безопасности 1.2 1.3 1.4															
2. Практическая подготовка ребёнка: 2.1 2.2 2.3 2.4															
3. Учебно-организационные умения и навыки.															

3.1. 3.2															
4. Предметные достижения учащегося: 4.1 на уровне объединения 4.2 на уровне района, города 4.3 на уровне республики															
Итого:															
успеваемости %															

Степень выраженности оцениваемого качества: _____

минимальный уровень - 1 (ребёнок овладел менее половины знаний, предусмотренных программой);

средний уровень - 5 (объём усвоенных знаний составляет более половины);

максимальный - 10 (ребёнок освоил практически весь объём знаний).

Список литературы.

1. Иванова Н.А. "Основы уличного танца для начинающих". М.: Музыкальное издательство, 2024.
2. Петров В.П. "Физическая подготовка и растяжка в танце". СПб.: СПбГИРФ, 2022.
3. Смирнова Т.С. "Методика преподавания хореографии". М.: Просвещение, 2022.
4. Федеральный стандарт по физической культуре и движению для молодежных коллективов, 2022.

Репертуар 1 года обучения:

1. Навстречу к мечте;
2. Сарсур;

Репертуар 2 года обучения:

1. Танцы;
2. Terekete;