

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 122**

Принята решением  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от «29» августа 2023 г.

Утверждаю  
И.о. директора МАОУ СОШ с  
углубленным изучением отдельных  
предметов № 122  
А.В.Злоказова  
Приказ № 90 от «31» августа 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**Студия танца «Современные ритмы»**

**(хореографическое объединение)**

Возраст обучающихся: 1-11 классы

Срок реализации: 1 год

**Екатеринбург**



## **Оглавление**

Пояснительная записка.....	3
Учебный план Студии танца «Современные ритмы».....	4
Содержание изучаемого курса .....	6
Календарный график.....	7
Планируемые результаты .....	8
Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современные ритмы» .....	12
Список литературы: .....	13

## **Пояснительная записка**

**Направленность программы** «Хореография» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению – досуговой, учебно - познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, общедоступной.

**Особенность программы** состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на изучении основных стилей: хип-хоп, брейкинг и вакинг. Также предусмотрен отдельный блок ОФП, в котором расположены блоки: развитие гибкости и укрепление мышц.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

**Основной целью программы является** изучение уличного танца и совершенствование физических данных у детей средствами хореографии.

### **Задачи:**

- формирование максимально полного представления о hip hop культуре в целом посредством бесед об истории и изучения базовых движений;
- развитие познавательного интереса к хореографии, использование знаний об истории данного вида искусства;
- освоение теоретической и исполнительской базы знаний, умений, навыков в области хореографического искусства;
- воспитание художественного вкуса;
- воспитание трудолюбия, настойчивости, целеустремленности;
- воспитание уважительного отношения к сверстникам и взрослым;
- воспитание творчески активной и самостоятельной личности;
- развитие координации, чувства ритма, музыкальности, выразительности.

## Учебный план курса «Современные ритмы»

Наиболее распространенной формой обучения является занятие. Содержанием занятия является теоретический и практический материал, творческий поиск детей, постановочная и репетиционная работа. Предусматривается концертная деятельность. Программа также охватывает такие традиционные формы работы с детьми, как: самостоятельные домашние задания, участие в массовых мероприятиях, беседы, рассказ, знакомство с видео и аудио материалами и т. д.

Структура программы состоит из образовательных тематических направлений (теория, практика). Практические знания способствуют развитию у обучающихся творческих способностей, умения воплощать свои чувства и мысли. Результаты обучения по данному курсу достигаются в каждом образовательном блоке.

Образовательная программа является открытой системой, т.е. воспринимает воздействия внешней среды и отвечает на них своими изменениями, постоянно включая в свою структуру новые элементы: новых учащихся, новые виды деятельности, новые отношения, свое содержание образования, взаимодействуя с другими образовательными программами.

Организация деятельности школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- Принцип доступности изучаемого материала. Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий;
- Принцип «от простого к сложному». Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.
- Принцип систематичности. Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений.
- Принцип повторяемости материала. Хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца.

Принцип сотворчества педагога и воспитанника: взаимодействие педагога и родителей, родителей и детей-воспитанников учреждения.

Учащиеся на этапе освоения программы:

- знают назначение отдельных упражнений хореографии;

- умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;
- проявляют желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- умеют выполнять основные танцевальные движения стилей: hip hop, breaking и waacking;
- умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку.

Для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа, анализ творчества.

#### Сетка учебного плана

	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	Учебно-тренировочная работа			
	Вводное занятие.	1	1	
	Элементы танца hip hop.	15	1	14
	ОФП и растяжка.	10	1	9
	Элементы танца breaking.	12	1	11
	Элементы танца waacking.	12	1	11
	Работа над репертуаром.	10	1	9
	Сценическое движение			
	Творческая деятельность.	6		6

## **Содержание изучаемого курса**

### **1. Вводное занятие.**

Первое знакомство с работой кружкового объединения. Ознакомление с планом студии. Техника безопасности, беседа о хореографическом искусстве, hip hop культуре.

### **2. Элементы танца hip hop**

*Теоретическая часть:* Знакомство с историей появления движений, с мировыми именами деятелей стиля.

*Практическая часть:* Освоение техники исполнения основных движений: bounce, groove и шаги party dance.

### **3. ОФП и растяжка.**

*Практическая часть:* Упражнения на развитие гибкости, выносливости, силы мышц. Освоение техники выполнения отжиманий, приседаний, берпи, упражнений на пресс, растяжки.

### **4. Элементы танца breaking.**

*Теоретическая часть:* Знакомство с историей появления движений, с мировыми именами деятелей стиля.

*Практическая часть:* Освоение техники исполнения групп основных движений: top rock, go down, footwork.

### **5. Элементы танца waacking.**

*Теоретическая часть:* Знакомство с историей появления движений.

*Практическая часть:* Освоение техники исполнения групп основных движений: rolls, pose, slow motion.

### **6. Работа над репертуаром.**

*Практическая часть:* Разучивание и отработка концертных номеров.

### **7. Творческая деятельность.**

*Практическая часть:* Упражнения на развитие творческих способностей.

## Календарный график

Учебный период	Дата		Количество учебных недель
	начала	окончания	
1 полугодие	01.10	29.12	13
2 полугодие	09.01	31.05	20
<b>ИТОГО</b>			33

Зимние- с 30.12.2022- 09.01.2023 (10дней)

Форма аттестации не предусмотрена.

После освоения программы документ об образовании - не выдается.

Форма обучения: очная, групповая.

Срок освоения указан в учебном плане и календарном учебном графике настоящей Программы.

## Планируемые результаты

В составе основных видов универсальных учебных действий можно выделить ключевые блоки: личностные действия, познавательные действия, регулятивные действия, коммуникативные действия, знаковосимволические действия.

**Личностные действия** – обеспечивают ценностно – смысловую ориентацию обучающегося (знание моральных норм, умение соотносить и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения). Включает в себя 3 понятия:

1. личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
2. смыслообразование – установление связи между целью учебы и ее мотивом, т.е. ради чего осуществляется учебная деятельность;
3. нравственно – этическая обеспечивающего личностный моральный выбор.

**Личностные учебные действия** выражаются в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно – смысловых ориентаций и духовно – нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

1) **Личностными результатами** освоения обучающимися содержания программ музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

2) **Метапредметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по музыкально – ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; - оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;



- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

***Регулятивные универсальные учебные действия:***

**Регулятивные действия** – обеспечивают организацию обучающимся своей учебной деятельности. К ним относятся: планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к определению препятствий.

***Познавательные универсальные учебные действия:***

**Познавательные универсальные действия** включает в себя:

- общеуниверсальные действия (выделение и формулирование познавательной цели, поиск информации, структурирование знаний, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование); - логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез,

классификация объектов, установление причинно - следственных связей, логическая цель рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование); - постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

Приобщение к шедеврам мирового танцевального искусства – классическому, народному бальному танцу – способствуют формированию целостной художественной культуры мира, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе, развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социальное развитие обучающегося.

***Коммуникативные универсальные учебные действия:***

**Коммуникативные учебные действия** – обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество.

Коммуникативные учебные действия формируют умения слушать, способность встать на позицию другого человека, участвовать в обсуждении, значимых для каждого человека проблем жизни и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

3) **Предметными результатами** освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- представлять музыкально – ритмические движения как средство укрепления здоровья и физического развития;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное объяснение ошибки и способа их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, изменяющихся, вариативных условиях

Обучающийся *научится*:

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Обучающийся *получит возможность научиться*:

#### **Личностные результаты**

- Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений;
- способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально – творческих возможностей.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные:**

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

##### **Познавательные:**

Обучающиеся получают возможность научиться:

##### **Коммуникативные:**

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;

- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

## **Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современные ритмы»**

Информационно-методические условия реализации ДООП «Современные ритмы» обеспечивает возможность:

- создания и использования информации (в том числе запись и обработка изображений и звука, выступления с аудио-, видео сопровождением и графическим сопровождением, общение в сети Интернет и др.);
- получения информации различными способами (поиск информации в сети Интернет, работа в библиотеке и др.);
- наблюдений (включая наблюдение микрообъектов;
- обработки материалов и информации с использованием технологических инструментов;
- размещения своих материалов и работ в информационной среде образовательного учреждения;
  - проведения массовых мероприятий, собраний;
  - организации отдыха.

## Список литературы:

1. Дубинин, Л. Г. «Брейкинг: теория, методика, практика – Москва 2015-224 с.
2. Андрей Горохов. Музпросвет  
<http://www.lib.ru/CULTURE/MUSIC/GOROHOW/muzprosvet.txt>
3. Всё о funk styles (locking, popping)  
<http://www.schooldance.ru/blog/copypaster/559>  
[1212 http://www.youtube.com/watch?v=kPyc29xdRo](http://www.youtube.com/watch?v=kPyc29xdRo)  
<http://nnsokolov.ru/articles/slovar>  
<http://www.4dancing.ru/blogs/270212/761/>  
[http://www.stoptime.lv/ru/articles/waacking\\_history\\_kratkaya\\_istoriya\\_vakinga\\_/239/](http://www.stoptime.lv/ru/articles/waacking_history_kratkaya_istoriya_vakinga_/239/)  
<https://godance.tv/waacking>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582800

Владелец Соколова Светлана Олеговна

Действителен с 29.03.2024 по 29.03.2025