

Департамент образования администрации города Кирова

Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова

ЦЕНТР "ДОВЕРИЕ"

Принята на заседании
педагогического совета ДДТ
от 03.03.2025 г.
Протокол № 2

Утверждаю:
Директор МОАУ ДО ДДТ
«Вдохновение» города Кирова

/Савиных В.Н./
Приказ № 84а от 03.03.2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ОСНОВЫ БРЕЙКИНГА»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации: 4 учебных года

Возраст детей: 6 - 15 лет

Авторы-составители:
Запольских Никита Иванович,
педагог дополнительного образования

Киров
2025

Пояснительная записка

Уровень – базовый

Направленность – физкультурно-спортивная

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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 молодежи».
6. Постановление администрации г. Кирова от 14.11.2014 № 4917-П «Устав муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова».

Методические рекомендации

1. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные). – Киров: КОГОБУ ДО «Дворец творчества Мемориал», РМЦ, 2023. – 22 с.

Актуальность программы

Брейк-данс является одним из основных средств самовыражения представителей хип-хоп культуры. В большинстве своём её представители – это подростки и юноши, но сегодня интерес проявляют и младшие школьники.

Занятия брейк-дансом совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Брейкинг способствует правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и повышают жизненный тонус. Являясь эффективным средством физического развития детей, брейкинг одновременно несёт в себе глубокий

психологический контекст. В свободном движении и импровизации при исполнении брейк-данса происходит у танцоров высвобождение чувств, усиливается музыкальным сопровождением. В подростковом периоде у ребят целый ступок комплексов. Они зажатые, скованы, стесняются своих угловатых движений и неумения выразить себя. Брейк-данс не только обучает технике брейка, но и помогает учащимся раскрепоститься, почувствовать себя сильнее, увереннее, способствует самоутверждению ребенка в подростковой среде. В танце находит выражение эмоциональное состояние человека, развивается его творческая фантазия, творческие способности, обучающийся учится сам создавать пластический образ. Танцевальное искусство приобщает ребенка к миру прекрасного, воспитывает художественный вкус. Соприкосновение с танцем развивает чувство ритма, даёт азы актёрского мастерства и работы с публикой, учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Танец является средством коммуникации, поскольку он представляет собой живой язык тела. В сущности, брейкинг соединяет физическое, психическое и эстетическое в подростке, исходя из его индивидуальности. В решении этих важных социальных задач и состоит педагогическая целесообразность реализации предлагаемой программы.

Значимость программы для региона

Цели, задачи, содержание и образовательные результаты дополнительной общеобразовательной программы соответствуют целевым установкам и содержанию регионального проекта «Развитие региональной системы дополнительного образования детей в Кировской области» государственной программы Кировской области «Развитие образования»; государственной программы Кировской области «Развитие культуры»; стратегического направления развития города Кирова «Киров – город вдохновленных людей» Стратегии социально-экономического развития муниципального образования «Город Киров» на период до 2035 года».

Отличительные особенности программы

Данная программа является стартовой ступенью обучения по предметам брейкинга в студии брейк-дана «360».

Программа актуальна и востребована в условиях современной модели дополнительного образования, затрагивает интересы и мотивы занятий спортом и творчеством обучающихся различных возрастов:

1. Разновозрастной состав участников.
2. Программа является комплексной и включает 2 предмета по брейкингу («Силовой брейк», «Танцевальный брейк»), которые необходимы для максимально возможных спортивных и танцевальных результатов воспитанников.
3. Работа педагога над формированием благоприятного микроклимата в учебных группах с учётом индивидуальных особенностей воспитанников.

4. Дифференцированный подход к учащимся и деление учебной группы на подгруппы по различным признакам (внутригрупповая дифференциация): возрастному, половому, состоянию здоровья, физическому развитию, уровням освоения программы по брейк-дансу, интересам учащихся, стилям брейк-данса. При контроле знаний дифференциация углубляется и переходит в индивидуализацию обучения, что обозначает организацию учебного процесса, при которой выбор способов, приемов, темпа обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей. При такой организации образовательного процесса происходит «развитие личности, которое понимается нами как закономерное изменение личности ребенка в ходе специально организованного педагогического процесса, приводящее к новому состоянию» (Л. Н. Буйлова).

Новизна программы

Новизна программы заключается в особенностях методики преподавания. Обучение строится на работе в системе спортивной тренировки, опирающейся на основные принципы ТМФК. Также в содержании программы включен раздел «История возникновения и развитие брейк-данса в России и Кировской области» для формирования чувства общероссийской гражданской идентичности, патриотизма, чувства гордости за историю России.

Объём и срок освоения, адресат программы, режим занятий

Программа	количество обучающихся в группе	возраст	срок обучения	режим занятий	объем, час
Силовой брейк	10-15	6-15	4 года	1 раз в неделю по 2 часа	288, 72 – в год
Танцевальный брейк	10-15	6-15	4 года	1 раз в неделю по 1 часу	144, 36 – в год

Учебный план

Программа		Года обучения				
		1	2	3	4	
Силовой брейк	в неделю	2	2	2	2	
	в год	72	72	72	72	
Танцевальный брейк	в неделю	1	1	1	1	
	в год	36	36	36	36	
Итого		108	108	108	108	432

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – группы учащихся одного или разного возрастов. Учащиеся групп младшего школьного

возраста обучаются 4 года на стартовом уровне по 2 дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, затем переходят на базовый уровень – 7 лет обучения, 2 программы. Учащиеся, которые имеют высокие результаты в обучении, имеют возможность дополнительно заниматься на продвинутом уровне по программе «Брейкинг. Профи».

Адресат программы: учащиеся в возрасте 6 - 15 лет.

Состав группы – постоянный в течение учебного года. При комплектовании группы на новый учебный год может произойти переход учащихся в другую группу по причине изменения смены в школе (но в пределах групп своего года обучения).

Набор детей в объединение – свободный. Приём детей осуществляется на основании заявления, документов, удостоверяющих личность учащегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся (из Устава ДДТ).

Родители (законные представители) несовершеннолетних учащихся обязаны ознакомиться с Уставом ДДТ «Вдохновение», с лицензией на осуществление образовательной деятельности, со свидетельством о государственной аккредитации, с дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами.

При приёме предоставляется медицинское заключение о состоянии здоровья учащегося.

В студию «360» принимаются все желающие девочки и мальчики от 6 до 15 лет (учащиеся образовательных школ). Приём детей осуществляется на произвольно-свободной основе: путём собеседования педагога с детьми и их родителями на основе заявления от родителей (или лиц их заменяющих) с июня по сентябрь месяц. При наборе детей в объединения учитываются психологические и возрастные особенности ребёнка, его способности, базовые знания, умения и навыки.

На данной ступени обучения могут заниматься учащиеся, желающие получить знания и умения по предложенной программе «Основы брейкинга». На этой ступени учащиеся знакомятся с деятельностью и возможностями занятий в коллективе, определяют для себя перспективы продолжения обучения. Основанием для перевода учащегося на следующий учебный год является успешное освоение образовательных программ (согласно данным мониторинга) и личное желание учащегося.

При поступлении детей в творческое объединение проводится анкетирование (Приложение 1).

Цель: физическое и духовно-нравственное воспитание детей средствами брейкинга.

Задачи:

- *Воспитательные задачи, направленные на формирование личностных результатов:*
 - способствовать формированию нравственных норм и ценностей в поведении и сознании;
 - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.
- *Образовательные задачи, направленные на формирование предметных результатов:*
 - формировать знания и умения по выполнению элементов брейк-данса;
 - формировать знания и умения по комбинированию элементов брейк-данса.
- *Развивающие задачи, направленные на формирование метапредметных результатов:*
 - содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе деятельности;
 - формировать умение выстраивать коммуникацию.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- сформирована готовность к социальному взаимодействию на основе нравственных и правовых норм;
- имеет активную жизненную позицию в отношении здорового образа жизни.

Предметные результаты:

- знает и умеет выполнять элементы брейк-данса;
- знает и умеет выполнять комбинированные элементы брейк-данса.

Метапредметные результаты:

- осуществляет самонаблюдение и самооценку в процессе деятельности;
- умеет выстраивать коммуникацию.

Программа воспитания

На протяжении учебного года обучающиеся принимают участие в реализации программы воспитания, направленной на формирование базовых национальных ценностей: социальная солидарность, человек, семья, патриотизм, гражданственность, труд, творчество, здоровье.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других;

- знает и умеет соблюдать правила здорового и безопасного образа жизни танцора.

Предметные результаты:

- Знает основные стили брейкинга, их особенности и принципиальные отличия. Умеет выполнять базовые элементы.
- Имеет представление о сочетании стилей и их взаимосвязи с музыкой. Умеет комбинировать основные положения и стойки.

Метапредметные результаты:

- способен к адекватной самооценке творческой деятельности с опорой на оценку педагога;
- умеет взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.

Учебно-тематический план «Силовой брейк» 1 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение в предмет	2	2	-	
2.	Физическое развитие тела	21	1	20	Педагогическое наблюдение, внутригрупповые соревнования, мониторинг
3.	Элементы брейк-данса Power tricks	24	1	23	Зачётное занятие, открытое занятие, конкурсные выступления
4.	Элементы брейк-данса Power Move	25	1	24	Зачётное занятие открытое занятие конкурсные выступления
	ИТОГО:	72	5	67	

Содержание программы «Силовой брейк»

1. Введение в предмет

Теория: Правила поведения на занятиях брейкингом, в здании ДДТ «Вдохновение. Инструктаж по технике безопасности. Становление брейк-данса, особенности его развития. Основные силовые стили брейк-данса.

Практика: Не предусмотрена.

2. Физическое развитие тела

Теория: Физическое развитие тела ребенка. Понятия: сила, выносливость, координационные способности.

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений: прыжки, наклоны, приседания, планка, подтягивание. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Элементы брейк-данса Power Tricks

Теория: Знакомство с новым стилем и понятием брейк-данса Power Tricks.
История возникновения и взаимосвязи этого стиля.

Практика: Отработка элементов: Стойка на локте, плече, голове, руках.
Изучение элементов «Крокодил», «Беби фриз», «Поза ворона», «Спичага».
Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Элементы брейк-данса Power Move

Теория: Знакомство с новым стилем и понятием брейк-данса Power Move.
История возникновения и взаимосвязи этого стиля.

Практика: Изучение элементов «Бек спин», «Монетка», «Черепаша», «Краб», «Свип». Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

Учебно-тематический план «Танцевальный брейк» 1 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение в предмет	1	1	-	
2.	Ритмические движения	10	2	8	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие
3.	Стиль Top Rock	7	1	6	Открытое занятие, внутригрупповые соревнования, конкурсные выступления
4.	Стиль Foot Work	7	1	6	Открытое занятие, внутригрупповые соревнования, конкурсные выступления
5.	Снятие физических зажимов	3	1	2	Педагогическое наблюдение, конкурсные выступления, открытое занятие
6.	Умение слушать музыку	3	1	2	Конкурсные выступления
7.	Постановка этюдов	5	1	4	Внутригрупповые соревнования
	ИТОГО:	36	8	28	

Содержание программы «Танцевальный брейк»

1. Введение в предмет

Теория: Правила поведения в хореографическом зале. Инструктаж по пожарной безопасности. Становление брейк-данса как танцевальной культуры, особенности ее развития. Основные стили танцевального (верхнего) брейк-данса.

Практика: Не предусмотрена.

2. Ритмические движения

Теория: Смысл ритмических движений. Понятия: темп, ритм.

Практика: Выполнение базовых движений (ходьба, бег, подскоки, построения, прыжки, шаги, выпады) под музыкальный аккомпанемент. Выполнение базовых движений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Стилль Top Rock

Теория: Понятия: Top Rock, Up Rock. Появление этих стилей. Основные базовые движения, входящие в Top Rock, Up Rock.

Практика: Отработка элементов: вертикальная работа ногами, выпады, квадрат, сальса, Front Side, прыжки, Kick. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Стилль Foot Work

Теория: Понятия: Foot Work, Style. История возникновения и особенности данного стиля.

Практика: Отработка элементов: Kick Down, Scramble, перескоки, перепрыгивания, продевания. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

5. Снятие физических зажимов

Теория: Знакомство с понятием «физический зажим тела». О вреде физических зажимов в танце.

Практика: Упражнения на снятие физических зажимов танцора. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

6. Умение слушать музыку

Теория: Знакомство с понятием музыкальность.

Практика: Упражнения на развитие музыкальности. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

7. Постановка этюдов

Теория: Понятия: этюд, Составляющие танцевального этюда.

Практика: Отработка основных элементов брейкинга. Упражнения на развитие актерского мастерства в постановке этюда. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- признает индивидуальность и достоинство каждого человека;
- умеет осознавать свое физическое и эмоциональное состояние.

Предметные результаты:

- Имеет представление об особенностях силовых элементов. Умеет выполнять элементы брейк-данса 1 уровня сложности.
- Имеет представление о концепциях комбинирования элементов с использованием сценических приемов. Умеет комбинировать элементы.

Метапредметные результаты:

- умеет корректировать свои действия для преодоления/недопущения ошибок элементов брейк-данса;
- умеет ответственно выполнять свою часть работы.

Учебно-тематический план «Силовой брейк» 2 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Организационная работа	2	2	-	
2.	Физическое развитие тела	21	1	20	Педагогическое наблюдение, внутригрупповые соревнования, открытое занятие, мониторинг
3.	Элементы брейк-данса Power Tricks	24	1	23	Зачетное занятие, конкурсные выступления
4	Элементы брейк –данса Power Move	25	1	24	Зачетное занятие, конкурсные выступления
	ИТОГО:	72	5	67	

Содержание программы «Силовой брейк»**1. Организационная работа**

Теория: Роль брейкинга в физическом развитии подростка. Правила поведения на мероприятиях, в студии и ДДТ. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Не предусмотрена.

2. Физическое развитие тела

Теория: Физическое развитие тела подростка. Понятия: ловкость, скорость, сила.

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений: наклоны в разные стороны, упражнения с кубиками и резинкой, «складка на полу», «лодочка» и др. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Элементы брейк-данса Power Tricks

Теория: Знакомство с новыми элементами брейка Power Tricks и понятием самостраховки.

Практика: Отработка элементов: стойка на локте, плече, голове, руках. Изучение элементов аир беби (фриз), «Краб», «Чеер фриз». Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Элементы брейк-данса Power Move

Теория: Знакомство с новыми элементами брейка Power Move и понятием самостраховки при исполнении элементов Power Move.

Практика: Отработка элементов бек спин, монетка, черепаха, краб, свип. Изучение элементов: «Свайпс», «Гелик», «Круги Томаса». Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

Учебно-тематический план «Танцевальный брейк» 2 год обучения

№№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1	1	-	
2	Ритмические движения.	5	1	4	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие, открытое занятие
3	Стиль Top Rock	7	1	6	Внутригрупповые соревнования, зачетное занятие
4	Стиль Foot Work	7	1	6	Внутригрупповые соревнования, зачетное занятие
5	Работа над мимикой	3	1	2	Педагогическое наблюдение, конкурсные выступления
6	Снятие физических зажимов	3	1	2	Педагогическое наблюдение, конкурсные выступления, открытое занятие
7	Постановка этюдов	4	1	3	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие
8	Репетиционная работа	3	1	2	Конкурсные выступления, творческий отчетный концерт
	ИТОГО:	36	9	27	

Содержание программы «Танцевальный брейк»

1. Организационная работа

Теория: Брейкинг как танцевальная культура. Правила поведения на концертах, в студии и ДДТ. Мотивация детей на занятиях брейк-дансом.

Практика: Не предусмотрена.

2. Ритмические движения

Теория: Понятия: ритмика, ритмический рисунок.

Практика: Отработка движений под музыкальный аккомпанемент с разным ритмическим рисунком. Упражнения на развитие ритмичности в танце. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Стилль Top Rock

Теория: Связующие элементы верхних и нижних стилей брейкинга.

Практика: Отработка произвольных комбинаций; разучивание элементов: «Кик», «Шаг вперёд», «Шаг в сторону», «Шаг назад» и переходов с верхних стилей на нижние стили. Выполнение комбинаций индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Стилль Foot Work

Теория: Направление Foot Work и Style в брейкинге.

Практика: Отработка произвольных комбинаций. Изучение дорожки и ее видов, вращение через колени. Выполнение комбинаций индивидуально, в парах и мини-группах.

5. Работа над мимикой

Теория: Мимика. Значение мимики в танце.

Практика: Упражнения для улучшения мимики танцора (развитие мышц лица, маска танцора). Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

6. Снятие физических зажимов

Теория: О вреде физических зажимов в танце.

Практика: Упражнения на раскрепощение и снятие физических зажимов у обучающихся (марионетка, муха, камень, электрошок и др.). Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

7. Постановка этюдов

Теория: Закрепление понятий: этюд, техника исполнения этюда.

Практика: Отработка основных элементов брейк-данса. Импровизационная работа по составлению этюдов. Составление и обсуждение этюдов в парах и мини-группах.

8. Репетиционная работа, концертная деятельность

Теория: Инструктаж по технике безопасности на концертах.

Практика: Репетиции, концерты.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других;
- понимает вред для физического или психического здоровья танцора.

Предметные результаты:

- Знает основные приемы сольной и командной работы. Умеет выполнять элементы брейк-данса 2 уровня сложности.
- Знает особенности и умеет создавать собственные танцевальные сигнатуры.

Метапредметные результаты:

- умеет оценивать правильность выполнения задачи на основе самостоятельно выявленных критериев в творческой деятельности;
- умеет достигать качественного результата в своей части работы и координировать свои действия с другими членами команды.

Учебно-тематический план «Силовой брейк» 3 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Организационная работа	2	2	-	
2.	Физическое развитие тела	21	1	20	Педагогическое наблюдение, мониторинг, зачетное занятие
3.	Элементы брейк-данса Power Tricks	24	-	24	Открытое занятие, внутригрупповые соревнования, конкурсные выступления
4	Элементы брейк-данса Power Move	25	-	25	Открытое занятие, внутригрупповые соревнования, конкурсные выступления
	ИТОГО:	72	3	69	

Содержание программы «Силовой брейк»

1. Организационная работа

Теория: Инструктаж по технике безопасности на занятиях брейкингом.

Брейкинг как олимпийский вид спорта.

Практика: Не предусмотрена.

2. Физическое развитие тела

Теория: Особенности физического развития тела подростка. Понятия: координационные и скоростно-силовые способности.

Практика: Выполнение упражнений на развитие координационных и скоростно-силовых способностей: прыжковые шаги, отжимание, подтягивание, упражнения на пресс, шпагатов продольного и поперечного, лодочка на спине, равновесие на 1 ноге и 1 или 2 руках, бабочка и др. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Элементы брейк-данса Power Tricks

Практика: Отработка элементов стиля: стойка на локте, плече, голове, руках. Изучение элементов бэк, полубэк, фриз, беби фриз, чеер фриз, аир беби фриз, стойка на голове, связки. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Элементы брейк-данса Power Move

Практика: Отработка элементов «гелик», «свип», «круги Томаса», «монетка», «Черепаша» бек спин. Изучение элементов «корона», хед спин. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

Учебно-тематический план «Танцевальный брейк» 3 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1	1	-	
2	Ритмические движения.	5	1	4	Педагогическое наблюдение, внутригрупповые соревнования, зачетное занятие
3	Стиль Top Rock	8	1	7	Внутригрупповые соревнования, зачетное занятие
4	Стиль Foot Work	8	1	7	Зачетное занятие, конкурсные выступления
5	Импровизация	8	2	6	Зачетное занятие
6	Репетиционная работа	6	-	6	Педагогическое наблюдение, внутригрупповые соревнования, зачетное занятие
	ИТОГО:	36	6	30	

Содержание программы «Танцевальный брейк»

1. Организационная работа

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Концертная деятельность в студии брейкинга «360» и ее значимость.

Практика: Не предусмотрена.

2. Ритмические движения

Теория: Понятия: выразительность в танце, пластика.

Практика: Отработка движений под музыкальный аккомпанемент с разным ритмическим рисунком и музыкальным сопровождением от 65 до 130 ударов в минуту (забежки). Упражнения на развитие выразительности и пластики в танцевальных движениях. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Стилль Top Rock

Теория: Закрепление основных понятий стиля Top Rock. Изучение базовых элементов стиля и импровизации в нём.

Практика: Отработка постановочных комбинаций, комбинирование переходов с верхних стилей на нижние стили. Упражнения на правильный шаг и движения рук в танце. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Стилль Foot Work

Теория: Закрепление основных понятий стиля Foot Work. Изучение базовых элементов импровизации в нём. Понятия Flow, Flava.

Практика: Отработка комбинаций. Совмещение собственных наработок с базой. Выполнение комбинаций индивидуально, в парах и мини-группах.

5. Импровизация

Теория: Знакомство с понятием «импровизация», «джем» Значение импровизации в брейкинге.

Практика: Составление произвольных собственных комбинаций в зависимости от предпочтений учащихся и отработка их в круге – «джеме».

6. Репетиционная работа

Теория: Инструктаж по технике безопасности на концертах.

Практика: Репетиции, концертная деятельность.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- осознанно и ответственно относится к собственным поступкам и поступкам других людей, понимает их последствия;
- умеет управлять собственным эмоциональным состоянием.

Предметные результаты:

- Знает базовые элементы импровизации. Умеет выполнять элементы брейк-данса 3 уровня сложности.
- Знает особенности и умеет создавать собственный танцевальный стиль в рамках брейкинга.

Метапредметные результаты:

- умеет предвидеть трудности при выполнении элементов брейк-данса;
- умеет понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в творческой деятельности.

Учебно-тематический план «Силовой брейк»

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Организационная работа	2	2	-	
2.	Физическое развитие тела	21	1	20	Педагогическое наблюдение, мониторинг, зачетное занятие
3.	Элементы брейк-данса Power Triks	24		24	Зачетное занятие, внутригрупповые соревнования, конкурсные выступления, творческий концерт
4	Элементы брейк-данса Power Move	25		25	Зачётное занятие внутригрупповые соревнования выступления творческий концерт
	ИТОГО:	72	3	69	

Содержание программы «Силовой брейк»**1. Организационная работа**

Теория: Понятие - здоровый образ жизни. Составляющие ЗОЖ. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Не предусмотрена.

2. Физическое развитие тела

Теория: Физическое развитие тела младшего подростка. Комплекс ГТО.

Повторение всех составляющих физических качеств младшего школьника - сила, быстрота, скорость, выносливость, гибкость, равновесие. Выносливость.

Практика: Общеразвивающие упражнения на развитие физических качеств (отжимание, подтягивание, наклоны, упражнения на пресс, шпагат продольный и поперечный, бег, ходьба, приседания и др.) с отягощением или парная работа. Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

3. Элементы брейк-данса Power Tricks

Практика: Отработка элементов: связки, состоящие из силовых элементов и фриззов. Изучение элементов стойки на одной руке (поза уголок, флажок). Переходы от фриза к фризу. Фризы на одной руке. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Элементы брейк-данса Power Move

Практика: Отработка силовых элементов «гелик», «свайпс», «корона», хед спин, «круги Томаса». Изучение элементов «твист», вращение на одной руке (1999), вращение на двух руках (2000), флай, windmill. Выполнение элементов индивидуально, в парах и мини-группах.

Учебно-тематический план «Танцевальный брейк»

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Организационная работа	1	1	-	
2.	Работа с эмоциями	7	1	6	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие
4.	Стиля брейкинга «UPROCK»	12	2	10	Зачетное занятие, мониторинг, внутригрупповые соревнования
5.	Разработка вариаций движений	10	1	9	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие
6.	Репетиционная работа	6	-	6	Конкурсные выступления, творческий концерт
	ИТОГО:	36	5	31	

Содержание программы «Танцевальный брейк»

1. Организационная работа

Теория: Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Меры электробезопасности пожарная безопасность. Понятие – баттлы в брейкинге.

Практика: Не предусмотрена.

2. Работа над эмоциями

Теория: Эмоции. Взаимодействие эмоций и танца.

Практика: Упражнения на развитие эмоциональности у танцоров (танец огня, джаз тела, зеркальный танец, танец морских волн, согласованные действия и др.). Выполнение упражнений индивидуально, в парах и мини-группах.

4. Элементы стиля «UPROCK» брейкинга

Теория: История возникновения стиля. «UPROCK» как «танцевальная битва». Особенности стиля.

Практика: Отработка основных элементов стиля – в движении шаги, повороты, приседы, высокие, махи руками и ногами, прыжки. Работа над «попаданием» в музыку всех движений.

5. Разработка вариаций элементов

Теория: Изучение способов изменения движений. Индивидуальность танцора.

Практика: Применение и отработка способов изменения движений. Отработка постановочных комбинаций, используя различные вариации элементов. Совмещение собственных наработок с базой. Выполнение комбинаций индивидуально, в парах и мини-группах.

6. Репетиционная работа.

Теория: Инструктаж по технике безопасности на репетиции.

Практика: Репетиции, концертная деятельность.

Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Вдохновение» г. Кирова на учебный год утверждается приказом директора.

- 1. Начало учебного года – 1 сентября.**
- 2. Продолжительность учебного года – круглый год.**
- 3. Срок реализации ДООП – 36 учебных недель.**
- 4. Продолжительность академического часа – 40 минут для детей школьного возраста.**
- 5. Форма обучения – очная.**
- 6. Продолжительность учебной недели – 7 дней.**

Учреждение работает без общего выходного дня (ежегодно).

Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации.

7. Режим работы учреждения в период школьных каникул:

- по временному расписанию, составленному на период каникул;
- в форме походов, экскурсий, соревнований;
- могут создаваться различные объединения с постоянным и переменным составом детей.

8. Аттестация учащихся проводится:

- декабрь – промежуточная аттестация;
- май – промежуточная аттестация.

Календарный учебный график составляется педагогом дополнительного образования ежегодно на каждую учебную группу после ее комплектования.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ

Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

Для обеспечения образовательного процесса необходимы:

- помещения: танцевальный класс с зеркалами;
- оборудование, инструменты и материалы: линолеум, будо-мат;
- музыкальная колонка;
- телевизор;
- костюмы.

2. Информационное обеспечение

- аудиосистема;
- мультимедиа оборудование;
- доступ в интернет;
- учебная литература;
- журналы, пособия.

3. Кадровое обеспечение педагог дополнительного образования.

4. Требования к безопасности:

Для работы по программе используются инструкции по технике безопасности: ИТБ-01, ИТБ-02, ИТБ-03, ИТБ-05, ИТБ-06, ИТБ-07, ИТБ-08, ИТБ-15.

Аттестация учащихся

Формы аттестации:

1. Зачетное занятие. Проводится в конце каждого полугодия учебного года в открытом режиме.
2. Открытое занятие. Проводится 2 раза в год по итогам полугодий.
3. Внутригрупповые соревнования. Проводятся 2 раза в год.
4. Педагогическое наблюдение. Целенаправленный процесс отслеживания индивидуальных достижений учащихся в ходе всего образовательного процесса.
5. Мониторинг,
6. Творческий отчетный концерт. Проводится в конце учебного года.

7. Конкурсные выступления и анализ конкурсных выступлений. В течение учебного года дети принимают участие во всероссийских, межрегиональных и областных конкурсах и фестивалях. Во время творческих поездок обязательным является просмотр конкурсных выступлений других участников и просмотр видеозаписей выступлений своего коллектива с последующим разбором и анализом.
8. Творческий проект. Самостоятельная разработка номеров.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурс, концерт, открытое занятие, соревнование, фестиваль и др.

Оценочные материалы

С целью управления качеством образовательного процесса в ДДТ разработан мониторинг результативности образовательной деятельности, позволяющий определить достижение учащимися планируемых результатов.

1. Диагностика личностных результатов.

Отслеживание личностных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитудно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 2).

2. Диагностика предметных результатов.

Отслеживание практической составляющей (умения, навыки) происходит при помощи основного эмпирического метода исследования-наблюдения. Наблюдение проводится лонгитудно на протяжении учебного года. (Приложение 3).

3. Диагностика метапредметных результатов.

Отслеживание метапредметных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитудно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 4).

Все данные мониторинга заносятся в общую таблицу (Приложение 5).

Методические материалы

Формы организации учебного занятия: очное образование.

Методы и приемы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный.

Методы воспитания:

- методы формирования сознания личности (рассказ, этическая беседа, внушение, инструктаж, диспут, пример);
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения (упражнение, приучение, педагогическое требование, общественное мнение, поручение, воспитывающие ситуации);
- методы стимулирования (соревнование, поощрение, порицание).

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающая технология;
- технология индивидуализации обучения

Алгоритм учебного занятия

Занятия в группе проходят как групповые, так и индивидуальные, парные.

Структура занятия видоизменяется в соответствии с целью группы: участие в конкурсах, фестивалях, концертах.

1. Подготовительный этап: приветствие, постановка целей и задач занятия, мотивация учащихся на восприятие учебного материала, актуализация опорных знаний и умений.

2. Основная часть: усвоение новых знаний и способов действий, первичная проверка понимания, закрепление знаний и способов действий, обобщение и систематизация знаний, контроль:

- разминка, общеразвивающие упражнения, стретчинг;
- изучение специальных подводящих упражнений;
- обучение основным базовым элементам брейк-данса (верхний и нижний брейк-данс - UP-ROCK, FOOT WORK, POWERTRICK, POWERMOVES, синхронны, основы пластики, пантомимы).
- комбинирование простых элементов в сложные

3. Подведение итогов занятия: оценка выполненных целей и задач, мобилизация учащихся на самооценку, оценка работы учащихся, информирование о домашнем задании.

Список литературы

Для педагога

1. Буйлова Л.Н. Современные педагогические технологии в учреждении дополнительного образования детей // URL:

https://www.studmed.ru/view/tehnologii-buylova-lnsovmennye-pedagogicheskie-tehnologii-v-dopolnitelnom-obrazovanii-detey_4d43a486614.html

2. Воронцов В. Что нужно знать о молодежной субкультуре. Воспитание школьников. М., № 4, 2000.

3. Исаев Александр Практика брейк-данса. Ridero, 2022

4. История брейк-данса // URL: <https://ronl.org/knigi/kultura-i-iskusstvo/792001/>

5. Кузьменко Марианна Викторовна, Болдырева Вера Борисовна Развитие психомоторных способностей у подростков средствами брейк-данса // Вестник ТГУ. 2018. №7 (177). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-psihomotornyh-sposobnostey-u-podrostkov-sredstvami-breyk-dansa> (дата обращения: 28.03.2023).

Для обучающихся и родителей

1. Исаев Александр Практика брейк-данса. Ridero, 2022

2. Учебник по брэйк дансу // URL: <http://inteam.moy.su/publ/7-1-0-47>

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Анкета

1. Фамилия, имя обучающегося.
2. Школа, класс, смена.
3. Домашний адрес, телефон.
4. Фамилия, имя, отчество мамы и папы.
5. Место работы, телефон родителей.
6. Какие секции, объединения посещал (а)?
7. Занимался (лась) когда-нибудь спортом, каким и сколько лет?
8. По какой причине пришел (ла) в кружок брейк-данса?
9. Знаешь ли что-нибудь об этом танце?

Диагностика личностных результатов

№ п/п	Фамилия Имя	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	Индивид. итог
		Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других	Признает индивидуальность и достоинство каждого человека.	Способен сопереживать неудачам и радоваться успехам других	Осознанно и ответственно относится к собственным поступкам и поступкам других людей, понимает их последствия	
		Имеет активную жизненную позицию в отношении здорового образа жизни.	Умеет осознавать свое физическое и эмоциональное состояние.	Понимает вред для физического или психического здоровья танцора.	Умеет управлять собственным эмоциональным состоянием.	
1						
2						
...						
	Групповой итог					

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

3 балла - высокий уровень (В) – показатель проявляется в большинстве ситуаций, самостоятельно, носит устойчивый характер.

2 балла - средний уровень (С) – показатель проявляется ограниченно, ситуативно, под контролем педагога.

1 балл - низкий уровень (Н) – показатель не проявляется или проявляется редко, требует постоянного контроля со стороны педагога.

Приложение 3

Диагностика предметных результатов

Критерии	Показатели по уровням											
	Высокий				Средний				Низкий			
Техника исполнения	Свободное владение пластикой и динамикой движений, полное, правильное исполнение				Среднее развитие специальных данных, допуск 2-3 несущественных ошибок исполнения движений и танцевальных композиций				Неполная или отсутствие согласованности в движениях, низкий уровень развития специальных данных, выполнение движений с ошибками, незнание учебного материала			
Музыкальность	Учащийся слышит музыку, движения выполняются согласно музыкальному ритму и темпу				Допускаются некоторые расхождения с музыкой (в сложных случаях)				Частое расхождение движений и музыки или движения исполняются «поперек» музыки			
Артистичность	Проживание, прочувствование каждого элемента, вхождение в образ, эмоциональное исполнение, творческий подход				Эмоциональное исполнение, некоторое расхождение между образом и исполнением				Отсутствие эмоционального настроения, движения исполняются механически, отсутствие попытки эмоционального исполнения			
Общая физическая подготовка	норматив	7-10 лет	11-13 лет	14-17 лет	норматив	7-10 лет	11-13 лет	14-17 лет	норматив	7-10 лет	11-13 лет	14-17 лет
	Бег 30 м	5,0-6,1с	-	-	Бег 30м	6,5 – 6,9с	-	-	Бег 30 м	6,6-7,0с	-	-39-48
	Бег 60 м	-	9,4-10,0		Бег 60 м	-	10,0-10,6		Бег 60м	-	10,8-11,2	
	Бег 100 м	-	-	13,8-14,4	Бег 100м	-	-	14,2-14,8	Бег 100м	-	-	15,0-15,5
	Прыжок с места	140-185	170-190	210-230	Прыжок с места	115-140	160-180	200-220	Прыжок с места	100-130	140-165	180-200
	подтягивание	4-5 раз	7-10	11-14	подтягивание	2-3 раза	5-8	9-11	подтягивание	1 раз	3-5	6-8
	приседания	40-44	-	-	приседания	38-42	-	-	приседания	34-40	-	-
	Подъем туловища из положения лежа	23-30	39-48	50-55	Подъем туловища из положения лежа	21-26	33-43	45-49	Подъем туловища из положения лежа	18-23	27-38	40-45
	Сгибание и разгибание рук	-	13-17	10-12	Сгибание и разгибание рук	-	8-12	7-10	Сгибание и разгибание рук	-	3-7	4-7
	Отжимание в упоре лежа	-	20-25	28-32	Отжимание в упоре лежа	-	15-20	23-27	Отжимание в упоре лежа	-	10-15	18-22
	Прыжок в высоту	80-90	-	-	Прыжок в высоту	75-85	-	-	Прыжок в высоту	70-80	-	-

№ п/п	Фамилия Имя	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	Индивид. итог
		Знает основные стили брейкинга, их особенности и принципиальные отличия. Умеет выполнять базовые элементы.	Имеет представление об особенностях силовых элементов. Умеет выполнять элементы брейк-данса 1 уровня сложности (см. содержание)	Знает основные приемы сольной и командной работы. Умеет выполнять элементы брейк-данса 2 уровня сложности (см. содержание)	Знает базовые элементы импровизации. Умеет выполнять элементы брейк-данса 3 уровня сложности (см. содержание)	
		Имеет представление о сочетании стилей и их взаимосвязи с музыкой. Умеет комбинировать основные положения и стойки.	Имеет представление о концепциях комбинирования элементов с использованием сценических приемов. Умеет комбинировать элементы.	Знает особенности и умеет создавать собственные танцевальные сигнатуры.	Знает особенности и умеет создавать собственный танцевальный стиль в рамках брейкинга.	
1						
2						
...						
	Групповой итог					

Диагностика метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия Имя	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	Индивид. итог
		Способен к адекватной самооценке творческой деятельности с опорой на оценку педагога.	Умеет корректировать свои действия для преодоления/недопущения ошибок элементов брейк-данса.	Умеет оценивать правильность выполнения задачи на основе самостоятельно выявленных критериев в творческой деятельности.	Умеет предвидеть трудности при выполнении элементов брейк-данса.	
		Умеет взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.	Умеет ответственно выполнять свою часть работы.	Умеет достигать качественного результата в своей части работы и координировать свои действия с другими членами команды.	Умеет понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в творческой деятельности.	
1						
2						
...						
	Групповой итог					

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

3 балла - высокий уровень (В) – показатель проявляется в большинстве ситуаций, самостоятельно, носит устойчивый характер.

2 балла - средний уровень (С) – показатель проявляется ограниченно, ситуативно, под контролем педагога.

1 балл - низкий уровень (Н) – показатель не проявляется или проявляется редко, требует постоянного контроля со стороны педагога.

Приложение 5

Сводная таблица результативности образовательной деятельности

МОАУ ДО Дом детского творчества «Вдохновение»

Группа _____ Педагог _____ Дата проведения _____

№	Фамилия, имя ребенка	Присутствие в группе		Предметная результативность		Личностная результативность		Метапредметная результативность	
		на 01.10	на 01.06	Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
Средний по группе			Ср.бал						
			В – в %						
			С – в %						
			Н– в %						