

Управление образования администрации г. Новочеркаска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Эколого-биологический центр»

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол от 19.05.2023г. № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЭБЦ
Ю. А. Рущенко
Приказ от 19.05.2023г. №35



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности «Уличные танцы. Профи» (LUCKY)**

Уровень программы: базовая
Вид программы: модифицированная
Уровень программы: традиционная
Возраст детей: от 11 до 14 лет
Срок реализации: 2 года (1 год обучения- 216 часов, 2 год обучения- 216 часов)
Разработчик: Лысенкова Екатерина Вячеславовна
Педагог дополнительного образования
1 квалификационной категории

г. Новочеркасск
2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | 3 |
| II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК | 7 |
| 2.1 Учебный план | 7 |
| 2.2 Календарный учебный график..... | 9 |
| 2.3 Учебный план | 9 |
| 2.4 Календарный учебный график..... | 12 |
| III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ | 12 |
| 3.2 Формы контроля и аттестации..... | 14 |
| IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ | 15 |
| V. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ | 16 |
| VI. ПРИЛОЖЕНИЯ | 19 |
| Приложение 1 | 19 |

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

"Уличные танцы. Профи." (LUCKY) МБУ ДО ЭБЦ имеет художественную направленность и направлена на развитие в ребенке творческих и индивидуальных способностей, которые выявляются посредством занятий стрит (уличных) направлений.

Конечно, происхождение вида «уличных» танцев наградило его социальным характером и народностью. Термин «уличные» говорит о его развитии в открытом пространстве. Они появлялись:

- на улицах;
- в парках;
- на площадях;
- в скверах;
- в дворах;
- на вечеринках;

Уличные танцы- это общее название таких стилей как хип хоп, брейк данс, локинг, вакинг, вог, хаус и т.д.

Дети любят модничать, и увлечение этим направлением дает шанс проявить себя по полной. Одежда для занятий и выступлений должна быть в первую очередь комфортной. Здесь выручает спортивный стиль. Помимо удобства это еще и яркие вещи с элементами декора, которые привлекают внимание. Юным танцорам это очень нравится.

Удобство касается также и обуви. Большое количество движений приходится на ноги, и они не должны страдать и подвергаться травмам. Конечно, обувь должна соответствовать одежде.

Раскрыть для себя мир уличных танцев возможно. Войти в него и стать обитателем тоже. Главное – любить его и доверяться ему.

Программа откорректирована и дополнена в соответствии с законодательством РФ в 2023 году.

Актуальность.

Сейчас наиболее востребованным видом современной хореографии является такое танцевальное направление как хип-хоп, которое включает в себя множество стилей и подвидов, совмещая также в себе и основы любой хореографии. Все они очень динамичны, но в то же время имеют свою очередность по сложности движений и подразумевают под собой высокое владение телом, подвижность и хорошо развитую координацию.

Педагогическая целесообразность.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в

себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

Отличительные особенности данной программы.

В качестве стимула детям может задаваться домашнее задание. Также дети на занятии просматривают видеоматериалы с выступлениями популярных танцоров или с выступлениями своей группы (или индивидуальные), обсуждают сделанные ошибки или разбирают сделанные необычные элементы, тем самым обмениваясь своими впечатлениями. Помимо практических заданий они учатся еще и наглядно, тренируя все виды памяти, активность и внимательность.

Учащиеся общаются между собой не только в пределах одной группы, но и во всем коллективе, делятся опытом на занятиях и посещают конкурсы, концерты и соревнования по хип-хопу, а также другие хореографические мероприятия.

Для того, чтобы уделять внимание каждому обучающемуся количеству детей в группе не должно превышать 15 человек.

Данная программа подразумевает в себе возможности дистанционного обучения.

Адресат программы: возраст детей, участвующих в реализации данной программы от 11 до 14 лет. Принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Режим занятий: занятия проходят по 2 академических часа, 3 раза в неделю. Перерыв между занятиями 10 минут.

Объем – по 216 часов на каждый год обучения.

Срок освоения программы- программа рассчитана на 2 года. Во время приема и формирования групп происходит беседа с родителем и ребенком, выявление творческих способностей ребенка.

Форма реализации (тип) программы – традиционная.

Уровень реализации программы – базовый.

Форма обучения.

Особенности состава обучающихся: школьный возраст, подростковый возраст. В программе используется большое разнообразие форм:

- Групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

- Концертная деятельность: участие в концертах, фестивалях и конкурсах, подготовка к ним подогревает постоянный интерес к занятиям, помогает ребенку раскрыться эмоционально, не бояться публичных выступлений.

- Изучение танцевальных композиций и "Джем" (когда каждый, после занятия, показывает, как он усвоил тот или иной танцевальный фрагмент при этом приветствуется импровизация и свое видение).

-Также формами занятия являются теория и практика. Теория - беседа в которой раскрывается суть темы занятия, история стиля, объясняется что и как надо делать. Практика - форма занятия, при которой непосредственно сам ребенок имеет возможность овладеть навыками и умениями использования теоретического знания применительно к особенностям изучаемой темы. Важнейшей стороной любого практического занятия являются упражнения (физические, танцевальные). Практические занятия формируются так, чтобы дети постоянно ощущали нарастание сложности выполняемых упражнений, испытывали положительные эмоции от переживания собственного успеха в учении, были заняты напряженной творческой работой. Дети должны получить возможность раскрыть и проявить свои способности, свой личностный потенциал. Поэтому при разработке тем или плана занятий педагог учитывает уровень подготовки и интересы каждого ребёнка из группы.

Тип занятия – комбинированный.

Цель - приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие их творческих способностей. Раскрытие и развитие индивидуальных способностей в каждом ребенке, формируя их личность. Изучить более сложные базовые элементы хип-хоп культуры, научиться применять их на практике.

Задачи:

Обучающие:

- научить детей двигаться под музыку, передавая ее динамические и ритмические нюансы;
- освоить различные дисциплины хореографии: виды танцев, ритмику, гимнастику, и т.п.
- научить детей работать одновременно несколькими частями тела.
- научить детей работать в разных скоростных дорожках.

Развивающие:

- развить у детей интерес к танцу как к виду искусства в целом;
- развить творческие способности и воображение у детей с использованием творческих заданий и конкурсов, зажечь актерские качества;
- выработать у обучающихся способность творчески создавать свой "образ" танца в соответствии со своими индивидуальными качествами;
- развить хореографические способности детей, умение владеть своим телом.
- развить у детей музыкальный слух

Воспитательные:

- воспитать выносливость, дисциплину, умение учитывать интересы коллектива;
- воспитать гармонично развитую, культурную и творчески активную личность;

-воспитать общение между детьми, детьми разного возраста, детьми и взрослыми, тренером и учениками.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2.1 Учебный план

Учебный план 1 года обучения программы «Уличные танцы. Профи.» (LUCKY)

| № п/п | | Количество часов | | | Форма контроля, аттестации |
|-------------------|--|------------------|----------|-------|---|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1.Раздел 1 | | | | | |
| 1.1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 2 | 0 | 2 | Входное тестирование |
| 1.2 | Базовые элементы | 6 | 104 | 110 | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. |
| 2.Раздел 2 | | | | | |
| 2.1 | Основы музыкальных ритмов | 2 | 10 | 12 | Обсуждение, опрос |
| 3.Раздел 3 | | | | | |
| 3.1 | Упражнения на растяжку | 2 | 26 | 28 | Наблюдение, обсуждение |
| 4.Раздел 4 | | | | | |
| 4.1 | Общефизическая подготовка | 0 | 28 | 28 | Наблюдение, обсуждение |
| 5.Раздел 5 | | | | | |
| 5.1 | Изучение хореографической постановки | 2 | 32 | 34 | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. |
| 6.Раздел 6 | | | | | |
| 6.1 | Итоговое занятие | 0 | 2 | 2 | Наблюдение, обсуждение |
| Итого: | | 14 | 202 | 216 | |

Содержание учебного плана.

Раздел 1.

1.1 Вводное занятие. Техника безопасности. 2 часа.

Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических данных.

1.2 Базовые элементы. 110 часов.

Развитие чувства ритма и музыкальности. Знакомство с танцевальным стилем Хип-Хоп, как представителем целой Хип-Хоп культуры. Познакомить учащихся с основными этапами развития Хип-Хоп культуры. Познакомить детей с Хип-Хоп музыкой. Заинтересовать учащихся этим современным танцевальным направлением.

Теория (6 часов). Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг, диагональ, клин). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающих движение красивыми и грациозными.

Практика (104 часа). Музыкально-ритмические упражнения – кач в различных музыкальных скоростях и рисунках, ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с мягкими коленями, поднимая. Построения и переходы в простейшие фигуры.

Раздел 2.

2.1 Основы музыкальных ритмов. 12 часов.

Теория (2 часа). Понятия: такт, сильная и слабая доля.

Практика (10 часов). Основные музыкальные размеры 2,4,6,8, выделение сильной доли, понятие паузы, движение в заданных размерах. Разбор звуков в различных музыкальных композициях.

Раздел 3.

3.1 Упражнения на растяжку. 28 часов.

Теория (2 часа). Обсуждение и запоминание правильного выполнения упражнений.

Практика (26 часов). Упражнения, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Раздел 4.

4.1 Общая физическая подготовка. 28 часов.

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Упражнения на ловкость и координацию.

Раздел 5.

5.1 Изучение хореографической постановки. 34 часов.

Теория (2 часа). Правила поведения на сцене. Перестроение в рисунки на сцене.

Практика (32 часа). Изучение танцевальных блоков и объединение их в номера, постановка танцевальных групп. Начиная с первого года обучения, дети пробуют выходить на сцену, участвовать в соревнованиях в таких номинациях как группы, так и дуэты и соло. Подготовка к этим мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов.

Раздел 6.

6.1 Итоговое занятие. 2 часа.

Практика (2 часа). Протанцовка всех изученных элементов.

Планируемые результаты обучения:

Предметные:

- будут знать назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
- будут знать ритмическое строение музыки, ее размер, части и фразы;
- будут знать танцевальные шаги и ритмические движения;
- будут уметь правильно держать корпус;

Личностные:

- разовьют навыки общения, коммуникативные компетентности;
- повысят культурный уровень;
- разовьют чувство настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за порученное дело;

Метапредметные:

- будут уметь применять полученные знания на практике;
- будут уметь работать в коллективе и учитывать общие интересы группы;
- смогут получать информацию из различных источников;

2.2 Календарный учебный график

Приложение 1. Таблица 1.

2.3 Учебный план

Учебный план 2 года обучения программы «Уличные танцы. Профи.» (LUCKY)

| № п/п | | Количество часов | | | Форма контроля, аттестации |
|-------------------|------------------|------------------|----------|-------|----------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1.Раздел 1 | | | | | |
| 1.1 | Вводное занятие. | 2 | 0 | 2 | Входное |

| | | | | | |
|-------------------|--------------------------------------|----|-----|-----|--|
| | Техника безопасности | | | | тестирование |
| 1.2 | Базовые элементы | 8 | 104 | 112 | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. |
| 2.Раздел 2 | | | | | |
| 2.1 | Основы музыкальных ритмов | 0 | 8 | 8 | Обсуждение, опрос |
| 3.Раздел 3 | | | | | |
| 3.1 | Упражнения на растяжку | 0 | 30 | 30 | Наблюдение, обсуждение |
| 4.Раздел 4 | | | | | |
| 4.1 | Общезначительная подготовка | 0 | 34 | 34 | Наблюдение, обсуждение |
| 5.Раздел 5 | | | | | |
| 5.1 | Изучение хореографической постановки | 0 | 28 | 28 | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. |
| 6.Раздел 6 | | | | | |
| 6.1 | Итоговое занятие | 0 | 2 | 2 | Наблюдение, обсуждение |
| Итого: | | 10 | 206 | 216 | |

Содержание учебного плана.

Раздел 1.

1.1 Вводное занятие. Техника безопасности. 2 часа.

Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки.

1.2 Базовые элементы. 112 часов.

Теория (8 часов). История хип-хопа, использование докладов, представление видеоматериалов по теме, ведущих мировых и российских танцоров и видео выступления с чемпионатов мира и ОРТО (Общероссийская Танцевальная Организация). История возникновения стилей хип-хопа - Хаус, локинг, нью стайл, паппинг, брейкинг. Каждый из этих направлений имеет характерные особенности:

Хип-хоп (New style) – самый артистичный из всех направлений хип-хопа. Основной задачей танцора является «обыграть» звучащую композицию.

Хаус (House) – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов, сложной координации.

Локинг (Locking) – сложные координационные движения рук и корпуса на

высокой скорости.

Паппинг (Popping) – стиль, построенный на умении изолировать части тела, «ставить точки» при помощи сокращения мышц, а также сложная пластика с множеством элементов из верхнего брейка.

Брейкинг (Breaking) – силовой танцевальный стиль, в котором необходим особенный подход и умение владеть базовыми силовыми элементами (держат свое тело на руках: уголок, равновесие, «фризы», т.е. замирания тела в партере).

Практика (104 часа). Изучение базовых шагов и техник. Исполнение различных комбинаций. Все практические занятия проводятся под музыкальное сопровождение, каждый стиль рассматривается отдельно, начиная с танцевальной разминки, изучения основных базовых элементов стиля, принципов движения, заканчивая составлением, изучением и отработкой композиции по изучаемому стилю хип-хопа. Для наглядного примера используются видеоматериалы.

Раздел 2.

2.1 Основы музыкальных ритмов. 8 часов.

На втором году обучения дети под любую новую музыку передают настроение, ритм и динамику через свой наработанный опыт и отработанные комбинации занятий и выученных танцев. Особенно учитывается в сольном выходе (так называемой импровизации) в номинациях: музыкальность, артистизм, креативность, универсальность и индивидуальность. Разрешается привнесение своего видения танца и свободы движений.

Раздел 3.

3.1 Упражнения на растяжку. 30 часов.

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

Раздел 4.

4.1 Общая физическая подготовка. 34 часов.

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Упражнения на ловкость и координацию.

Раздел 5.

5.1 Изучение хореографической постановки. 28 часов.

Перестроение в рисунки на сцене. Изучение танцевальных блоков и объединение их в номера, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Начиная со второго года обучения, дети пробуют выходить на сцену и

участвовать в соревнованиях не только в номинациях группы и соло, но и дуэты. Подготовка к этим мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов.

Раздел 6.

6.1 Итоговое занятие. 2 часа.

Практика (2 часа). Подведение итогов за год. Показ всех, выученных элементов за прошедший учебный год

2.4 Календарный учебный график

Приложение 1. Таблица 2.

Планируемые результаты обучения:

Предметные:

- расширят и обогатят опыт в разнообразных видах творческой деятельности, включая информационно-коммуникационные технологии;
- освоение знаний о хореографии;
- овладеют практическими умениями и навыками для реализации собственного творческого потенциала;

Личностные:

- формирование целостного представления о хореографическом мире;
- разовьют музыкально- эстетическое чувство;
- усовершенствуют художественный вкус;

Метапредметные:

- разовьют умение выступать перед аудиторией;
- ставить перед собой задачи и уметь планировать, прогнозировать, контролировать, корректировать процесс выполнения задачи и достигать цели с учетом поставленных сроков;
- разовьют интерес не только к творческой деятельности в коллективе, но и к творчеству других исполнителей;

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа включает в себя применение следующих пед. технологий:

- здоровье сберегающую технологию (укреплению здоровья, формированию культуры здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе).
- технологию личностно-ориентированного обучения (специальная методика организации учебно-воспитательного процесса, нацеленная на развитие личности ребенка с учетом ее индивидуальных особенностей развития, при которой педагог подбирает стиль и методы обучения, которые отвечают познавательным способностям, возможностям и интересам ребенка).

- технологию индивидуализации обучения (организация учебного процесса, при которой индивидуальный подход и индивидуальная форма обучения являются приоритетными).
- групповую технологию (технология обучения, при которой ведущей формой учебно-познавательной деятельности учащихся является групповая).
- коммуникативную технологию обучения (совокупность методов, способов и средств общения между людьми, возникающих в результате информационного обмена).

3.1 Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение.

Специально оборудованный танцевальный класс:

- на стенах зеркала и пол со специальным покрытием
- комната для переодевания;
- аудио аппаратура (музыкальный центр);
- окна для регулярного проветривания;
- видео- проектор;
- экран;
- переносной ноутбук;

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Для реализации программы необходимо создание следующих организационно-педагогических условий (оптимальный режим образовательных нагрузок для каждого обучающегося);

- учёт индивидуальных особенностей ребёнка;
- соблюдение комфортного психо- эмоционального режима;
- использование современных педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных для оптимизации образовательного процесса, повышения его эффективности, доступности;
- здоровьесберегающие условия (оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок детей, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм).

Психологические и физиологические особенности программы:

В этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений. Развитие нервной и сердечно-сосудистой систем не всегда успевает за

интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению. Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

3.2 Формы контроля и аттестации

Входное тестирование- беседа с ребенком и родителями.

Наблюдение- форма контроля, при которой педагог оценивает развитие и успеваемость как индивидуально каждого обучающегося, так и группы в целом.

Обсуждение- форма контроля, при которой происходит взаимодействие педагога, обучающегося, а также обучающихся между собой. Исправление ошибок в теории. Так же, при этой форме контроля ребенок учится правильно и грамотно выражать свои мысли.

Анализ творческих работ- проработка ошибок, недочетов и усложнений, которые используются или могли бы использоваться обучающимися в процессе работы.

Опрос- теоретическое или письменное тестирование по заданным темам.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

-методическая разработка на тему «методика изучения базовых элементов хип-хоп культуры». Приложение 2.

У. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

Диагностика учащихся включает в себя:

1. Мониторинг результатов обучения учащихся по программе (проводится на входящей, промежуточной диагностике и итоговой диагностике на конец года).

Оцениваются:

1) Обученность по отдельным отраслям знания:

-Теоретическая подготовка (что должен знать учащийся);

-Практическая часть (что должен уметь учащийся);

2) Сформированность общеучебных умений и навыков:

-Учебно-интеллектуальные умения;

-Учебно-коммуникативные умения;

-Учебно-организационные умения;

2. Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения программы (определение уровня воспитанности учащихся проводится на начало и конец учебного года).

Оцениваются:

1) Организационно-волевые качества;

2) Ориентационные свойства личности;

3) Поведенческая характеристика;

3. Психолого-педагогическая диагностика учащихся в процессе освоения ими программы (проводится на начало и конец учебного года).

Психолого-педагогическая диагностика позволяет определить:

1) Уровень развития креативной сферы личности учащегося;

2) Уровень развития эмоционально-волевой сферы личности учащегося;

3) Уровень ценностно-мотивационной сферы личности учащегося;

Данная диагностика позволяет проследить развитие личностных качеств как каждого учащегося, так и всего коллектива в целом.

4. Мониторинг достижений учащихся (проводится в середине года и на конец учебного года).

Отслеживается участие учащегося в рейтинговых мероприятиях, конкурсах, турнирах и т.д. различного уровня. Результативность дифференцируется на:

1) Участник;

2) Победитель (2,3 место);

3) Призер (1 место);

Уровни:

1) Межрегиональный

2) Всероссийский;

3) Международный;

VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Уличные танцы. Профи.» (LUSKY) разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989г).
2. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ №273);
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (далее – Концепция).
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.
8. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106, зарегистрированы в Минюсте России 2 февраля 2011 г., регистрационный номер 19676).
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
10. Приложение к приказу №115 от 01.03.2016 года Минобрнауки Ростовской области «Региональные рекомендации к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СП.).
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

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

Список используемой литературы интернет сайты и видео материалы для педагога:

1. Дарья Нестерова: Самоучитель по танцам хип-хоп. 2011г.
2. Сироткина Ирина. «Свободное движение и пластический танец в России». 2012г.
3. Гавликовский Н.Л. «Руководство для изучения танцев»2010г.
4. Леймонт Кларк «Би-бои. История для детей о происхождении хип-хопа (5 элементов хип-хопа). Том 2. 2013г.
5. Андер Мартин «книга хип-хоп совет» 2012г.
6. Хук Диджей «Уличный танец: лучшие движения» 2015г.
7. Видеокурсы западных школ по современному танцу, материалы семинаров и мастер-классов ведущих педагогов России, Европы и Америки.

Список используемой литературы интернет сайты и видео материалы для учащегося:

1. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп».
2. Элис Броунинг Миллер, Кэрол Блэкмэн "Упражнения на растяжку" Изд. "Гранд" М. 2003
3. Ссылки в группе на сайте вконтакте.
4. Видео с соревнований и конкурсов, где участвуют учащиеся танцевальной студии.

VII. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1
Таблица 1

**Календарный учебный график
«Уличные танцы. Профи.» (LUCKY) 1 год обучения.
Место проведения МБУ ДО Эколого-биологический центр.**

| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Форма занятия | Форма контроля | Примечание |
|----------|------|---|--------------|------------------|--|------------|
| 1 | | Вводное занятие. Набор в группу, инструктаж по охране труда и ТБ Введение в образовательную программу: цели, задачи, режим занятий. | 2 | групповая | Входное тестирование | |
| 2 | | Разминка. Упражнения на разогрев корпуса. Голова, плечи, руки, ноги, грудная клетка, корпус, таз, колени. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 3 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 4 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. Теория. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 5 | | Разминка. Постановка корпуса. Танцевальный шаг – степ (в разных направлениях, комбинациях, уровнях и точках) | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 6 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | | | | творческих работ. | |
| 7 | | Разминка. Теория. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 8 | | Разминка. Понятие – Изоляция. Упражнения на изоляцию голова, грудная клетка, корпус, таз, колени, ступни. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 9 | | Разминка. Разбор музыкальных треков на звуки. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 10 | | Разминка. Танцевальные степы и сочетание их между собой. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 11 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 12 | | Разминка. Теория на тему направлений рук в танце. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 13 | | Разминка. Направления рук в танце. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 14 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 15 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 16 | | Разминка. Комбинации ранее изученных шагов со сменой положения рук. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|-----------|--|--|
| 17 | | Разминка. Изучение силового элемента бейби фриз. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 18 | | Разминка. Изучение силового элемента бейби фриз. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 19 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 20 | | Разминка. Кач спиной «Волна» вперед и назад под музыку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 21 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 22 | | Разминка. Теория. Основные виды соревнований. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 23 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 24 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 25 | | Разминка. Принцип исполнения движений – Изоляция (грудная клетка, таз, ступни) | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 26 | | Разминка. Теория. Основные понятия и принципы исполнения движений. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| 27 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 28 | | Разминка. Понятие о плоскостях в танце. Упражнения на изоляцию. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 29 | | Разминка. Выделение различных групп мышц. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 30 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 31 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 32 | | Разминка. Применение навыков расслабления и сокращения мышц в танце. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 33 | | Разминка. Импровизация в середине зала. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 34 | | Разминка. Упражнения на подвижность суставов (голова, локти, колени, стопы). | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 35 | | Разминка. Отработка силового базового движения бейби фриз. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 36 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |

| | | | | | |
|----|--|---|-----------|--|--|
| 37 | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 38 | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 39 | Разминка. Проработка техник и направлений рук по уровням. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 40 | Разминка. Импровизация с ходьбой по залу. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 41 | Разминка. Изучение базового движения альф. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 42 | Разминка. Проработка базового движения альф по точкам и уровням. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 43 | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 44 | Разминка. Джем. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 45 | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 46 | Разминка. Теория. Элемент волна руками. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 47 | Разминка. Упражнение- изоляция под | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|------------------|--|--|
| | | различные звуковые дорожки. | | | | |
| 48 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 49 | | Разминка. Элемент волна руками. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 50 | | Разминка. Проработка основных видов шагов с раскачкой спины с ходьбой по залу. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 51 | | Разминка. Изучение элемента волна телом. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 52 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 53 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 54 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 55 | | Разминка. Изучение базового движения лайт фит. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 56 | | Разминка. Использование базового движения лайт фит в импровизации. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 57 | | Разминка. Постановочная | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | работа. | | | анализ творческих работ. | |
| 58 | | Разминка. Джем. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 59 | | Разминка. Упражнение-изоляция под различные звуковые дорожки. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 60 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 61 | | Разминка. Изучение базового движения пин дроп. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 62 | | Разминка. Элемент-волна телом в сторону. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 63 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 64 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 65 | | Разминка. Закрепление базового движения пин дроп. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 66 | | Разминка. Элемент-волна с ходьбой по залу. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 67 | | Разминка. Использование базового движения | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | пин дроп в импровизации. | | | творческих работ. | |
| 68 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 69 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 70 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 71 | | Разминка. Изучение базового движения индиан степ. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 72 | | Разминка. Повторение базового движения индиан степ. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 73 | | Разминка. Закрепление базового движения индиан степ. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 74 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 75 | | Разминка. Основы музыкальных ритмов (основные звуки). | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 76 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 77 | | Разминка. Основы музыкальных ритмов (второстепенные звуки). | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 78 | | Разминка. Использование базового движения индиан степ в | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих | |

| | | | | | | |
|-----------|--|--|----------|------------------|--|--|
| | | импровизации. | | | работ. | |
| 79 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 80 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 81 | | Разминка. Изучение базового движения барт симпсон. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 82 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 83 | | Разминка. Закрепление базового движения барт симпсон. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 84 | | Разминка. Импровизация на соревнования ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 85 | | Разминка. Использование базового движения барт симпсон в импровизации. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 86 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 87 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 88 | | Разминка. Сочетание ранее изученных базовых движений. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | |
|----|--|---|-----------|--|--|
| 89 | Разминка. Творческое задание: протанцевать ранее изученные базовые движения по точкам и уровням танцевального пространства. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 90 | Разминка. Основы музыкальных ритмов. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 91 | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 92 | Разминка. Импровизация на соревнования ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 93 | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 94 | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 95 | Разминка. Батл. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 96 | Разминка. Творческое задание: изменение элемента в ранее изученных базовых движениях. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 97 | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 98 | Разминка. Закрепление базовых движений с помощью импровизации в джеме. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | |
|------------|--|----------|------------------|--|--|
| 99 | Разминка. Импровизация на соревнования ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 100 | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 101 | Разминка. Закрепление всех изученных за учебный год элементов с помощью импровизации в джеме. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 102 | Разминка. Импровизация на соревнования ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 103 | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 104 | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 105 | Разминка. Импровизация в середине зала. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 106 | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 107 | Разминка. Импровизация на соревнования ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 108 | Итоговое занятие. Подведение итогов за год. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |

Таблица 2

**Календарный учебный график
«Уличные танцы. Профи.» (LUCKY) 2 год обучения.**

| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Форма занятия | Форма контроля | Примечание |
|--------------|-------------|---|---------------------|----------------------|--|-------------------|
| 1 | | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и ТБ Введение в образовательную программу: цели, задачи, режим занятий. | 2 | групповая | Входное тестирование | |
| 2 | | Разминка. Теоретическое занятие на тренировку памяти с ранее изученными базовыми элементами. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 3 | | Разминка. Практическое занятие на тренировку памяти с ранее изученными базовыми элементами. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 4 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 5 | | Разминка. Просмотр видео материалов на тему slow motion. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 6 | | Разминка. Общесфизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 7 | | Разминка. Импровизация. Теория. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ | |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|-----------|--|--|
| | | | | | творческих работ. | |
| 8 | | Разминка. Импровизация. Практика. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 9 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 10 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 11 | | Разминка. Изучение техники slow motion. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 12 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 13 | | Разминка. Творческое задание на тему техники Slow Motion. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 14 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 15 | | Разминка. Акробатический элемент колесо. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 16 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 17 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| 18 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 19 | | Разминка. Джем на тему использование техники Slow motion в импровизации. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 20 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 21 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 22 | | Разминка. Акробатический элемент колесо. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 23 | | Разминка. Изучение техники- жесты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 24 | | Разминка Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 25 | | Разминка. Упражнение на музыкальность. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 26 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 27 | | Разминка. Прорабатывание техники «жесты» в различных музыкальных треках. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 28 | | Разминка. Изучение степа с перескоком. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | | | | творческих работ. | |
| 29 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 30 | | Разминка. Изучение техники «петли». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 31 | | Разминка. Творческое задание: придумать связку с использованием техники «петли». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 32 | | Разминка. Постановочная работа | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 33 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 34 | | Разминка. Джем. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 35 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 36 | | Разминка. Упражнение на музыкальность. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 37 | | Разминка. Творческое задание: показать прожитый день в технике slow motion. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 38 | | Разминка. Сочетание техники «скорости» в разных частях тела. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| 39 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 40 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 41 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 42 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 43 | | Разминка. Изучение базового движения «Paper Sit» | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 44 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 45 | | Разминка. Закрепление базового движения «Paper Sit». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 46 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 47 | | Разминка. Изучение базового движения «Type Writer» | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 48 | | Разминка. Закрепление базового движения «Type Writer». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 49 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| 50 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 51 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 52 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 53 | | Разминка. Изучение танцевальных движений и положений в партере. Часть 1. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 54 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 55 | | Разминка. Изучение танцевальных движений и положений в партере. Часть 2. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 56 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 57 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 58 | | Разминка. Творческое задание на тему партер. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 59 | | Разминка. Изучение кача грудной клеткой. Быстрый, медленный, широкий, узкий, в | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|-----------|--|--|
| | | разные стороны, удар грудной клеткой.) Часть 1. | | | | |
| 60 | | Разминка. Джем на тему партер. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 61 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 62 | | Разминка. Отработка кача грудной клеткой. Быстрый, медленный, широкий, узкий, в разные стороны, удар грудной клеткой). | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 63 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 64 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 65 | | Разминка. Упражнение на музыкальность. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 66 | | Разминка. Джем на тему кача грудной клеткой. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 67 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 68 | | Разминка. Изучение базового движения «Chicken Neck». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 69 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| 70 | | Разминка. Импровизация на соревнованиях ОРТО. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 71 | | Разминка. Закрепление базового движения «Chicken Neck». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 72 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 73 | | Разминка. Джем на тему использования базового движения «Chicken Neck». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 74 | | Разминка. Вариации ухода в партер (Go down) | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 75 | | Разминка. Просмотр видео материалов с последних турниров и соревнований. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 76 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 77 | | Разминка. Джем а тему ухода в партер. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 78 | | Разминка. Общесфизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 79 | | Разминка. Творческое занятие на тему «Удержание взгляда на сцене». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | Часть 1. | | | | |
| 80 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 81 | | Разминка. Творческое занятие на тему «Удержание взгляда на сцене». Часть 2. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 82 | | Разминка. Творческое занятие на музыкальность. | 2 | групповая | Обсуждение, опрос | |
| 83 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 84 | | Разминка. Работа в парах (зеркало). Часть 1. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 85 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 86 | | Разминка. Работа в парах (зеркало). Часть 2. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 87 | | Разминка. Джем на тему «удержание взгляда на сцене». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 88 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 89 | | Разминка. Постановочная работа. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|-----------|--|--|
| | | | | | творческих работ. | |
| 90 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 91 | | Разминка. Изучение степов со скольжением в партере. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 92 | | Разминка. Изучение техники «центр притяжения (магнит). | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 93 | | Разминка. Джем на тему техники «центр притяжения (магнит)». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 94 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 95 | | Разминка. Постановочная работа | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 96 | | Разминка. Изучение техники «небо и земля». | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 97 | | Разминка. Джем на тему техники «небо и земля» | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 98 | | Разминка. Общефизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 99 | | Разминка. Импровизация. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |

| | | | | | | |
|------------|--|--|----------|------------------|--|--|
| 100 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 101 | | Разминка. Закрепление ранее изученных базовых движений. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 102 | | Разминка. Закрепление ранее изученных техник. Часть 1. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 103 | | Разминка. Закрепление ранее изученных техник. Часть 2. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 104 | | Разминка. Постановочная работа. Дуэты. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 105 | | Разминка. Упражнения на растяжку. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 106 | | Разминка. Общefизическая подготовка. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |
| 107 | | Разминка. Джем на тему «базовые движения и техники в танце» | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение, анализ творческих работ. | |
| 108 | | Итоговое занятие. | 2 | групповая | Наблюдение, обсуждение | |