

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 3
Тутаевского муниципального района

Согласовано
на заседании МС
Протокол № _____
«__» _____ 2023 г.



Грачёва Н.А.
_____ 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Развитие творческих способностей детей в процессе обучения
танцевальному искусству «Брейк-данс»

Направленность программы – Художественная

Возраст обучающихся - 6-14 лет

Срок реализации – 1 год, 144 часа

Составитель:
Панов Е.Д.

Тутаев, 2023 г.

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 3
Тутаевского муниципального района**

Согласовано
на заседании МС
Протокол № _____
« ___ » _____ 2023 г.

Утверждаю
Директор школы:
_____ /Грачёва Н.А.
« ___ » _____ 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Развитие творческих способностей детей в процессе обучения
танцевальному искусству «Брейк-данс»**

Направленность программы – Художественная
Возраст обучающихся - 6-14 лет
Срок реализации – 1 год, 144 часа

Составитель:
Панов Е.Д.

Тутаев, 2023 г.

Пояснительная записка

Актуальность

Актуальность программы обусловлена необходимостью осуществления физического и психического развития детей средствами музыкально - танцевальной деятельности, которая имеет целью активизировать музыкальное восприятие детей через движение, привить им навык осознанного отношения к музыке, помочь выявить их музыкальные и творческие способности.

«Брейк-данс» - это танец, который относится к хип-хоп культуре, и внутри неё называется «Брейкинг». С 2018 года входит в состав Олимпийских видов спорта. В 2024 году дебютирует на взрослых Олимпийских играх в Париже. Это современный демократический танец, уходящий корнями в традиции американской культуры, который стал активно развиваться и адаптироваться к местным культурным условиям и потребностям молодёжной аудиторией во всем мире. В России также возникли свои течения и направления «Брейкинга». Каждый ребёнок может заниматься этим видом танца независимо от уровня его физической подготовленности или уровня музыкального образования, так как брейкинг позволяет развить музыкальность, ритмичность, спортивность, и позволяет ребёнку проявить себя даже на начальных стадиях обучения

«Брейк-данс» (Брейкинг) - это танец, в котором развиваются все группы мышц, что подразумевает гармонично развитое тело, умение красиво двигаться, выполняя зрелищные элементы брейкинга, умение чувствовать музыку - умение владеть своим телом.

Дети от 6 лет и старше продолжают реализовывать свой общий потенциал развития во всех личностных аспектах: физическом, эмоционально-психологическом, интеллектуальном. Они познают окружающий мир, постепенно приобретают новые личностные, социальные, предметные и метапредметные компетенции. В том числе, на занятиях по брейкингу, дети познают и развивают своё тело, овладевают координацией движений и действий; учатся позитивным и конструктивным формам парного и группового общения, обретают опыт толерантности по отношению к различным индивидуальным и историко-культурным особенностям; осваивают стилевые элементы разных танцевальных культур и совершенствуют мыслительные процессы, связанные с анализом, сравнением, синтезом, а также развитием памяти, внимания, терпения. Особое внимание уделяется педагогом на индивидуально-личностные особенности каждого ребенка, разрабатываются различные комплексы упражнений и методы их преподавания для детей, в зависимости от их особенностей.

Цель программы

Формирование навыков танцевальных движений современного направления «Брейк-данс», развитие музыкальных и творческих способностей детей, воспитание самостоятельной, активной, уверенной в своих силах личности посредством танца и ОФП, укрепление общего состояния здоровья, развитие координации движений, формирование правильной осанки.

Задачи программы

В области развития личностных компетенций -

- способствовать гармонизации процессов роста, развитию творческого потенциала ребёнка;
- развивать эмоциональную сферу;
- развивать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- развивать наблюдательность, воображение, фантазию;
- способствовать развитию процессов самопознания и саморазвития;
- развивать психологическую уверенность в собственной социальной значимости.

Для детей 6-13 лет

В области освоения предметных компетенций -

- способствовать знакомству детей с танцевальными направлениями, видами музыки, развивать интерес к хореографическому искусству, знакомить с историей танца;
 - способствовать общефизическому развитию, развитию и укреплению костно-мышечного аппарата;
 - развивать выносливость, координацию, танцевальную выразительность;
 - развивать слух, чувство ритма, интонационное мышление;
 - развивать эмоциональную отзывчивость к музыке, способность слушать музыку и передавать ее в движении;
 - развивать умение ориентироваться в пространстве;
- способствовать развитию внимания, быстроты реакции, чуткого и внимательного отношения к партнёрам;
- освоить основные базовые танцевальные направления, простые элементы танца.
 - освоить импровизации в танце;
 - освоить основные базовые танцевальные направления, простые и сложные

элементы танца,

- формировать собственный стиль, включающий в себя:

о ознакомление с основами Брейкинга, о обучение восприятию Брейкинга, о развитие памяти движений, о овладение умением исполнять движения в комбинации, о развитие игровой свободы действий в обыгрывании танца на сцене.

Продолжительность программы

Срок реализации программы – 1 год.

Форма обучения: групповая.

Режим занятий:

Возраст 6-14 (Новички) 2 занятия в неделю, по 2 часа, с перерывом 10 минут.

Возраст 6-11 (Младшие) 2 занятия в неделю, по 2 часа, с перерывом 10 минут.

Возраст 11-14 (Средние), 2 занятия в неделю, по 2 часа, с перерывом 10 минут.

Новички: 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц общее количество за 1 год - 144 часа.

Младшие: 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц общее количество за 1 год - 144 часа.

Средние: 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц общее количество за 1 год - 144 часа.

Продолжительность занятия - *учебное время* 1 академический час - 45 минут, перерыв, проветривание, 2 академический час- 45 минут.

Структура проведения занятия определяется в соответствии с возрастом детей и требованиями СанПиН:

- для детей 6-14 лет: 5 минут - организационный момент, 25 минут образовательная деятельность(теория), 10 минут - динамическая пауза, 1 час 5 минут практическая деятельность (разминка, отработка движений).

- для детей 6-11 лет: 5 минут - организационный момент, 25 минут образовательная деятельность(теория), 10 минут - динамическая пауза, 1 час 5 минут практическая деятельность (разминка, отработка движений).

- для детей 11-14 лет: 5 минут - организационный момент, 30 минут образовательная деятельность(теория), перерыв 5 минут, 1 час 5 минут практическая деятельность(разминка, отработка движений).

Требования к результату усвоения программы

Дети 6-14 лет при условии успешной реализации программы:

- будут уметь соблюдать требования к внешнему виду на занятиях;
- будут знать и соблюдать единые требования по правилам поведения на занятии;

- будут знать о продуктивной форме выражения своего эмоционального состояния;
- будут знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- будут уметь телесно откликаться на динамические оттенки в музыке;
- будут уметь повторить заданный ритм хлопками, упражнениями;
- будут знать термины изученных направлений и их элементов;
- будут уметь координировать несложные движения;
- будут знать, как держаться правильно в кругу, на сцене;
- будут уметь исполнять несложные движения сольно и в группах;
- будут уметь выполнять простейшие базовые элементы:
 - Top rock (two step, salsa rock, indian step),
 - Foot work (от 1 шага до 10, baby love, kick out, kick spin),
 - Go down, (все базовые),
 - Freezes (shoulder freeze, baby freeze, air baby, elbow freeze, tower, nike freeze),
 - Power move (back spin, wind mill, swipe).

Дети 6-11 лет при условии успешной реализации программы:

- будут уметь соблюдать требования к внешнему виду на занятиях;
- будут знать и соблюдать единые требования по правилам поведения на занятии;
- будут знать о продуктивной форме выражения своего эмоционального состояния;
- будут знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- будут уметь телесно откликаться на динамические оттенки в музыке;
- будут уметь повторить заданный ритм хлопками, упражнениями;
- будут знать термины изученных направлений и их элементов;
- будут уметь координировать несложные движения;
- будут знать, как держаться правильно в кругу, на сцене;
- будут уметь исполнять несложные движения сольно и в группах;
- будут уметь выполнять простейшие базовые элементы:

- Top rock (two step, salsa rock, indian step),
- Foot work (от 1 шага до 10, baby love, kick out, kick spin),
- Go down, (все базовые),
- Freezes (shoulder freeze, baby freeze, chair, air baby, elbow freeze, tower, nike freeze),
- Power move (back spin, belly mills, wind mill, swipe, turtle).

Дети и подростки 11-14 лет при условии успешной реализации программы:

- будут уметь выполнять единые требования по правилам поведения на занятии;
- будут способен самостоятельно провести ритуал, направленный на создание дружественной атмосферы в группе и способен прокомментировать его значение;
- будут уметь выражать различные эмоциональные состояния в культурной форме, владеет развёрнутым словарём эмоций, соблюдать правила;
- будут уметь определять и описывать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- будут уметь телесно выразительно и разнообразно откликаться на динамические оттенки в музыке;
- будут уметь повторить сложный заданный ритм хлопками, упражнениями;
- будут уметь давать развёрнутую характеристику музыкальному произведению;
- будут знать термины и уровни изученных направлений и их элементов;
- будут уметь свободно ориентироваться в пространстве;
- будут уметь координировать движения;
- будут уметь держаться правильно в кругу, на сцене;
- будут уметь исполнять движения сольно и в группах;
- будут уметь выполнять все базовые элементы, таких направлений

как:

- Top rock
- Foot work
- Go down
- Freezes
- Power move
- Batls

- будут уметь выполнять танцевальные комбинации из выученных элементов;
- будут уметь красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и

комбинации;

- будут уметь формировать свой собственный стиль за счет изменения выученной базы, раскрывать свой стиль (исполнительскую индивидуальность).

Система оценки достижения планируемых результатов

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения на занятиях разных видов: учебные, зачетные, открытые, выездные.

На учебных, зачётных занятиях отслеживаются результаты по всем основным показателям программы: в области личностного развития, овладения предметными компетенциями.

На учебных занятиях основными формами отслеживания результатов является наблюдение и контроль правильности выполнения танцевальных элементов в конце занятия.

Контроль за освоением предметного уровня. Это - визуальный контроль за правильным исполнением изучаемых элементов:

- техническая правильность движения;
- чистота исполнения;
- образ, стиль сформированный танцором в процессе занятий, оригинальность;
- ведется контроль за умением выполнять элементы и комбинации под музыку

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Предлагаемая дополнительная образовательная программа рассчитана на детей от 6 до 14 лет.

За 3 месяца обучения - ознакомительный уровень.

Группы 1.(Новички) Возраст 6- 14 лет занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю; 16 часов за 1 месяц).

Группы 2.(Младшие) Возраст 6- 11 лет занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю; 16 часов за 1 месяц).

Группы 3. (Средние) Возраст 11- 14 лет занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю; 16 часов за 1 месяц).

Общий объем программы составляет часов: Группа 1: 144 часа, Группа 2: 144 часа, Группа 3: 144 часа.

Занятия проходят в группах по 10-15 человек.

Выбор индивидуальной стратегии обучения осуществляется в зависимости не только от природного таланта ребенка, но и его возрастных особенностей.

Нормативно-правовые основания программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 10 февраля 2015 г. № ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 17-26-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Адресность

Программа предназначена для работы с детьми 6-17 лет с учетом возрастных особенностей детей.

По программе могут заниматься как нормативные дети, так и дети с ОВЗ, и дети-инвалиды. В группы принимаются дети разных возрастов и категорий (ЗПР, ЗППР, ЗРР, РАС). Обязательна медицинская справка об отсутствии противопоказаний к занятиям танцами.

Занятия не рекомендуются детям с заболеванием сердца, верхних дыхательных путей, тяжелыми нарушениями опорно-двигательной системы. Группы формируются по возрастам:

- подготовительная группа - дети 6-14 лет;
- младшая группа - дети 6-11 лет;
- средняя группа - дети 11-14 лет;

Методика преподавания (в зависимости от возраста и уровня подготовки)

Начало занятия:

- для детей 6-14 лет: 5 минут - организационный момент, 25 минут образовательная

деятельность(теория), 10 минут - динамическая пауза, 1 час 5 минут практическая деятельность(разминка, растяжка, диагональ танцевальных элементов, показ новых движений и их отработка) .

- для детей 6-11 лет: 5 минут - организационный момент, 25 минут образовательная деятельность(теория), 10 минут - динамическая пауза, 1 час 5 минут практическая деятельность(разминка, растяжка, диагональ танцевальных элементов, показ новых движений и их отработка) .

- для детей 11-14 лет: 5 минут - организационный момент, 30 минут образовательная деятельность(теория), перерыв 5 минут, 1 час 5 минут практическая деятельность(разминка, диагональ танцевальных элементов, ОФП, показ новых движений и их отработка) .

Часть основных элементов брейк-данса:

- «**топ-рок**» или «ап-рок» - работа ног; танец-подготовка перед самим исполнением, каких либо трюков; считается частью верхнего брейк-данса, но не имеет границ фантазии и творчества.

- «**фут-ворк**» - работа ног, непосредственно на полу, с опорой на руки; основа нижнего брейка.

Имеются различные начальные комбинации со сменой ног в разных направлениях: «дорожка», «махи», «скрембл».

- «**фриз**» (силовое упражнение) – замирание; всевозможные положения тела, в какой либо стойке; на одной или двух руках, на локте, на голове.

- «**стайл**» - собрание выше перечисленных элементов в единую комбинацию.

- «**акробатика**» - акробатические элементы, начиная с простого кувырка, заканчивая различными кульбитами, сальто и фляками.

- «**трикс**» - является частью акробатики; исполнение стоек – «фризов» в различном их комбинирование, по несколько раз каждую.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

В процессе обучения в коллективе брейк-данса планируется участие обучающихся в городских, окружных, региональных и всероссийских фестивалях и чемпионатах по брейк-дансу и хореографии в целом, праздниках, районных, городских мероприятиях, а также просмотрах художественной самодеятельности различных уровней.

Учебно-тематический план для 1, 2 и 3 группы на 2022-2023 учебный год.

№	Раздел, тема	Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Вводное занятие	4	2	2
2	история развития брейк-данса	4	4	-
3	зарождение стилей в брейк-дансе	13	3	10
4	становление и развитие брейк-данса в России	4	4	-
5	брейк-данс в России; сходства и различия с другими странами	4	4	-
6	основные движения (элементы) в брейк-дансе (Windmill, fly, Six step, head spin, back spin)	42	10	32
7	проведение разминки	11	3	8
8	танцевальные комбинации	16	6	10
9	Упражнения нижнего брейка	14	6	8
10	Танцы в кругу (Jam, battle)	10	4	6
11	Упражнения на развитие чувства ритма и музыкальности	18	6	12
12	итоговые занятия	4	2	2
	Итого:	144	54	90

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие

Теория: беседа, собеседование с детьми и их родителями (по возможности) для разъяснения – что такое брейк-данс в целом, какая нужна форма для занятий, уточнение расписания занятий

2. Тема: история развития брейк-данса; беседа

Теория: беседа, рассказ, показ фильма

3. Тема: зарождение стилей в брейк-дансе; какие существуют стили, как, откуда и где они зародились, какие из них больше подходят для первого года обучения .

Теория: показ фильма, беседа

4. Тема: становление и развитие брейк-данса в России;

Теория: зарождение этого танца в России в целом, где и как его начали танцевать, первые Российские команды начавшие заниматься этим направлением танца в различных городах России

5. Тема: брейк-данс в России; сходства и различия с другими странами; специфика исполнения брейк-данса в России

Теория: известные Российские команды, сходства и различия с другими странами

6. Тема: ознакомление с основными движениями (элементами) в брейк-дансе (Windmill, fly, Six step, head spin, back spin).

Практика: начальные практические занятия, первые исполнения основ брейка

7. Тема: проведение разминки; одна из основных и главных тем, тщательное исполнение всех упражнений разминки, включающей в себя: разогрев, растяжку, силовые упражнения, подкачку всех мышц и различные стойки.

Практика: Освоение базовых элементов начального уровня различных стилей брейкданса.

8. Тема: танцевальные комбинации; непосредственное обучение основным элементам в брейк-дансе; как на верху, так и в партере; тщательная отработка каждого из них.

Практика: Освоение танцевальных комбинаций начального уровня различных стилей брейкданса.

9. Тема: итоговые занятия; открытые уроки – исполнение всего изученного в чистом виде на аудиторию.

Теория: устный и письменный опрос

Практика: показ танцевального номера в стиле брейк данс.

Итого:		16	16	16	16	16	16	16	16	16	144
---------------	--	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------

Воспитанники обучения за 1 год обучения должны знать:

- основные понятия и термины, применяемые в брейк-дансе;
- историческое развитие брейк-данса, особенности развития избранного вида танца;
- физиологические основы обучения двигательным действиям;
- возможности развития и совершенствования мышц посредством занятий по брейк-дансу;
- правила использования спортивного инвентаря;
- принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок для брейк-данса.

Техника постановки движений.

БРЕЙК-ДАНС

ТРИ ШАГА ОБУЧЕНИЮ FOOT WORK (работа ног)

Цель: обучить основам FOOT WORK в три шага.

- 1 шаг. Постановка осанки и правильного положения рук. Работа проводится с каждым воспитанником индивидуально.
- 2 шаг. Усвоение базовых движений FOOT WORK (SISTER, ZULY SPIN, INDIANA и др.).
- 3 шаг. Обучение ритму и такту при исполнении танцевальных элементов FOOT WORK.

ТРИ ШАГА ОБУЧЕНИЮ POWER MOVE (мощное движение)

Цель: обучить основам POWER MOVE в три шага.

- 1 шаг. Проведение инструктажа по технике безопасности.
- 2 шаг. Отработка правильных взмахов ног.
- 3 шаг. Просмотр видеоматериала в качестве наглядного примера исполнения движений POWER MOVE.

ТРИ ШАГА ОБУЧЕНИЮ POWER TRICKS (силовые трюки)

Цель: обучить основам POWER TRICKS в три шага.

- 1 шаг. Обучение логическому завершению движения и переходу на новое (FREEZ) с элементами акробатики.
- 2 шаг. Изучение акробатических элементов.
- 3 шаг. Тренировка и улучшение результатов по выполнению силовых трюков на выездных мероприятиях, батлах, чемпионатах.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Антропова М.В. Образование и здоровье школьников. Методические рекомендации для работников системы образования. М.,1988. – 236 с.
2. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. М.: Наука.1992. – 168 с.
3. Потапчук А.А. Осанка и физическое здоровье детей. Санкт-Петербург, 2001. – 258 с.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — М., 1968. – 326 с.
5. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. — М.—Воронеж: Ин-т практической психологии, НПО «МОДЭК», 1995. – 58 с.
6. Калмыкова З.И. Обучаемость и принципы построения методов ее диагностики // Проблемы диагностики умственного развития учащихся. — М., 1975. – 302 с.
7. Корчак Я. Педагогическое наследие. — М.: Педагогика, 1990.
8. Станиславский К.С. Режиссёрские экземпляры. - М: Искусство, 1983.- 464с.
9. Грин Х.Ж. «Анатомия танца», М., Попурри, 2014
10. Зайфферт Д. «Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. Учебное пособие», М., Лань, Планета музыки, 2015, 128 стр.
11. Козлов В.В., Гирмон А.Е., Веремеенко Н.И. «Интегративная танцевально-двигательная терапия», СПб.: Речь, 2006, 286 с.
12. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу», М., 2008

Электронный источник

<http://ibboy.ru/bboywiki.html>

1. <http://www.youtube.com/watch?v=JL1ufL2SP6Y>
2. http://www.youtube.com/watch?v=5Y_jLHgud_k
3. <http://www.youtube.com/watch?v=zrHv3KBXbmQ>
4. <http://www.youtube.com/watch?v=PTbo28Q9ZVc>
5. <http://www.youtube.com/watch?v=WF1dqp6IG4A>
6. <http://www.youtube.com/watch?v=tqBpPWWixOU>
7. <http://www.youtube.com/watch?v=KzTdry0OoEw>
8. <http://www.youtube.com/watch?v=D0ue5WwJU4M>
9. <http://www.youtube.com/watch?v=hmUWbQdTA5A>