



КОМИТЕТ ПО ДЕЛАМ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ДОСУГОВЫЙ ЦЕНТР «КРЕАТИВ» Г. ЧЕЛЯБИНСКА»  
ул. Пушкина, д. 48, г. Челябинск, 454091, тел.: (351) 214-30-10, mail@kreativcentr.ru  
ИНН 7453046052, КПП 745301001, ОКПО 42470406, ОГРН 1027403896409  
ЦентрКреатив.рф / kreativcentr.ru

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Научно-методическим советом  
МАУДО «Центр «Креатив».

Протокол № 2  
от 10.09.2019.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
Д. Б. Попов

10.09.2019

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Прайд. Хип-хоп»**

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:  
Беспалова Наталья Олеговна,  
педагог дополнительного образования

Челябинск, 2019

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Научно-методическим советом

МАУДО «Центр «Креатив».

Протокол № \_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

\_\_\_\_\_ Д. Б. Попов

\_\_\_\_\_

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Научно-методическим советом

МАУДО «Центр «Креатив».

Протокол № \_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

\_\_\_\_\_ Д. Б. Попов

\_\_\_\_\_

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Тип программы модифицированная  
(типовая, модифицированная, экспериментальная, авторская, адаптированная)

Образовательная область искусство  
(физическая культура, филология, математика, окружающий мир, искусство, технология, социальные науки)

Направленность художественная  
(техническая, естественно-научная, физкультурно-спортивная, художественная, туристско-краеведческая, социально-педагогическая)

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности  
модульная  
(комплексная, интегрированная, модульная, сквозная, узкопрофильная)

Способ освоения содержания программы репродуктивный творческий  
(репродуктивный, эвристический, исследовательский, творческий)

Уровень освоения содержания программы общеразвивающий  
(общеразвивающий, предпрофессиональный)

Уровень реализации программы начальное среднее общее  
(дошкольное, начальное, основное или среднее общее образование)

Форма реализации программы групповая индивидуальная  
(групповая, индивидуальная)

Продолжительность реализации программы четырёхгодичная  
(одногодичная, двухгодичная и др.)

Уровень сложности реализации программы стартовый базовый  
(стартовый, базовый, продвинутый)

Способ освоения содержания программы по особенностям контингента  
(для способных и одаренных детей, для детей с ОВЗ, др.)



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Прайд. Хип-хоп» является **модифицированной**, разработана на основе методических рекомендаций «Основы методики преподавания танца в стиле «Хип-хоп» (на примере творческого объединения «Dance Future») / Сост. А.А. Киреев, педагог дополнительного образования ГАОУДОД РК «РЦДО», С.Я. Фирсова, методист ГАОУДОД РК «РЦДО». – Сыктывкар, ГАОУДОД РК «РЦДО», 2012. – 20 с.

Программа **художественной направленности** предназначена для педагогов дополнительного образования и обеспечивает развитие хореографических данных у детей школьного возраста. Данная программа разработана на основании следующих нормативных правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2015) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва» Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;
- Федеральная целевая программа развития образования на 2016 - 2020 годы (утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.06.2013 №462 «Об утверждении порядка проведения самообследования образовательной организацией»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.12.2013 №1324 «Об утверждении показателей деятельности образовательной организации, подлежащей самообследованию» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.04.2014, регистрационный №31135
- Методических рекомендаций, разработанных Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет, ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование».

### Актуальность

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Прайд. Хип-хоп» объясняется объективной потребностью детей и подростков в развитии физических способностей, творческого потенциала и возможности самореализации. Хип-хоп культура в 21 веке служит своеобразным «мостом» в связи поколений, ввиду того, что популярность ее началась в России около 20 лет назад и сегодня остаётся востребованным направлением в развитии современной хореографии. Основные ценности хип-хоп культуры чётко сформулированы («Мир, любовь, единство и веселье») и в общем-то не противоречат системе человеческих ценностей. Таким образом, через обучение танцу хип-хоп культуры можно достичь взаимопонимания между взрослыми и детьми в сложный подростковый период, реализовать физическое,



эстетическое и нравственное воспитание в условиях максимальной заинтересованности обучающихся.

Программа предусматривает освоение танцевального направления хип-хоп, ознакомление с танцевальным направлением брейкинг, а также творческую самореализацию обучающихся, развитие социальных навыков и эстетического вкуса.

**Цель программы:**

Развитие творческих хореографических способностей обучающихся, посредством современного танца, обеспечивая воспитание гармоничной личности на основе общечеловеческих ценностей, способствующих успешной социализации в обществе.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- Обучение специальным техникам хореографии, танцевальным движениям различных стилей хип-хоп культуры;
- Ознакомление с теорией хореографического искусства, направлениями и стилями современного танца;
- Ознакомление с основными приемами и принципами создания танцевальной комбинации; актерским мастерством танцора;
- Ознакомление с музыкальными стилями, дать представление о драматургии танца;

**Развивающие:**

- Развитие мотивации к познанию и творчеству;
- Развитие навыка слышать музыку и согласовывать с ней свои движения;
- Развитие навыков выступления и участия в групповом танце (коллаборативные навыки - умение работать в команде, чувство ответственности)

**Воспитывающие:**

- Формирование представления о здоровом образе жизни;
- Воспитание позитивного отношения к окружающему миру, приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям, формирование нравственной культуры личности, и морально-волевых качеств;
- Воспитание социально значимых личностных качеств (целеустремленности, терпения, любознательности, дисциплины, доброжелательности);

**Основные принципы:**

принцип гуманности;  
принцип педагогической поддержки;  
принцип общечеловеческого развития;  
принцип интеграции различных школ и видов танца;  
принцип дифференцированного подхода.

**Ожидаемые результаты:**

Обучаясь по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Прайд. Хип-хоп» дети научатся чувствовать ритм, слышать музыку и согласовывать с ней свои движения, ориентироваться в музыкальных стилях. Одновременно смогут развивать физические возможности тела (пластику и осанку), актерские способности, социальные коммуникативные навыки (умения общаться, работать в коллективе).

**Срок реализации программы:** 4 года

**Возраст детей:** 10-17 лет.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план  
1 год обучения

Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>1. Введение, инструктаж по технике безопасности</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	
<b>2. Базовые основы гимнастики и акробатики</b>	<b>22</b>			
2.1 Актуальность применения	2	2	-	
2.2 Гибкость и пластика	2	-	2	Открытое занятие
А. Базовые упражнения на развитие гибкости	2	-	2	
Б. Базовые упражнения на развитие пластики	2	-	2	
2.3 Основные элементы	2	-	2	
А. Кувырок	4	-	4	
Б. Колесо	4	-	4	
В. Мостик	4	-	4	Зачетное занятие
<b>3. Кач и его применение</b>	<b>30</b>			
3.1 История зарождения и развития	2	2	-	
3.2 Развитие чувства ритма	4	2	2	
3.4 Базовые направления кача	14	2	12	
3.5 Отработка схем и комбинаций	6	2	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	2	-	2	
Б. Построение собственных схем стиля	2	-	2	Зачетное занятие
<b>4. Хип-хоп база</b>	<b>60</b>			
5.1 История зарождения и развития	2	2	-	
5.2 Развитие чувства ритма	4	2	2	
5.3 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
5.4 Базовые движения стиля	30	2	28	
5.5 Отработка схем и комбинаций	10	2	8	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	6	-	6	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Открытое занятие
<b>5. Актёрское мастерство</b>	<b>14</b>			
4.1 История зарождения и развития	2	2	-	
4.3 Развитие гибкости, гимнастических навыков	2	-	2	
4.3 Базовые упражнения	4	2	2	
4.5 Отработка упражнений	2	-	2	
А. Заданный этюд	2	-	2	
Б. Построение собственных этюдов	2	-	2	
<b>5. Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>14</b>	-	14	
<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	-	2	
<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>	



## Содержание учебного плана 1 год обучения

### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Современные тенденции развития танцевальной хип-хоп культуры.  
Определение состава коллектива, разъяснение принципа деятельности, особенностей тренировочного и репетиционного процессов, требований к форме одежды и обуви на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий, требований дисциплины и порядка.

Беседы об этике поведения на дискотеке, концерте, баттле.

Проведение показа танцевального материала, осваиваемого в процессе обучения по образовательной программе.

### Тема 2. Основы гимнастики (22 часа)

#### Теория

Актуальность применения основ гимнастики и акробатике в хип-хопе, особенности исполнения базовых элементов, история возникновения гимнастики в целом и её появления в уличных стилях.

#### Практика

Изучение базовых элементов гимнастики и акробатики, упражнения на развитие гибкости и пластики, которые позволят наиболее разнообразно двигаться в условиях импровизации и танцевальных этюдов. Подводящие упражнения, позволяющие наиболее быстро освоить базовые элементы.

#### Уровень освоения

Знать базовые движения гимнастики. Владеть техникой развития пластики и гибкости. Иметь представления о тенденциях мировой уличной хореографии.

#### Оборудование, дидактический материал

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео, гимнастические маты.

### Тема 3. Кач и его применение (30 часов)

#### Теория

История зарождения и объяснение его необходимости в танце как основополагающего явления танца хип-хоп.

Выделить и разъяснить основные стилистические особенности, его необходимость и возможности применения.

#### Практика

Азбука музыкального движения, темп и ритм музыки хип-хоп.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Базовые направления.

Применение кача в комбинации с простейшими движениями тела, шагами.

Составление простейших комбинаций.

#### Уровень освоения

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми направлениями кача, уметь менять их в процессе использования.

#### Оборудование, дидактический материал

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео, метроном.

### Тема 4. Хип-хоп база (60 часов)

#### Теория



История зарождения и развития базовых движений в хип-хопе.  
Выделить и разъяснить основные стилистические особенности данного танцевального стиля.

#### **Практика**

Работа корпуса. Упражнения на развитие гибкости позвоночника, шаговые движения, движения рук, движения ног, движения телом, растяжка, фиксация движений и поз. Комбинация движений, увеличение заноса движений.

Развитие гибкости, гимнастических навыков. Изучение базовых элементов данного стиля, составление на их основе базовых схем и комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Владеть базовыми движениями и уметь из них составлять схемы и комбинации.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 5. Актёрское мастерство (14 часов)**

#### **Теория**

История формирования теоретической основы актёрского мастерства, информация об основных школах и методах обучения.

Выделить и разъяснить необходимость освоения данного материала. Разъяснение правил поведения на сцене, театрального этикета. Изучить эмоциональные возможности человека и эмоциональную связь танцора и музыки.

#### **Практика**

Изучение простых упражнений на развитие мимики, телесных навыков, актёрской игры.

#### **Уровень освоения**

Владеть базовыми упражнениями и уметь применять их в танце. Иметь представление о данном подстиле.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 6. Постановочно-репетиционная работа (14 часов)**

#### **Практика**

Подготовка и представление подготовленных хореографических композиций на различных сценических площадках, внутри коллективных баттлах.

#### **Уровень освоения**

Умение работать командой. Владение основными связками и комбинациями для построения хореографических композиций.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Итоговое занятие (2 часа)**

Итоговое занятие предусматривает различные формы проведения:

1. День открытых дверей
2. Мини-концерт
3. Внутренний баттл
4. Дружеский «Джем»

**Учебный план  
2 год обучения**

Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>1. Введение, инструктаж по технике безопасности</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2. Базовые элементы гимнастики и акробатики</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	
2.1 Актуальность применения	2	2	-	
2.2 Гибкость и пластика	4	2	2	Открытое занятие
А. Базовые упражнения на развитие гибкости	2	-	2	
Б. Базовые упражнения на развитие пластики	2	-	2	
2.3 Основные элементы	10	-	10	
<b>3. Хип-хоп база (олд скул)</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	
3.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
3.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
3.4 Базовые движения стиля	10	-	10	
3.5 Отработка схем и комбинаций	4	2	2	
А. Базовые схемы и комбинации направления	4	-	4	
Б. Построение собственных схем направления	4	-	4	Зачетное занятие
<b>4. Хип-хоп база (миддл скул)</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	
4.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
4.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
4.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
4.3 Отработка схем и комбинаций	4	2	2	
А. Базовые схемы и комбинации направления	4	-	4	
Б. Построение собственных схем направления	4	-	4	
<b>5. Хип-хоп база (нюу скул)</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	
5.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
5.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
5.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
5.4 Отработка схем и комбинаций	4	2	2	
А. Базовые схемы и комбинации направления	4	-	4	
Б. Построение собственных схем направления	4	-	4	Открытое занятие
<b>6. Импровизация</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	
6.1 История зарождения и развития	4	4	-	
6.2 Развитие чувства ритма	4	-	4	
6.3 Базовые упражнения	10	-	10	
6.4 Отработка схем и комбинаций	4	2	2	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Зачетное занятие



<b>7. Основы брейкинга</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	
7.1 История зарождения и развития	4	4	-	
7.2 Развитие чувства ритма	4	2	2	
7.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
7.4 Отработка схем и комбинаций	4	2	2	
А. Базовые схемы и комбинации стиля брейкинг	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля брейкинг	4	-	4	Зачётное занятие
<b>8. Актёрское мастерство</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	
8.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
8.2 Базовые упражнения	8	-	8	
8.3 Отработка схем и комбинаций	8	2	6	
А. Базовые схемы и комбинации	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Открытое занятие
<b>9. Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	
<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>Конкурс</b>
<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>32</b>	<b>180</b>	

### Содержание учебного плана 2 год обучения

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Определение состава коллектива, разъяснение принципа деятельности, особенностей тренировочного и репетиционного процессов, требований к форме одежды и обуви на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий, требований дисциплины и порядка.

Проведение показа танцевального материала, осваиваемого в процессе обучения по образовательной программе.

#### Тема 2. Базовые элементы гимнастики (20 часов)

##### Теория

Актуальность базовых элементов гимнастики и акробатики в Хип-хопе. Правила техники безопасности при выполнении элементов гимнастики и акробатики. Теоретические методы подготовки к исполнению элементов гимнастики и акробатики.

##### Практика

Изучение базовых элементов гимнастики и акробатики. выполнение подводящих упражнений и упражнений общефизической подготовки.

##### Уровень освоения

Знать базовые движения гимнастики. Владеть техникой развития пластики и гибкости. Иметь представления о базовых элементах гимнастики и акробатики.

##### Оборудование, дидактический материал

Гимнастические маты, акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.



### **Тема 3. Хип-хоп база (олд скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Изучение базовых движений.

Создание вариаций на основе базовых движений.

Составление комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями хип-хопа (олд скул). Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 4. Хип-хоп база (миддл скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Изучение базовых движений.

Создание вариаций на основе базовых движений.

Составление комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями хип-хопа (миддл скул). Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 5. Хип-хоп база (нюу скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Изучение базовых движений.

Создание вариаций на основе базовых движений.

Составление комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями хип-хопа (миддл скул). Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 6. Импровизация (30 часов)**

#### **Теория**

История зарождения и развития импровизации в стиле хип-хоп, возможности и методы освоения.

Выделить и разъяснить основные стилистические особенности данного направления работы.

#### **Практика**

Развитие чувства ритма, танцевальности, увеличение набора лексических элементов.

Освоение импровизации с изучением возможностей тела. Использование пространства на примере перемещения и смены уровней положения тела. Соответствие движений тела музыкальным акцентам, имеющимся в музыкальной композиции.

#### **Уровень освоения**

Владеть базовыми приёмами импровизации и уметь компоновать их в танце. Иметь представление о месте данного направления работы в хип-хопе.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 7. Основы брейкинга (30 часов)**

#### **Теория**

История зарождения и развития стиля, коллективы, работающие в этом направлении.

Выделить и разъяснить основные стилистические особенности данного танцевального стиля.

Обосновать положительные аспекты освоения брейкинга и его влияние на танец в рамках хип-хопа.

#### **Практика**

Освоение базовых элементов топрока, футворка, фризера, флорока и их адаптация для применения в хип-хопе.

#### **Уровень освоения**

Уметь базовые элементы брейкинга. Составлять на их основе комбинации. Владеть навыками развития координации и чувства ритма. Уметь применять данные знания в хип-хопе.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

### **Тема 8. Актёрское мастерство (28 часов)**

#### **Теория**

Значение ритмики в актёрском мастерстве. Возможности использования навыков актёрского мастерства для создания концептов в импровизации в хип-хопе.

#### **Практика**

Использование актёрского мастерства в импровизационном выходе. Постановка танцевального выхода согласно правилам драматургии и постановка танцевального этюда с применением навыков актёрского мастерства. Работа над развитием средств выразительности (мимика, жесты, пластика).

#### **Уровень освоения**

Владеть навыками актёрского мастерства. Уметь определить тему и идею танцевального выхода или этюда и уметь применять знания в драматургии к танцевальным выходам. Уметь адаптировать полученные навыки в танце.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

### **Тема 9. Постановочно-репетиционная работа (14 часов)**



Подготовка и представление подготовленных хореографических композиций на различных сценических площадках, внутри коллективных баттлах.

**Итоговое занятие (2 часа)**

Итоговое занятие предусматривает различные формы проведения:

1. День открытых дверей
2. Мини-концерт
3. Внутренний батл
4. Дружеский «Джем»

**Учебный план  
3 год обучения**

Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>1. Введение, инструктаж по технике безопасности</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2. Базовые элементы гимнастики и акробатики</b>	<b>20</b>			
2.1 Актуальность применения	2	2	-	
2.2 Гибкость и пластика	4	2	2	Открытое занятие
А. Базовые упражнения на развитие гибкости	2	-	2	
Б. Базовые упражнения на развитие пластики	2	-	2	
2.3 Основные элементы	10	-	2	
<b>3. Хип-хоп (Олд скул)</b>	<b>30</b>			
3.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
3.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
3.4 Базовые движения стиля	10	-	10	
3.5 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля хип-хоп	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля хип-хоп	4	-	4	Зачетное занятие
<b>4. Хип-хоп (Миддл скул)</b>	<b>30</b>			
4.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
4.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
4.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
4.3 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Открытое занятие
<b>5. Хип-хоп (нью скул)</b>	<b>30</b>			
5.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
5.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
5.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
5.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>6. Импровизация</b>	<b>30</b>			
6.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	



6.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
6.3 Базовые упражнения	10	-	10	
6.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>7. Основы брейкинга</b>	<b>30</b>			
7.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
7.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
7.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
7.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Зачётное занятие
<b>8. Командная работа</b>	<b>28</b>			
8.1 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
8.2 Развитие чувства ритма	4	-	4	
8.3 Базовые упражнения	8	-	8	
8.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>9. Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>14</b>	-	14	
<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	-	2	Отчётный концерт
<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>	

### Содержание учебного плана 3 год обучения

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Определение состава коллектива, разъяснение принципа деятельности, особенностей тренировочного и репетиционного процессов, требований к форме одежды и обуви на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий, требований дисциплины и порядка.

Проведение показа танцевального материала, осваиваемого в процессе обучения по образовательной программе.

#### Тема 2. Базовые элементы гимнастики (20 часов)

##### Теория

Актуальность базовых элементов гимнастике и акробатике в хип-хопе. Правила техники безопасности при исполнении элементов гимнастики и акробатики. Теоретические методы подготовки к исполнению элементов гимнастики и акробатики.

##### Практика

Изучение базовых элементов гимнастики и акробатики. выполнение подводящих упражнений и упражнений общефизической подготовки.

##### Уровень освоения

Знать базовые движения гимнастики. Владеть техникой развития пластики и гибкости.

Иметь представления о базовых элементах гимнастики и акробатики.

##### Оборудование, дидактический материал

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео, гимнастические маты.

### **Тема 3. Хип-хоп (олд скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Базовые элементы.

Составление комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями хип-хопа (олд скул). Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 4. Хип-хоп (миддл скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Развитие чувства ритма, танцевальности, увеличение набора лексических элементов.

Музыкально-пространственные упражнения. Работа корпуса. Упражнения на развитие гибкости позвоночника, движения ног, движения телом, растяжка, фиксация движений и поз. Комбинация движений.

Развитие гибкости, гимнастических навыков. Изучение базовых элементов данного стиля, составление на их основе базовых схем и комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями и уметь из них составлять схемы и комбинации. Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 5. Хип-хоп (нюу скул) (30 часов)**

#### **Практика**

Изучение подводящих и базовых движений стиля, пошаговая разбивка базовых движений, отработка положений рук и ног, положения спины. Вариативность движений

#### **Уровень освоения**

Владеть базовыми движениями и уметь из них составлять схемы и комбинации. Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 6. Импровизация (30 часов)**

#### **Теория**

Основы ритмических особенностей музыкального сопровождения данного подстиля. Вариативность танца в условиях сложных музыкальных рисунков.

#### **Практика**



Развитие чувства ритма, танцевальности, увеличение набора лексических элементов. Импровизации с максимальной работой тела в пространстве. Практическое применение знаний о базовых движениях, умение использовать вариации, акробатические элементы, соответствие движений музыкальному сопровождению на высоком уровне, применение законов драматургии в танцевальном выходе, развитие и использование воображения.

**Уровень освоения**

Владеть методами импровизации. Максимально применять полученные знания для грамотного построения танцевального выхода. Иметь представление о месте данной практики в хип-хопе.

**Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

**Тема 7. Основы брейкинга (30 часов)**

**Теория**

Выделение ритмических особенностей данного стиля и разницы между музыкальным сопровождением брейкинга и хип-хопа.

**Практика**

Общая характеристика движений, характеризующих брейкинг. Показ и отработка базовых элементов.

Основные положения корпуса. Регулирование центра тяжести, быстрая и плавная смена центра тяжести. Базовые шаги и положения ног, рук и корпуса для сбалансированного движения.

**Уровень освоения**

Уметь базовые движения брейкинга. Составлять на их основе комбинации. Владеть навыками развития координации и чувства ритма. Применять полученные знания в хип-хопе.

**Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

**Тема 8. Командная работа (28 часов)**

**Теория**

Основные аспекты и особенности работы в команде. Важные сведения о технике безопасности при совместной работе, преимуществах владения данными навыками. Исторические и современные случаи применения командной работы на примере известных команд, коллективов и театров танца.

**Практика**

Упражнения на взаимодействие в парах и группах по 3, 4 человека, работа всем коллективом. Отработка базовых движений и их вариаций в команде, взаимодействие при исполнении движений. Командная работа в форматах заготовленных комбинаций и импровизации.

**Уровень освоения**

Владеть упражнениями. Уметь взаимодействовать с другими участниками коллектива. Уметь применять полученные знания для работы в контакте. Составлять связки в команде.

**Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

**Тема 9. Постановочно-репетиционная работа (36 часов)**

Подготовка и представление подготовленных хореографических композиций на различных сценических площадках, внутри коллективных баттлах.

Работа над развитием средств выразительности (мимика, жесты, пластика).



**Итоговое занятие (2 часа)**

Итоговое занятие предусматривает различные формы проведения:

1. День открытых дверей
2. Мини-концерт
3. Внутренний баттл
4. Дружеский «Джем»

**Учебный план  
4 год обучения**

Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля
	Всего	Теория	Практика	
<b>1. Введение, инструктаж по технике безопасности</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2. Базовые элементы гимнастики и акробатики</b>	<b>20</b>			
2.1 Актуальность применения	2	2	-	
2.2 Гибкость и пластика	4	2	2	
А. Базовые упражнения на развитие гибкости	2	-	2	
Б. Базовые упражнения на развитие пластики	2	-	2	
2.3 Основные элементы	10	-	2	Открытое занятие
<b>3. Хип-хоп (Олд скул)</b>	<b>30</b>			
3.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
3.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
3.4 Базовые движения стиля	10	-	10	
3.5 Отработка схем и комбинаций	4	2	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля хип-хоп	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля хип-хоп	4	-	4	Зачетное занятие
<b>4. Хип-хоп (Миддл скул)</b>	<b>30</b>			
4.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
4.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
4.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
4.3 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>5. Хип-хоп (ню-скул)</b>	<b>30</b>			
5.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
5.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
5.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
5.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>6. Импровизация</b>	<b>30</b>			
6.1 Развитие чувства ритма	4	2	4	
6.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
6.3 Базовые упражнения	10	-	10	

6.4 Отработка схем и комбинаций	4	2	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	Открытое занятие
<b>7. Основы брейкинга</b>	<b>30</b>			
7.1 Развитие чувства ритма	4	2	2	
7.2 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	-	4	
7.3 Базовые движения стиля	10	-	10	
7.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>8. Командная работа</b>	<b>28</b>			
8.1 Развитие гибкости, гимнастических навыков	4	2	2	
8.2 Развитие чувства ритма	4	-	4	
8.3 Базовые упражнения	8	-	8	
8.4 Отработка схем и комбинаций	4	-	4	
А. Базовые схемы и комбинации стиля	4	-	4	
Б. Построение собственных схем стиля	4	-	4	
<b>9. Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>14</b>	-	14	
<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	-	2	Отчётный концерт
<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>	

### Содержание учебного плана 4 год обучения

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Определение состава коллектива, разъяснение принципа деятельности, особенностей тренировочного и репетиционного процессов, требований к форме одежды и обуви на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий, требований дисциплины и порядка.

Проведение показа танцевального материала, осваиваемого в процессе обучения по образовательной программе.

#### Тема 2. Базовые элементы гимнастики (20 часов)

##### Теория

Актуальность базовых элементов гимнастике и акробатике в хип-хопе. Правила техники безопасности при исполнении элементов гимнастики и акробатики. Теоретические методы подготовки к исполнению элементов гимнастики и акробатики.

##### Практика

Изучение базовых элементов гимнастики и акробатики. выполнение подводящих упражнений и упражнений общефизической подготовки.

##### Уровень освоения

Знать базовые движения гимнастики. Владеть техникой развития пластики и гибкости. Иметь представления о базовых элементах гимнастики и акробатики.



**Оборудование, дидактический материал**  
Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео, гимнастические маты.

### **Тема 3. Хип-хоп (Олд скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Базовые элементы.

Обучение технике различных поворотов. Разучивание шагов, выпадов, прыжков, движений руками.

Составление простейших комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями основных направлений в хип-хопе. Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 4. Хип-хоп (миддл скул) (30 часов)**

#### **Теория**

Работа над чувством ритма, теоретические разъяснения на тему музыкальности и ритма. Разъяснения на тему работы над комбинациями и связками.

#### **Практика**

Азбука музыкального движения, темп и ритм хип-хопа.

Развитие чувства ритма. Развитие гибкости и пластики. Базовые элементы.

Обучение технике различных поворотов. Разучивание шагов, выпадов, прыжков, движений руками.

Составление простейших комбинаций.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями основных направлений в хип-хопе. Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля.

Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 5. Хип-хоп (Нью скул) (30 часов)**

#### **Практика**

Изучение движений стиля, пошаговая разбивка базовых движений, отработка положений рук и ног, положения спины. Вариативность движений.

#### **Уровень освоения**

Уметь слышать основной ритм и сильную долю в музыке. Владеть базовыми движениями основных направлений в хип-хопе. Уметь составлять схемы и комбинации изучаемого стиля. Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

#### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

### **Тема 6. Импровизация (30 часов)**

### **Теория**

Основы ритмических особенностей музыкального сопровождения данного подстиля. Вариативность танца в условиях сложных музыкальных рисунков.

### **Практика**

Развитие чувства ритма, танцевальности, увеличение набора лексических элементов. Импровизации с максимальной работой тела в пространстве. Практическое применение знаний о базовых движениях, умение использовать вариации, акробатические элементы, соответствие движений музыкальному сопровождению на высоком уровне, применение законов драматургии в танцевальном выходе, развитие и использование воображения.

### **Уровень освоения**

Владеть методами импровизации. Максимально применять полученные знания для грамотного построения танцевального выхода. Иметь представление о месте данной практики в хип-хопе. Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео.

## **Тема 7. Основы брейкинга (30 часов)**

### **Теория**

Выделение ритмических особенностей данного стиля и разницы между музыкальным сопровождением брейкинга и хип-хопа.

### **Практика**

Общая характеристика движений, характеризующих брейкинг. Показ и отработка базовых элементов.

Основные положения корпуса. Регулирование центра тяжести, быстрая и плавная смена центра тяжести. Базовые шаги и положения ног, рук и корпуса для сбалансированного движения.

### **Уровень освоения**

Уметь базовые движения брейкинга. Составлять на их основе комбинации. Владеть навыками развития координации и чувства ритма. Применять полученные знания в хип-хопе. Иметь представление о месте данного стиля в системе уличной хореографии.

### **Оборудование, дидактический материал**

Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

## **Тема 8. Командная работа (28 часов)**

### **Теория**

Основные аспекты и особенности работы в команде. Важные сведения о технике безопасности при совместной работе, преимуществах владения данными навыками. Исторические и современные случаи применения командной работы на примере известных команд, коллективов и театров танца.

### **Практика**

Упражнения на взаимодействие в парах и группах по 3, 4 человека, работа всем коллективом. Отработка базовых движений и их вариаций в команде, взаимодействие при исполнении движений. Командная работа в форматах заготовленных комбинаций и импровизации.

### **Уровень освоения**

Владеть упражнениями. Уметь взаимодействовать с другими участниками коллектива. Уметь применять полученные знания для работы в контакте. Составлять связки в команде.

### **Оборудование, дидактический материал**



Акустическая система, ноутбук, фото, музыка, видео

### Тема 9. Постановочно-репетиционная работа (36 часов)

Подготовка и представление подготовленных хореографических композиций на различных сценических площадках, внутри коллективных батлах.  
Работа над развитием средств выразительности (мимика, жесты, пластика).

#### Итоговое занятие (2 часа)

Итоговое занятие предусматривает различные формы проведения:

1. День открытых дверей
2. Мини-концерт
3. Внутренний батл
4. Дружеский «Джем»

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2019-2020 уч.год

ОП «Прайд. Хип-Хоп»

1 год обучения

№ п/п	месяц	число	Тема занятий	Кол-во часов	Форма занятий	Форма контроля
1			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	групповая	
2			Базовые основы гимнастики: Актуальность применения	2	групповая	
3			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика	2	групповая	Открытое занятие
4			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие гибкости	2	групповая	
5			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие пластики	2	групповая	
6			Базовые основы гимнастики: основные элементы	2	групповая	
7			Базовые основы гимнастики: кувырок, вводное	2	групповая	
8			Базовые основы гимнастики: кувырок, отработка	2	групповая	
9			Базовые основы гимнастики: колесо, вводное	2	групповая	
10			Базовые основы гимнастики: колесо, отработка	2	групповая	
11			Базовые основы гимнастики: мостик, вводное	2	групповая	
12			Базовые основы гимнастики: мостик, отработка	2	групповая	Зачетное занятие

13		Кач и его применение, история зарождения и развития	2	групповая	
14		Развитие чувства ритма: вводное	2	групповая	
15		Развитие чувства ритма: отработка	2	групповая	
16		Базовые направления кача: основные направления, вводное	2	групповая	
17		Базовые направления кача: с акцентом вниз, вводное	2	групповая	
18		Базовые направления кача: с акцентом вниз, отработка	2	групповая	
19		Базовые направления кача: с акцентом вверх, вводное	2	групповая	
20		Базовые направления кача: с акцентом вверх, отработка	2	групповая	
21		Базовые направления кача: кач отдельных частей тела, вводное	2	групповая	
22		Базовые направления кача: кач отдельных частей тела, отработка	2	групповая	
23		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
24		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
25		Отработка схем и комбинаций, закрепляющее	2	групповая	
26		Базовые схемы и комбинации стиля	2	групповая	
27		Построение собственных схем стиля	2	групповая	Зачетное занятие
28		Хип-хоп база, история зарождения и развития	2	групповая	
29		Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
30		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
31		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
32		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
33		Базовые движения стиля: условия применения, вводное	2	групповая	
34		Базовые движения стиля: смёрф, преп, вводное	2	групповая	
35		Базовые движения стиля: смёрф, преп, отработка	2	групповая	
36		Базовые движения стиля: уан степ, ту степ, вводное	2	групповая	
37		Базовые движения стиля: уан степ, ту степ, отработка	2	групповая	
38		Базовые движения стиля: крисс кросс, рибок, вводное	2	групповая	



39		Базовые движения стиля: крисс кросс, рибок, отработка	2	групповая	
40		Базовые движения стиля: поп корн, вип, вводное	2	групповая	
41		Базовые движения стиля: поп корн, вип, отработка	2	групповая	
42		Базовые движения стиля: барт симпсон, хэппи фит, вводное	2	групповая	
43		Базовые движения стиля: барт симпсон, хэппи фит, отработка	2	групповая	
44		Базовые движения стиля: барт симпсон, хэппи фит, закрепляющее	2	групповая	
45		Базовые движения стиля: ранинг мэн, вводное	2	групповая	
46		Базовые движения стиля: ранинг мэн, отработка	2	групповая	
47		Базовые движения стиля: ранинг мэн, закрепляющее	2	групповая	
48		Отработка схем и комбинаций, возможности работы, вводное	2	групповая	
49		Отработка схем и комбинаций: 1 комбинация, вводное	2	групповая	
50		Отработка схем и комбинаций: 1 комбинация, отработка	2	групповая	
51		Отработка схем и комбинаций: 2 комбинация, вводное	2	групповая	
52		Отработка схем и комбинаций: 2 комбинация, отработка	2	групповая	
53		Базовые схемы и комбинации стиля: вводное	2	групповая	
54		Базовые схемы и комбинации стиля: отработка	2	групповая	
55		Базовые схемы и комбинации стиля: закрепляющее	2	групповая	
56		Построение собственных схем стиля вводное	2	групповая	
57		Построение собственных схем стиля отработка	2	групповая	
58		Актёрское мастерство, история зарождения и развития	2	групповая	
59		Развитие гибкости и гимнастических навыков	2	групповая	
60		Базовые упражнения: этикет исполнителя	2	групповая	Зачетно е занятие
61		Базовые упражнения	2	групповая	
62		Отработка упражнений	2	групповая	
63		Заданный этюд	2	групповая	Открыт

						ое занятие
64			Построение собственных этюдов	2	групповая	
65			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
66			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
67			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
68			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
69			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
70			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
71			Внеклассное занятие	2	групповая	
72			Итоговое занятие	2	групповая	Зачетно е занятие
			<b>Итого:</b>	<b>144</b>		

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
3 год обучения

№ п/п	меся ц	число	Тема занятий	Кол- во часов	Форма занятий	Форма контрол я
1			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	групповая	
2			Базовые основы гимнастики: Актуальность	2	групповая	
3			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, вводное	2	групповая	
4			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, отработка	2	групповая	
5			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие гибкости	2	групповая	
6			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие пластики	2	групповая	
7			Основные элементы: Стойка на голове	2	групповая	
8			Основные элементы: Подъем переворотом, вводное	2	групповая	
9			Основные элементы: Подъем переворотом, отработка	2	групповая	
10			Основные элементы: рондат, вводное	2	групповая	
11			Основные элементы: рондат, отработка	2	групповая	
12			<b>Хип-хоп (олд скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
13			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
14			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	



15			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
16			Базовые движения стиля: альфа, вводное	2	групповая	
17			Базовые движения стиля: альфа, отработка	2	групповая	
18			Базовые движения стиля: альфа, закрепляющее	2	групповая	
19			Базовые движения стиля: Хэппи фит (нижний уровень), вводное	2	групповая	
20			Базовые движения стиля: Хэппи фит (нижний уровень), вводное	2	групповая	
21			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
22			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
23			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
24			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
25			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
26			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётное занятие
27			<b>Хип-хоп (миддл скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
28			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
29			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
30			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
31			Базовые движения стиля: Дельфин, вводное	2	групповая	
32			Базовые движения стиля: Дельфин, отработка	2	групповая	
33			Базовые движения стиля: Дельфин, закрепляющее	2	групповая	
34			Базовые движения стиля: Ранинг мэн реверс, вводное	2	групповая	
35			Базовые движения стиля: Ранинг мэн реверс, отработка	2	групповая	
36			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
37			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
38			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
39			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
40			Построение собственных схем стиля,	2	групповая	

		вводное			
41		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Открытое занятие
42		<b>Хип-хоп (нюу скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
43		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
44		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
45		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
46		Базовые движения стиля: Си вок, вводное	2	групповая	
47		Базовые движения стиля: Си вок, отработка	2	групповая	
48		Базовые движения стиля: Си вок, закрепляющее	2	групповая	
49		Базовые движения стиля: Лайт фит, вводное	2	групповая	
50		Базовые движения стиля: Лайт фит, отработка	2	групповая	
51		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
52		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
53		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
54		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
55		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
56		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
57		<b>Импровизация:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
58		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
59		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
60		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
61		Базовые упражнения: Состояние, образ сюжет	2	групповая	
62		Базовые упражнения: Сложная геометрия, вводное	2	групповая	
63		Базовые упражнения: Сложная геометрия, отработка	2	групповая	
64		Базовые упражнения: Скрещивание плоскостей, вводное	2	групповая	
65		Базовые упражнения: Скрещивание плоскостей, отработка	2	групповая	
66		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	



67			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
68			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
69			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
70			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
71			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
72			<b>Основы брейкинга:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
73			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
74			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
75			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
76			Базовые движения стиля: хук, вводное	2	групповая	
77			Базовые движения стиля: хук, отработка	2	групповая	
78			Базовые движения стиля: свайп, вводное	2	групповая	
79			Базовые движения стиля: Свайп отработка	2	групповая	
80			Базовые движения стиля: свайп, закрепляющее	2	групповая	
81			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
82			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
83			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
84			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
85			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
86			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётное занятие
87			<b>Командная работа:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
88			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
89			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
90			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
91			Базовые упражнения: партнеринг, распределение веса, вводное	2	групповая	
92			Базовые движения стиля: партнеринг, распределение веса,	2	групповая	

			отработка			
93			Базовые движения стиля: Партнеринг, «полочки», вводное	2	групповая	
94			Базовые движения стиля: Партнеринг, «полочки», отработка	2	групповая	
95			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
96			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
97			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
98			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
99			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
100			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
101			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
102			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
103			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
104			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
105			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
106			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
107			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
108			Итоговое занятие	2	групповая	Отчетны й концерт
			<b>Итого:</b>	<b>216</b>		

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
2 год обучения

№ п/п	меся ц	чис ло	Тема занятий	Кол- во часов	Форма занятий	Форма контро ля
1			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	групповая	
2			Базовые основы гимнастики: Актуальность применения	2	групповая	
3			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, вводное	2	групповая	
4			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, отработка	2	групповая	Откры тое зани е
5			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие гибкости	2	групповая	
6			Базовые основы гимнастики:	2	групповая	



		упражнения на развитие пластики			
7		Основные элементы: Мостик из положения стоя	2	групповая	
8		Основные элементы: Стойка на руках, вводное	2	групповая	
9		Основные элементы: Стойка на руках, отработка	2	групповая	
10		Основные элементы: Выход в мостик со стойки на руках, вводное	2	групповая	
11		Основные элементы: Выход в мостик со стойки на руках, отработка	2	групповая	
12		<b>Хип-хоп база (олд скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
13		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
14		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
15		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
16		Базовые движения стиля: кик энд степ	2	групповая	
17		Базовые движения стиля: Кик энд слайд	2	групповая	
18		Базовые движения стиля: Кросс степ	2	групповая	
19		Базовые движения стиля:Фила	2	групповая	
20		Базовые движения стиля: Воп	2	групповая	
21		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
22		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
23		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
24		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
25		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
26		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётн ое заняти е
27		<b>Хип-хоп база (миддл скул)</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
28		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
29		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
30		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
31		Базовые движения стиля: Пати машин	2	групповая	
32		Базовые движения стиля: Стив Мартин	2	групповая	

33		Базовые движения стиля: Пеппер сид	2	групповая	
34		Базовые движения стиля: Роджер рэббит	2	групповая	
35		Базовые движения стиля: Баттерфлай	2	групповая	
36		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
37		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	Откры тое заняти е
38		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
39		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
40		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
41		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
42		<b>Хип-хоп база (нью скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
43		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
44		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
45		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
46		Базовые движения стиля: Робокоп	2	групповая	
47		Базовые движения стиля: Чикен хэд	2	групповая	
48		Базовые движения стиля: Кэмел вок	2	групповая	
49		Базовые движения стиля: ЭйТиЭл Стомп	2	групповая	
50		Базовые движения стиля: Бизмарки	2	групповая	
51		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
52		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
53		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
54		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
55		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
56		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Откры тое заняти е
57		<b>Импровизация:</b> История зарождения и развития, вводное	2	групповая	
58		История зарождения и развития,	2	групповая	



		обширное			
59		Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
60		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
61		Базовые движения стиля: Плоскости и уровни, вводное	2	групповая	
62		Базовые движения стиля: Плоскости и уровни, отработка	2	групповая	
63		Базовые движения стиля: Геометрия в танце, вводное	2	групповая	
64		Базовые движения стиля: Геометрия в танце, вводное	2	групповая	
65		Базовые движения стиля: Состояние, образ, сюжет, вводное	2	групповая	
66		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
67		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
68		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
69		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
70		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
71		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётное занятие
72		<b>Основы брейкинга:</b> история зарождения и развития, вводное	2	групповая	
73		история зарождения и развития, обширное	2	групповая	
74		Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
75		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
76		Базовые движения стиля: индиан степ, сальса степ, вводное	2	групповая	
77		Базовые движения стиля: индиан степ, сальса степ, отработка	2	групповая	
78		Базовые движения стиля: Сикс степ, кофе дрил, вводное	2	групповая	
79		Базовые движения стиля: Сикс степ, кофе дрил, отработка	2	групповая	
80		Базовые движения стиля: Фриз на плече, бэйби фриз, вводное	2	групповая	
81		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
82		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
83		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
84		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
85		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	

86		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётное занятие
87		<b>Актёрское мастерство:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
88		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
89		Базовые упражнения: Мысленное путешествие	2	групповая	
90		Базовые движения стиля: Избавление от зажимов	2	групповая	
91		Базовые движения стиля: На цыпочках!	2	групповая	
92		Базовые движения стиля: Действия с воображаемыми предметами	2	групповая	
93		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
94		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
95		Отработка схем и комбинаций, обширное	2	групповая	
96		Отработка схем и комбинаций, закрепляющее	2	групповая	
97		Базовые схемы и комбинации, вводное	2	групповая	
98		Базовые схемы и комбинации, отработка	2	групповая	
99		Построение собственных схем, вводное	2	групповая	
100		Построение собственных схем, отработка	2	групповая	Открытое занятие
101		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
102		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
103		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
104		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
105		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
106		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
107		Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
108		Итоговое занятие	2	групповая	Конкурс
		<b>Итого:</b>	<b>216</b>		



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

4 год обучения

№ п/п	месяц	число	Тема занятий	Кол-во часов	Форма занятий	Форма контроля
1			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	групповая	
2			Базовые основы гимнастики: Актуальность	2	групповая	
3			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, вводное	2	групповая	
4			Базовые основы гимнастики: гибкость и пластика, отработка	2	групповая	
5			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие гибкости	2	групповая	
6			Базовые основы гимнастики: упражнения на развитие пластики	2	групповая	
7			Основные элементы: стойка в борцовском мостике	2	групповая	
8			Основные элементы: Стойка на голове, вводное	2	групповая	
9			Основные элементы: Стойка на голове, отработка	2	групповая	
10			Основные элементы: фляк, вводное	2	групповая	
11			Основные элементы: фляк, отработка	2	групповая	
12			<b>Хип-хоп (олд скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
13			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
14			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
15			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
16			Базовые движения стиля: Вариации смёрф, преп, вводное	2	групповая	
17			Базовые движения стиля: Вариации смёрф, преп, отработка	2	групповая	
18			Базовые движения стиля: Вариации смёрф, преп, закрепляющее	2	групповая	
19			Базовые движения стиля: Вариации рибок, фила, вводное	2	групповая	
20			Базовые движения стиля: Вариации рибок, фила, отработка	2	групповая	
21			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
22			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
23			Базовые схемы и комбинации стиля,	2	групповая	

			вводное			
24			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
25			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
26			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Зачётное занятие
27			<b>Хип-хоп (миддл скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
28			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
29			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
30			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
31			Базовые движения стиля: Би кей баунс, вводное	2	групповая	
32			Базовые движения стиля: Би кей баунс, отработка	2	групповая	
33			Базовые движения стиля: Би кей баунс, закрепляющее	2	групповая	
34			Базовые движения стиля: Джанет Джексон, вводное	2	групповая	
35			Базовые движения стиля: Джанет Джексон, отработка	2	групповая	
36			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
37			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
38			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
39			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
40			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
41			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Открытое занятие
42			<b>Хип-хоп (нюу скул):</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
43			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
44			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
45			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
46			Базовые движения стиля: Джёрк, вводное	2	групповая	
47			Базовые движения стиля: Джёрк, отработка	2	групповая	
48			Базовые движения стиля: Джёрк, закрепляющее	2	групповая	
49			Базовые движения стиля: Тёрф, вводное	2	групповая	



50		Базовые движения стиля: Тёрф, отработка	2	групповая	
51		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
52		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
53		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
54		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
55		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
56		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
57		<b>Импровизация:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
58		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
59		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
60		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
61		Базовые упражнения: Скрытая история, вводное	2	групповая	
62		Базовые упражнения: Скрытая история, отработка	2	групповая	
63		Базовые упражнения: Скрытая история, закрепляющее	2	групповая	
64		Базовые упражнения: Где Джордж?, вводное	2	групповая	
65		Базовые упражнения: Где Джордж?, отработка	2	групповая	
66		Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
67		Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
68		Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
69		Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
70		Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
71		Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	Открыто е занятия
72		<b>Основы брейкинга:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
73		Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
74		Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
75		Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
76		Базовые движения стиля:	2	групповая	

			Стойка на локте, вводное			
77			Базовые движения стиля: Стойка на локте, отработка	2	групповая	
78			Базовые движения стиля: Стойка на локте, закрепляющее	2	групповая	
79			Базовые движения стиля: Ни степ, вводное	2	групповая	
80			Базовые движения стиля: Ни степ, отработка	2	групповая	
81			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
82			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
83			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
84			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
85			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
86			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
87			<b>Командная работа:</b> Развитие чувства ритма, вводное	2	групповая	
88			Развитие чувства ритма, отработка	2	групповая	
89			Развитие гибкости и гимнастических навыков, вводное	2	групповая	
90			Развитие гибкости и гимнастических навыков, отработка	2	групповая	
91			Базовые упражнения: взаимодействие, вводное	2	групповая	
92			Базовые упражнения: взаимодействие, отработка	2	групповая	
93			Базовые упражнения: Командная импровизация, вводное	2	групповая	
94			Базовые упражнения: Командная импровизация, отработка	2	групповая	
95			Отработка схем и комбинаций, вводное	2	групповая	
96			Отработка схем и комбинаций, отработка	2	групповая	
97			Базовые схемы и комбинации стиля, вводное	2	групповая	
98			Базовые схемы и комбинации стиля, отработка	2	групповая	
99			Построение собственных схем стиля, вводное	2	групповая	
100			Построение собственных схем стиля, отработка	2	групповая	
101			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
102			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	



103			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
104			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
105			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
106			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
107			Постановочно-репетиционная работа	2	групповая	
108			Итоговое занятие	2	групповая	Отчетны й концерт
			<b>Итого:</b>	<b>216</b>		

## Условия реализации программы

### 1. Организационно-педагогические:

Набор детей в объединение свободный, без кастинга, основывается только на желании ребёнка заниматься уличными танцами. Учитывая специфику ансамбля и необходимость индивидуального подхода к каждому ребенку, соблюдая санитарные нормы и требования к возрасту детей, для планомерного распределения нагрузки оптимальной является следующая форма организации работы:

Год обучения	Наполняемость (человек)	Продолжительность занятия (час)	Количество часов в неделю	Количество часов в год	Индивидуальная работа
1	7-15	2	4	144	+
2	7-15	2	6	216	+
3	7-15	2	6	216	+
4	7-15	2	6	216	+

При создании образовательной программы «Прайд. Хип-хоп» учтены возрастные особенности обучающихся, основные этапы развития физической выносливости, опыт лидеров мировой хип-хоп культуры по развитию современной танцевальной культуры молодежи. В виду особенностей данного танцевального направления, наиболее целесообразное наполнение групп 7-15 человек на 50 кв. метров.

### 2. Материально-технические:

Хореографический зал с зеркалами, аппаратура для просмотра видео и прослушивания музыки, музыкальный центр, электронные носители информации, гимнастические маты.

### 3. Методические:

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод наглядности -личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения;
- метод практических тренировок -самый важный, это тренировка упражнений на середине зала, репетиции.
- метод стимулирования деятельности и поведения -соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

### Видеоматериалы для демонстрации на занятиях:

Документальный фильм New School Dictionary ft Buddha Stretch, Henry Link & Caleaf Sellers - [https://youtu.be/\\_yX6H5o1OyU](https://youtu.be/_yX6H5o1OyU)

Гид по знаковым музыкальным композициям хип-хопа The Evolution of Hip-hop - <https://youtu.be/PrqDFDEJMmU>

Мюзикл, основанный исключительно на перкуссии Stomp Live - <https://www.youtube.com/watch?v=XCF8UwwayKU>

### Методическая литература:

Майриг и Рэйчел Боуэн «Школа музыки. 40 уроков для юных музыкантов, певцов и композиторов», М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017

Брюстер, Б., Броутон Ф. «История Диджеев», Екатеринбург: Ультра. Культура, 2007

Полезные ссылки: Дудл к 44 годовщине появления хип-хопа

<https://www.google.com/doodles/44th-anniversary-of-the-birth-of-hip-hop>

**Музыка:** Музыка всегда должна соответствовать возрасту. Слова не должны содержать неприемлемые выражения особенно в категориях Дети и Юниоры.

**Тема и хореография:** Всегда должны соответствовать возрасту и не должны содержать вульгарности и двусмысленных движений, которые неприемлемы.

**Костюм:** Костюм также должен соответствовать возрасту и не быть неприличным. Он должен быть исполнен в хорошем вкусе и соответствовать хип-хоп культуре.

Соблюдая правила внешнего поведения, форму одежды, регулирующих взаимоотношения между тренером и танцором, между танцорами, между младшими и старшими танцорами, между зрителями и танцорами, между судьями и участниками турниров все руководствуются правилами ЭТИКЕТА.

## ЭТИКА ПОВЕДЕНИЯ

### **на занятиях:**

- В зал можно входить только в специальной обуви (кроссовках).
- Опаздывать считается дурным тоном. При опоздании приступить к тренировке можно только с разрешения тренера
- В начале и конце занятия обязательно приветствие.
- Все упражнения на тренировке происходят только по команде тренера.
- В танцевальном зале танцоры построены в шахматном порядке, для лучшего обзора тренера.
- Младшие ученики и ученики маленького роста находятся в первых рядах.
- Танцоры всегда должны вести себя с достоинством, демонстрируя манеру настоящего спортсмена.
- Танцоры должны общаться друг с другом, так как бы они хотели, чтобы общались с ними.

### **на турнирах, соревнованиях, просмотрах:**

- Все танцоры должны уметь с достоинством проигрывать и одерживать победу.
- Акты насилия или запугивания, направленные на тренера, Организаторов, Судей или танцоров недопустимы.

### **Танцор обязан:**

- Быть пунктуальным и вести себя должным образом.
- Дружественно относиться к рядом находящимся танцорам и никогда не позволять быть невнимательным к текущему выступлению.
- Быть спокойным и воздерживаться от комментариев во время разминки или репетиции в ожидании своего выступления.
- Делать все возможное, чтобы сохранять чистоту в раздевалках, туалетах и помещений за кулисами, и выносить мусор в установленные места.
- Относиться к другим танцорам и нациям с уважением, должен удерживаться от создания



необязательного шума и движения во время выступлений.

- Танцор и его болельщики должны воздерживаться от громкого шума создаваемого горнами, которые могут мешать судьям, аудитории и исполнителям. \*Однако, приветствуется создание хорошей атмосферы и поддержка выступающих.
- Знать, что он может быть дисквалифицирован в случае бросания любого предмета на сцену или создания помех для выступающих.
- Всегда должен действовать в дружественной манере по отношению к своим соперникам,
- Делать все попытки для создания должного и позитивного имиджа танца для аудитории.

### Результаты освоения обучающимися ДООП:

#### **Предметные:**

*знать:* историю появления направлений современного танца; названия элементов хип-хоп движения, хип-хоп танца, первичные сведения об искусстве хореографии, знать историю развития и терминологию хип-хоп танца

*уметь:* соединять отдельные движения в хореографической композиции; исполнять шаги, движения, танец хип-хоп, уметь выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;

#### **Личностные:**

- сформированность этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Метапредметные:**

- умение ориентироваться в культуре танцевальных традиций;
- умение контролировать и координировать свое тело; импровизировать под любую заданную композицию;
- умение планировать свою деятельность в соответствии с поставленной целью, прогнозировать результат деятельности;
- владение навыками сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

### Формы контроля образовательных результатов ДООП:

тестовые занятия; контрольные занятия, наблюдение за выполнением индивидуальных и коллективных заданий и упражнений, опрос по теоретической части программы, концерты, отчетные концерты, открытые занятия, участие в фестивалях, в городских, областных, российских конкурсах, соревнованиях

#### **Оценочные материалы**

В программе используются оценочные материалы, на основании которых каждый участник программы имеет право на стартовый доступ к любому из представленных уровней, который реализуется через организацию условий и процедур оценки изначальной готовности участника (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания и материала заявленного участником уровня).

Уровень знаний, обучающихся на промежуточных этапах образовательного процесса определяется пониманием поставленной задачи, умением ориентироваться в

условиях публичных выступлений, работы в парах/группах. Важно не только интуитивное понимание темы/концепции, но и возможность обучающимся словами объяснить ключевые моменты. (*Приложение 1*)

## СИСТЕМА ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Цель:** Получение достоверной информации о состоянии и результатах реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Прайд. Хип-хоп», о причинах, влияющих на её уровень для своевременного внесения корректировок, направленных на достижение высокого качества образовательных результатов обучающихся.

<b>Задачи:</b>	Объекты оценки качества	критерии	сроки
Поддержание актуальности и востребованности реализуемой ДООП «Прайд. Хип-хоп»	Целевой компонент,  Содержание программы,  Диагностические и оценочные материалы	Степень соответствия запросам Государства, отраженным в Концепции развития дополнительного образования РФ, потребностям детей и их родителей, в интересах которых осуществляется деятельность	1 раз в год
Оценка качества планируемых результатов освоения обучающимися ДООП «Прайд. Хип-хоп»	Образовательные результаты -личностные; -предметные; - метапредметные	Степень овладения ДООП «Прайд. Хип-хоп»	В течении года, по учебному плану
Мониторинг удовлетворенности родителей (законных представителей) уровнем образовательных результатов детей, обучающихся по ДООП «Прайд. Хип-хоп»	Наполняемость групп	Изменения количественного состава детей, обучающихся по ДООП «Прайд. Хип-хоп»	Начало и конец уч.года
Мониторинг общественного мнения и профессионального сообщества о результатах реализации ДООП «Прайд. Хип-хоп»	Результативность участия в конкурсных мероприятиях	Наличие дипломов, грамот, благодарностей	В течении уч.года



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств» -№4-2006.
2. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств, КГАКиИ 2000-101С.
3. Буйлова Л.Н. Жизнь в танце. Внешкольник №10-2001. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир», Москва, 2011.
4. Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства», Москва 2013.
5. Судейский информационный справочник-учебно-методическое пособие Общероссийской танцевальной организации(ОРТО) Федерации современных танцев России, издание 2-е, переработанное и дополненное.
6. «Вестник танцевальной жизни» -официальное издание танцевального совета Unesco в России
7. Якунина Е.И. «Из опыта работы педагогов дополнительного образования хореографических коллективов. Практические советы», Москва, 2003.
8. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». Издательство «Искусство», Ленинград-Москва, 2013г.
9. Заболотская М.А. «Хореография». Издательство «Искусство», С.-Петербург,2008г.
10. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». Издательство «Один из лучших», Москва 2004г.

Для детей и родителей:

1. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп». Студия «Диваданс», С.-Петербург 2005г.
2. Письменская А. « Хип-хоп и R'n'B —танец». Студия «Диваданс» . С, Петербург 2005г.
3. Захаров Р.В., «Сочинение танца». М. 2009г.
4. Базарова Н.П., Мей В. Азбука классического танца. Учебно-методическое пособие. Л.: Искусство, 2003 г.
5. Ткаченко Т.С., «Народный танец». М, 2015г.
6. Руднева С.Д. и Фиш Э.М., «Ритмика и музыкальное движение». М. 2012г

Интернет – ресурсы:

7. <http://asorti.ucoz.ru/>  
<http://www.drakoni.ru/hiphop28.html>  
<http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/81/>  
[http://www.youtube.com/watch?v=Akdx\\_mUESJE](http://www.youtube.com/watch?v=Akdx_mUESJE)  
<http://xn--80ajiln2ae3adk3b.xn--plai>  
<http://video-dance.ru/sovremennie/hip-hop/3863-samouchitel-po-hip-hopu.html>

## Словарь ключевых терминов

**Базовые движения брейкинга:** индиан степ, сальса степ, сикс степ, кофе дрил, бэйби фриз, свайп, ни степ

**Базовые движения хип-хопа:** уаң степ, ту степ, смёрф, преп, крисс кросс, рибок, вип, барт симпсон, хэппи фит, ранинг мэн (реверс), кик энд слайд, кик энд степ, воц, пати машин, пеппер сид, батерфлай, робокоп, чикен хэд, кэмел вок, эй ти эл стомп, бизмарки, си вок, лайт фит, би-кей баунс, джёрк, тёрф

**Баттл** – танцевальная битва, в которой участники посредством танца определяют, кто в данный момент времени показал лучшее владение телом, музыкальность, эмоциональность и пр.

**Брейкинг** – это стиль уличного танца, который исполняется по фанк, брейкбит и хип-хоп музыку. Имеет собственную базу движений.

**Джем** – формат дружественного танца в кругу. Каждый участник джема выходит в круг, чтобы показать свой танец

**кач (или грув, англ. groove)** – физическое ритмическое воспроизведение музыкального восприятия

**Миддл скул (middle school)** – пер. с англ. «средняя школа» - хип-хоп танец, основанный на базовых движениях 90 годов

**Нью скул (new school)** – пер. с англ. «новая школа» - хип-хоп танец, основанный на базовых движениях с 2000х до сегодняшнего дня

**Олд скул (old school)** – пер. с англ. «старая школа» - хип-хоп танец, основанный на базовых движениях 70-80 годов

**Партнеринг** – взаимодействие в паре

**Стретчинг** – система растяжки основных групп мышц

**Топрок** – направление брейкинга, отличающееся танцем на верхнем уровне

**Фриз** – намеренная остановка в определённой позе в музыкальный акцент

**Фристайл** – импровизация в определённом стиле (хип-хоп), в которой танцор использует полученные ранее знания

**Футворк** – направление брейкинга, заключающееся в круговой подвижности с опорой исключительно на руки, стопы и колени

**Хип-хоп (танец)** – это стиль уличного танца, который исполняется под хип-хоп музыку. Имеет собственную базу движений.

**Хип-хоп культура** – субкультура, сформировавшаяся в 70 годах XX века, которая включает в себя 5 элементов: диджеинг (DJ), эмсиинг (MC), граффити, танец и знания.



## Диагностика уровней развития

## Теоретические знания

Уровни	1 год	2 год	3-4 год
<b>Оптимальный</b>	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, его места в уличной хореографии. Взаимосвязь уличной хореографии с другими видами танцев. Место уличной хореографии в современной культуре.	Усвоил информацию первого года обучения. Имеет представление о философии танца и его месте в жизни человека и общества.	Усвоил информацию первого и второго года обучения. Владеет информацией о философии танца и его месте в жизни человека и общества. Усвоена информация о этике и эстетике танца. Имеет личное представление о танце в своей жизни, которое не противоречит всем усвоенным знаниям
<b>Достаточный</b>	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, его места в уличной хореографии. Плохо разбирается во взаимосвязи уличной хореографии с другими видами танцев и современной культурой.	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, его места в уличной хореографии. Взаимосвязь уличной хореографии с другими видами танцев. Место уличной хореографии в современной культуре. Не владеет информацией о философии танца, и его месте в жизни человека и общества.	Усвоил информацию первого года обучения. Имеет представление о философии танца и его месте в жизни человека и общества. Не усвоена информация о этике и эстетике танца.
<b>Недостаточный</b>	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, остальной информацией владеет недостаточно хорошо.	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, его места в уличной хореографии. Плохо разбирается во взаимосвязи уличной хореографии с другими видами танцев и современной культурой.	Знает историю зарождения культуры хип-хоп, изучаемого стиля, его места в уличной хореографии. Взаимосвязь уличной хореографии с другими видами танцев. Место уличной хореографии в современной культуре. Не владеет информацией о философии танца, и его месте в жизни человека и общества.

## ОЦЕНОЧНЫЕ (ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ) МАТЕРИАЛЫ ОП «Прайд-Хип-Хоп»

Ф.И. учащегося	Чувство ритма				Музыкальная память				Теоретические знания				Исполнительское мастерство				Творческие навыки				
	<i>период</i>																				
	Начало	1 год	2 год	3 год	Начало	1 год	2 год	3 год	Начало	1 год	2 год	3 год	Начало	1 год	2 год	3 год	Начало	1 год	2 год	3 год	

О – оптимальный уровень      Д – достаточный уровень      Н - недостаточный уровень

### Чувство ритма

Уровни	1 год	2 год	3 год
<b>Оптимальный</b>	Уч-ся полностью овладел понятием музыкального такта Воспроизводит без ошибок кач в такт Самостоятельно исполняет простые ритмы в размере 4/4	Уч-ся полностью овладел понятиями темпа, ритма, синкопы Составляет и исполняет сложные ритмы в размере 4/4 Может выдерживать свою ритмическую партию	Составляет и исполняет сложные ритмические рисунки в различных размерах. Точно повторяет ритм основного бита и адаптируется к его изменениям Записывает сложные ритмы и исполняет их. Читает и исполняет ритмические блоки ранее не изученные, воспроизводит перкуссионно, дублирует различными частями тела Владеет навыком полиритмии
<b>Достаточный</b>	Уч-ся в достаточной мере овладел первоначальными навыком движения в такт Воспроизводит без ошибок кач в такт	Уч-ся в достаточной мере овладел первоначальными навыками распознавания ритмических рисунков музыкальной композиции Умеет дублировать предложенный ритм	Уч-ся в достаточной мере овладел ритмическими навыками Умеет повторять ритм основного бита после нескольких прослушиваний Может выдержать свою ритмическую партию
<b>Недостаточный</b>	Уч-ся в недостаточной мере овладел первоначальными навыками кача в такт, воспроизведение ритмов возможно совместно с педагогом	Уч-ся в недостаточной мере овладел ритмическими навыками Не может дублировать предложенный ритм Слабо определяет ритмические рисунки музыкальных композиций	Уч-ся в недостаточной мере овладел ритмическими навыками Не может выявить ритм основного бита, затрудняется двигаться в заданном ритме Не держит свою ритмическую партию



## Музыкальная память

Уровни	1 год	2 год	3 год
<b>Оптимальный</b>	Уч-ся полностью воспроизводит короткие простые ритмы Дублирует без ошибок заданные ритмы Фиксирует простые мелодии в музыкальных композициях	Уч-ся полностью воспроизводит заданные ритмы Точно повторяет ритмические рисунки музыкальных композиций Может продублировать услышанные в музыкальной композиции ритмы	Уч-ся полностью воспроизводит заданные ритмы в режиме прослушивания Может выдерживать свою ритмическую партию Точно повторяет ритмические рисунки музыкальных композиций через некоторое время после прослушивания Может движением продублировать услышанные в музыкальной композиции ритмы
<b>Достаточный</b>	Уч-ся полностью воспроизводит короткие простые ритмы в команде Дублирует заданные ритмы со второго раза Фиксирует простые ярко-выраженные мелодии в музыкальных композициях	Уч-ся полностью воспроизводит короткие простые ритмы самостоятельно Умеет дублировать предложенный ритм Может продублировать услышанные в музыкальной композиции ритмы после совместного разбора композиции	Уч-ся в достаточной мере овладел ритмическими навыками Умеет повторять ритм основного бита после нескольких прослушиваний, как перкуссионно, так и телесно
<b>Недостаточный</b>	Уч-ся воспроизводит короткие простые ритмы в команде, если они звучат за цикленно Не может дублировать заданные ритмы	Уч-ся в недостаточной мере овладел ритмическими навыками Не может дублировать предложенный ритм первого раза Слабо определяет ритмические рисунки музыкальных композиций	Уч-ся в недостаточной мере овладел ритмическими навыками Не может выявить ритм основного бита, затрудняется двигаться в заданном ритме

## Теоретические знания

Уровни	1 год	2 год	3 год
<b>Оптимальный</b>	Уч-ся знает основные базовые движения, может словесно описать базовые движения Оперирует простыми терминами позиций, направлений и пр.	Уч-ся полностью овладел понятиями базовых движений, легко ориентируется в их названиях Может логически объяснить этимологию названий базовых движений Легко оперирует терминами позиций, направлений и пр.	Уч-ся полностью овладел историей возникновения стиля, может доступно рассказать о ней Может объяснять выполнения базовых движений, рассказывать об их названии и истории возникновения Легко оперирует терминами позиций, направлений и пр. и активно пользуется ими
<b>Достаточный</b>	Учащийся знает основные базовые движения, но не может словесно описать их Понимает простые термины позиций, направлений и пр.	Уч-ся в достаточной мере овладел понятиями базовых движений, ориентируется в их названиях Не всегда может объяснить этимологию названий базовых движений Оперирует простыми терминами позиций, направлений и пр.	Уч-ся в достаточной мере овладел историей возникновения стиля, может воспроизвести её, но не готов к связному рассказу Может объяснить выполнение базовых движений Легко оперирует терминами позиций, направлений и пр.
<b>Недостаточный</b>	Учащийся не знает основные базовые движения Не всегда понимает терминологию	Уч-ся овладел некоторыми понятиями базовых движений Не может объяснить этимологию названий базовых движений Понимает простые термины позиций, но не оперирует ими	Уч-ся овладел историей стиля не полностью, путается в фактах В достаточной мере овладел понятиями базовых движений, но не может объяснить их выполнение, этимологию и пр. Оперирует простыми терминами позиций, направлений и пр.



## Исполнительское мастерство

Уровни	1 год	2 год	3 год
<b>Оптимальный</b>	Уч-ся комфортно чувствует себя перед небольшой аудиторией Применяет полученные знания без стеснения Осознаёт качество исполнения, может оценить причины успеха или поражения Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны	Уч-ся комфортно чувствует себя на сцене и перед большой аудиторией Применяет полученные знания уверенно, подкрепляя качество исполнения использованием актёрского мастерства Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны, а также направление собственного развития	Уч-ся комфортно чувствует себя на сцене и перед большой аудиторией Легко ориентируется в непредвиденных обстоятельствах, оставляет место импровизации Применяет полученные знания уверенно, с применением актёрского мастерства, легко изменяя качество движений по своему усмотрению Использует всё пространство площадки Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны, направление собственного развития и перспективы в будущем
<b>Достаточный</b>	Уч-ся может выступать публично перед небольшой аудиторией Применяет полученные знания на сцене/площадке, Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны	Уч-ся комфортно чувствует себя перед небольшой аудиторией Применяет полученные знания без стеснения Осознаёт качество исполнения, может оценить причины успеха или поражения Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны	Уч-ся комфортно чувствует себя на сцене и перед большой аудиторией Применяет полученные знания уверенно, подкрепляя качество исполнения использованием актёрского мастерства Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны, а также направление собственного развития
<b>Недостаточны й</b>	Уч-ся не может выступать публично перед небольшой аудиторией или чувствует себя крайне дискомфортно Возникают проблемы с применением полученных знаний на публике Не всегда адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны	Уч-ся может выступать публично перед небольшой аудиторией Применяет полученные знания на сцене/площадке, иногда сталкиваясь с неуверенностью в своих действиях Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны	Уч-ся комфортно чувствует себя перед небольшой аудиторией Применяет полученные знания без стеснения Осознаёт качество исполнения, может оценить причины успеха или поражения Адекватно оценивает свои сильные и слабые стороны

## Творческие навыки

Уровни	1 год	2 год	3 год
<b>Оптимальный</b>	<p>Уч-ся открыт к работе с воображением Комфортно чувствует себя в работе в паре и группе Справляется с созданием вариаций движений Находит выход из нестандартных ситуаций</p>	<p>Уч-ся открыт к работе с воображением, позитивно относится к такого рода заданиям Комфортно чувствует себя в работе в паре и группе, берёт инициативу на себя, если этого требует ситуация Справляется с созданием вариаций движений, помогает другим Находит выход из нестандартных ситуаций Проявляет инициативу в постановках, работе в группах</p>	<p>Уч-ся способен реализовывать собственные творческие задумки и наработки самостоятельно и в качестве постановщика в работе с другими людьми Активно стремится к применению воображения во всех направлениях тренировочного процесса Находит выход из нестандартных ситуаций</p>
<b>Достаточный</b>	<p>Уч-ся не всегда открыт к работе с воображением Комфортно чувствует себя в работе в паре Справляется с созданием вариаций с подсказками Находит выход из нестандартных ситуаций</p>	<p>Уч-ся открыт к работе с воображением, позитивно относится с такого рода заданиям Комфортно чувствует себя в работе в паре и группе Справляется с созданием вариаций движений Находит выход из нестандартных ситуаций</p>	<p>Уч-ся открыт к работе с воображением, позитивно относится к такого рода заданиям Комфортно чувствует себя в работе в паре и группе, иногда берёт инициативу на себя, если этого требует ситуация Справляется с созданием вариаций движений, помогает другим Находит выход из нестандартных ситуаций Проявляет инициативу в постановках, работе в группах</p>
<b>Недостаточный</b>	<p>Уч-ся не всегда открыт к работе с воображением, периодически отказываясь от неё некомфортно чувствует себя в работе с другими участниками учебного процесса Не всегда справляется с созданием вариаций с подсказками Не находит выход из нестандартных ситуаций</p>	<p>Уч-ся не всегда открыт к работе с воображением Комфортно чувствует себя в работе в паре Справляется с созданием вариаций с подсказками Находит выход из нестандартных ситуаций</p>	<p>Уч-ся открыт к работе с воображением, позитивно относится с такого рода заданиям Комфортно чувствует себя в работе в паре и группе Справляется с созданием вариаций движений Находит выход из нестандартных ситуаций</p>



### Чувство ритма

Уровни	1 год	2 год	3-4 год
<b>Оптимальный</b>	Слышит основной бит. Может выделять сильную долю в музыке. Может танцевать в такт. Находит начало такта. Различает музыкальные рисунки в композиции.	Ребенок полностью овладел навыками первого года. Может танцевать как и в такт, так и выделяя музыкальные акценты и основной бит, меняя ритм танцевальной композиции.	Ребенок полностью овладел навыками первого и второго года. Может танцевать под музыку с изменчивым основным битом и сложными акцентами
<b>Достаточный</b>	Слышит основной бит. Может выделять сильную долю в музыке. Может танцевать в такт. Плохо слышит акценты, путает их с основным битом.	Слышит основной бит. Может выделять сильную долю в музыке. Может танцевать в основной бит. Слышит акценты в музыке и умеет их отличать от основного бита. Но плохо попадает в акценты во время танца. Танцует в одном ритме	Ребенок полностью овладел навыками первого года. Может танцевать как и в основной бит так и в акценты, меняя ритм танцевальной композиции. Плохо ориентируется по музыке с изменчивым основным битом и тяжелыми акцентами.
<b>Недостаточный</b>	Ребенок в недостаточной мере овладел первоначальными навыками, танцевать в такт может только совместно с педагогом .	Слышит основной бит. Может выделять сильную долю в музыке. Может танцевать в основной бит. Плохо слышит акценты, путает их с основным битом.	Слышит основной бит. Может выделять сильную долю в музыке. Может танцевать в основной бит. Слышит акценты в музыке и умеет их отличать от основного бита. Но плохо попадает в акценты во время танца. Танцует в одном ритме.

### Физические способности

Уровни	1 год	2 год	3-4 год
<b>Оптимальный</b>	Умеет отжиматься. Выполняет основные элементы акробатики. Имеет хорошую растяжку.	Хорошо освоил программу первого года. Выполняет различные стойки на одной руке. Делает простейшие движения из акробатики.	Хорошо освоил программу первого и второго года. Выполняет стойки на руках с прогибом. Делает сложные трюки и кувырки.
<b>Достаточный</b>	Умеет отжиматься. Выполняет основные элементы акробатики. Плохая растяжка и гибкость.	Умеет отжиматься. Выполняет различные стойки на двух руках. Делает простейшие выходы силой. Имеет хорошую растяжку. Плохо выполняет стойки на одной руке, акробатику делает с ошибками.	Хорошо освоил программу первого года. Выполняет различные стойки на одной руке. Делает простейшие движения из акробатики. Стойки с прогибом выполняет с ошибками. С более сложными трюками и акробатикой не справляется.
<b>Недостаточный</b>	Плохо справляется с физической нагрузкой, плохо выполняет основные элементы акробатики.	Умеет отжиматься. Выполняет различные стойки на двух руках. Делает простейшие выходы силой, но не до конца выходит в стойки. Плохая растяжка и гибкость.	Умеет отжиматься. Выполняет различные стойки на двух руках. Делает простейшие выходы силой. Имеет хорошую растяжку. Плохо выполняет стойки на одной руке, акробатику делает с ошибками.