

Управление образования администрации  
Промышленновского муниципального округа  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Окуневская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 20.05.2024г. протокол № 7



Утверждена  
Директор МБОУ «Окуневская СОШ»  
С. Ю. Меренкова  
Приказ № 44 от 20.05.2024г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Уличные танцы»**

Возраст учащихся: 7-11 лет

12-14 лет

Срок реализации: 3 месяца

Разработчик  
Гойсан Оксана Александровна  
педагог дополнительного образования:

с. Окунево, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи программы .....	7
1.3. Содержание программы .....	8
1.3.1. Учебно-тематический план .....	8
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана .....	9
1.4. Планируемые результаты .....	11
<b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий ...</b>	<b>12</b>
2.1. Календарный учебный график .....	12
2.2. Условия реализации программы .....	12
2.3. Формы контроля .....	14
2.6. Список литературы .....	15
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>16</b>

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Уличные танцы» (далее – Программа) является модифицированной, краткосрочной, реализует художественную направленность в дополнительном образовании детей, срок реализации – 3 месяца.

Программа составлена на основе сертифицированной программы УДО «Дом детского творчества» «Уличные танцы», разработчик Леонтьева Н.Е., педагог дополнительного образования.

Данная Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. № 678-р;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим,

интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения РФ в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны (Письмо Министерства просвещения РФ от 29.09.2023г. № АБ-3935/06);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28, вступившее в силу 01.01.2021г. «Об утверждении СанПиН 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Уставом МБОУ «Окуневская СОШ»;

- Учебным планом МБОУ «Окуневская СОШ»;

- Календарным учебным графиком МБОУ «Окуневская СОШ».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Уличные танцы»** имеет художественную направленность.

### **Актуальность программы**

В современном мире уличные танцы являются для представителей молодого поколения одним из востребованных хореографических направлений.

Это «молодые» виды танцев, которые возникли пять десятилетий назад. Они в прямом смысле слова «родились» на улице. Первоначально «танцы на улице» представляли собой соревнование, так называемый, «танцевальный батл». Молодые люди демонстрировали свои танцевальные умения в открытом пространстве. Позднее уличные танцы переместились в танцевальные классы и превратились в один из общепризнанных разновидностей танцев.

Уличные танцы – это смесь различных танцевальных жанров и культур, включая брейк-данс, хип-хоп, и хаус, RnB и множество других. Название

этого стиля объединяет множество танцевальных направлений, которые родились за пределами танцевальных студий балетных школ.

*Актуальность* данной Программы заключается в том, что в век информационных технологий, когда у детей сокращается время на активную двигательную деятельность, уличные танцы позволяют восполнить указанный пробел. Это отличный способ занять детей на время летних каникул, полезная и увлекательная альтернатива гаджетам и безделью, возможность провести каникулы с пользой, зарядиться позитивной энергией. Уличные танцы являются уникальным способом социализации детей и подростков, без излишних назиданий воспитывают их, включают в общественно значимую, согласованную деятельность, способствуют проявлению свободы самовыражения, креативности и соревновательного духа. Привлекают детей и подростков, учат красоте и выразительности, развивают физическую силу, танцевальные, музыкальные и творческие способности.

**Новизна программы** заключается в том, что уличные танцы – это новый и привлекательный вид досуговой деятельности для детей сельской территории, связанный со здоровьем и бережением, развитием творческого потенциала ребенка, повышением уровня его общей и танцевальной культуры.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что она предоставляет детям возможность творческой самореализации через исполнение танцевальной импровизации, повышает уровень позитивной социальной активности, формирует потребность в здоровом образе жизни, умении владеть своим телом.

**Уровень сложности программы:** стартовый. Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения материала. Данная программа является модифицированной,

разработана на основе существующих программ по уличным танцам, разноуровневой и реализуется с учётом учебно-воспитательных условий и возрастных особенностей учащихся.

**Адресат программы:** Принимаются учащиеся, не имеющие противопоказаний по здоровью, отнесенные к основной медицинской группе.

Возраст учащихся:

- от 7 до 11 лет;

- от 12 до 14 лет.

Количество учащихся в группе 15 человек.

Условия набора учащихся: принимаются все желающие по заявлению законных представителей и наличие медицинской справки о состоянии здоровья.

**Объем программы:** Данная программа рассчитана на 3 месяца обучения (с июня по август), в общем объеме 36 часов.

**Срок освоения программы** определяется содержанием программы и рассчитан на 3 месяца обучения (12 недель).

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа. Продолжительность академического часа – 45 минут. Перерыв после каждого часа занятий – 10 минут.

**Форма обучения:** очная. Во время карантина обучение проводится дистанционно. Основной формой обучения является занятие.

**Особенности организации образовательного процесса** в том, что основной формой обучения являются групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия.

Работа с учащимися без ОВЗ.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** Формирование мотивации к занятиям уличными танцами, как условию творческого самовыражения ребенка и средству укрепления его физического и эмоционального здоровья.

**Задачи программы:**

Образовательные:

- познакомить учащихся с историей возникновения и стилями уличного танца;
- познакомить учащихся с понятиями «уличный танец», «танцевальные техники», «батл»;
- научить учащихся технике базовых танцевальных шагов «Хип-хопа» (Hip-hop), «Флэш» (Flash), Брейка (Breakdance), Локинг (Locking), свободному владению корпусом, движению головы и позиции рук, составлению простых танцевальных композиций;
- научить учащихся основам постановки уличных танцев.

Развивающие:

- развивать у учащихся навыки постановки уличных танцев;
- развивать навыки импровизации танца (при выполнении танцевальных движений, шагов)
- развивать у учащихся навыки выполнения танцевальных шагов, гибкости, пластичности и устойчивости;
- развивать у учащихся творческое мышление и воображение, эмоциональность.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся потребность в двигательной активности и здоровом образе жизни через уличные танцы;
- воспитывать у учащихся общую и танцевальную культуру.

**1.3. Содержание программы**  
**1.3.1. Учебно-тематический план**

**7-11 лет**

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Всего часов	В том числе		Формы аттестации / контроля
			Теория	практика	
<b>1</b>	Вводное занятие. Техника безопасности.	3	3	-	Наблюдение
<b>2</b>	Основные понятия, связанные с уличными танцами	3	1	2	Показ
<b>3</b>	Ритмика, музыкальное движение, эмоциональная выразительность.	13	-	13	Показ
<b>4</b>	Хореографическая база.	14	1	13	Показ
<b>5</b>	Постановка и презентация танцевального батла.	3	-	3	Контрольный показ.
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	

**12-14 лет**

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Всего часов	В том числе		Формы аттестации / контроля
			Теория	практика	
<b>1</b>	Вводное занятие. Техника безопасности.	3	3	-	Наблюдение
<b>2</b>	Уличные танцы - синтез различных танцевальных стилей	15	3	12	Показ
<b>3</b>	Основные танцевальные техники	15	-	15	Показ
<b>4</b>	Постановка и презентация танцевального батла	3	-	3	Контрольный показ.
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	



## **1.3.2. Содержание учебно-тематического плана**

### **7-11 лет**

#### **Раздел 1. Вводное занятие. (3 часа)**

Теория. Введение в образовательную программу. Знакомство с содержанием программы. Правила поведения в спортивном зале: техника безопасности, первичные пути эвакуации, правила пожарной безопасности. Организационные вопросы.

#### **Раздел 2. Основные понятия, связанные с уличными танцами. (3 часа)**

Теория. История танца. Виды танца. Термины хореографии.

Практика. Названия движений и упражнений в хореографии. Выявление у детей анатомо-физиологических и психологических особенностей. Танцевально-игровое занятие. Позиции и положения рук и ног, переход от одной позиции к другой. Контролируемые и ритмичные перемещения. Пространство. Упражнения для развития тела.

#### **Раздел 3. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности. (13 часов)**

Практика. Метроритм. Основы музыкальной грамоты. Средства пластического искусства. Основы ритмического движения. «Контактные» звуки тела и ритмы. Ритмические упражнения. Основы актерского мастерства. Упражнения на развитие актерской выразительности. Повторение и закрепление пройденного материала.

#### **Раздел 4. Хореографическая база. (14 часов)**

Теория. Беседа об уличных стилях танца. Беседа о значении базы хип-хопа. Беседа о правилах оказания ПМП при травмах и самомассаж.

Практика. Позиции и положения рук, ног, головы, корпуса. Упражнения для развития рук и ног. Наклоны и повороты (голова, корпус). Базовые

танцевальные шаги. Элементы современного танца. Упражнения на устойчивость.

#### **Раздел 5. Постановка и презентация танцевального батла. (3 часа)**

Практика: Показ танцевального батла.

### **12-14 лет**

#### **Раздел 1. Вводное занятие. (3 часа)**

Теория: Введение в образовательную программу. Знакомство с содержанием программы. Правила поведения в спортивном зале: техника безопасности, первичные пути эвакуации, правила пожарной безопасности. Организационные вопросы.

#### **Раздел 2. Уличные танцы - синтез различных танцевальных стилей. (15 часов)**

Теория: Что такое уличные танцы? История возникновения уличных танцев. Общее и различное уличных танцев, «Хип-Хопа», «брейк-данса», «Хауса». Уличные танцы как форма укрепления здоровья. Правила для выполнения упражнений на середине зала.

Практика: Позиции и положения рук, ног, головы, корпуса. Элементы уличного танца. Элементы «Хип-Хоп». Элементы «Брейк-данс», «Хаус».

#### **Раздел 3. Основные танцевальные техники. (15 часов)**

Практика: Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции. Постановка танца на основе изученных элементов. Техника импровизации.

#### **Раздел 4. Постановка и презентация танцевального батла. (3 часа)**

Практика: Показ танцевального батла.

#### **1.4. Планируемые результаты:**

**Учащиеся будут знать:**

- историю возникновения и стилями уличных танцев;
- понятия «уличный танец», «танцевальные техники», «батл»;
- технику базовых танцевальных шагов «Хип-хопа» (Hip-hop), «Флэш» (Flash), Брейка (Breakdance), Локинг (Locking);
- основы постановки уличных танцев.

**Учащиеся будут уметь:**

- выполнять базовые танцевальные шаги «Хип-хопа» (Hip-hop), «Флэш» (Flash), Брейка (Breakdance), Локинг (Locking);
- импровизировать в танце (при выполнении танцевальных движений, шагов);
- ставить уличный танец, составлять простые танцевальные композиции;
- выполнять упражнения на гибкость, пластичность и устойчивость;
- творчески мыслить, передавать характер и манеру исполнения уличных танцев.

**Проверка результатов:**

Выполнение контрольных упражнений и основных танцевальных движений.

Выполнение тренингов на гибкость, ловкость и выносливость.

Выполнения танцевальных этюдов на импровизацию.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график для 36 часов

Продолжительность обучения	Периодичность занятий
Три месяца	2 раза в неделю по 1,5 часа

### 2.2. Условия реализации программы

Количество обучающихся в группе – 15 человек. К занятиям допускаются все желающие, не имеющие серьёзных отклонений по состоянию здоровья и физическим данным.

Исходя из поставленных задач, важнейшими принципами построения программы являются:

- научность и доступность: использование на занятиях доступных для учащихся понятий и терминов, учет уровня подготовки;
- последовательность: опора на имеющийся у учащихся опыт, переход от простого к сложному;
- системность, в освоении трудовых приемов: освоение нового материала опирается на ранее приобретенные знания и умения;
- разнообразие и приоритет практической деятельности;
- личностно-ориентированный подход в обучении;
- осмысленный подход учащихся к творческой деятельности, процессу ее осуществления и значимому результату.

При этом последовательно должна происходить:

- адаптация учащегося в творческом коллективе,
- целенаправленное усвоение необходимых знаний и умений по уличному танцу, демонстрация навыков исполнительской деятельности,
- переход от любопытства к увлечению и мастерству;
- реализация своих желаний и возможностей, стремление к совершенствованию.

*Материально-техническое обеспечение:*

1. Учебный кабинет, спортивный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям и технике безопасности к данному виду деятельности.
2. Видео-аудио аппаратура.
3. Тренировочные коврики.

*Музыкальное сопровождение занятия:*

Все занятия сопровождаются аудиозаписями. Педагог готовит разнообразный музыкальный материал, знакомит учащихся с различными стилями уличных танцев, формирует музыкальную культуру, слух, манеру исполнения.

*Формы занятий:*

- Комплексы практических упражнений,
- Импровизация,
- постановки,
- репетиции,
- выступления,
- видео-просмотры,
- батлы,
- творческие обсуждения, беседы, собеседования,
- самостоятельная творческая работа

*Типы занятий:*

- групповое,
- внеаудиторное (с участием всех учебных групп)

Основной формой обучения является комплексное учебное занятие, включающее в себя вопросы теории и практики.

***Кадровое обеспечения:***

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог

дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса.

Педагог должен обладать компетенциями в области хореографии и танца.

### **2.3. Формы аттестации / контроля**

Входное тестирование (начальная диагностика) – квест-игра «В здоровом теле, здоровый дух!» (Приложение №2).

Итоговый контроль (итоговая аттестация) – выступление. Показ танцевального батла. (Приложение №3)

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности учащихся;
- личные интересы и приоритеты учащихся;
- потенциал группы в целом и каждого учащегося отдельно; -качество подготовки к моменту начала освоения программы.

Технологии, используемые в обучении:

1. Информационно-коммуникативные технологии позволяют учащимся получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так они полезны при просмотре концертов и выступлений, в которых учащиеся сами будут принимать участие, для осмысления и оценки своего собственного результата.
2. Образовательные технологии системно-деятельностного типа, посредством которых учащиеся изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением.

3. Игровые технологии помогают развитию творческого мышления, развивают художественное воображение и фантазию, повышают уровень общения и взаимодействие в творческом коллективе.

4. Технологии дифференцированного обучения помогают в успешном обучении каждого учащегося на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

### **3. Список литературы.**

1. Буренина А.И. Коммуникативные танцы для детей. С.-П., 2004-36с.

2. Танец hip-hop // «Энциклопедия танца», 2007.

#### **Интернет источники:**

1. <https://mirlib.ru/knigi/kultura/85946-ritmika-muzykalnoe-dvizhenie.html>

2. [https://www.rulit.me/programRead.php?page=1&program\\_id=290242](https://www.rulit.me/programRead.php?page=1&program_id=290242)

3. <https://search.rsl.ru/ru/record/01001278427>

4. <https://multiurok.ru/files/metodika-khoreograficheskoi-rabotymetodicheskaja.html>

5. <http://www.folkcentr.ru/golejzovskij-k-ya-obrazy-russkoj-narodnoj-xoreografii/>

6. <https://litresp.ru/chitat/ru/Б/bazarova-nadezhda-pavlovna/azbuka-klassicheskogotanca>

**Календарно-тематический план  
7-11 лет**

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Всего часов	В том числе		Формы аттестации / контроля
			Теория	практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие. Техника безопасности.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>Наблюдение</b>
	Введение в образовательную программу. Знакомство с содержанием программы. Правила поведения в спортивном зале: техника безопасности, первичные пути эвакуации, правила пожарной безопасности. Организационные вопросы.	3	3		
<b>2</b>	<b>Основные понятия, связанные с уличными танцами</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>Показ</b>
	История танца. Виды танца. Термины хореографии.	1	1		
	Названия движений и упражнений в хореографии. Выявление у детей анатомо-физиологических и психологических особенностей. Танцевально-игровое занятие. Позиции и положения рук и ног, переход от одной позиции к другой. Контролируемые и ритмичные перемещения. Пространство. Упражнения для развития тела.	2		<b>2</b>	
<b>3</b>	<b>Ритмика, музыкальное движение, эмоциональная выразительность.</b>	<b>13</b>	<b>-</b>	<b>13</b>	<b>Показ</b>
	Метроритм. Основы музыкальной грамоты.	1		1	
	Средства пластического искусства.	1		1	
	Основы ритмического движения.	1		1	



	«Контактные» звуки тела и ритмы. Ритмические упражнения.	2		2	
	Основы актерского мастерства.	3		3	
	Упражнения на развитие актерской выразительности.	3		3	
	Повторение и закрепление пройденного материала.	2		2	
<b>4</b>	<b>Хореографическая база.</b>	<b>14</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	<b>Показ</b>
	Беседа об уличных стилях танца, о значении базы хип-хопа, о правилах оказания ПМП при травмах и самомассаж.	1	1		
	Позиции и положения рук, ног, головы, корпуса.	2		2	
	Упражнения для развития рук и ног.	2		2	
	Наклоны и повороты (голова, корпус).	2		2	
	Базовые танцевальные шаги «Хип-хопа» (Hip-hop), «Флэш» (Flash), Брейка (Breakdance), Локинг (Locking).	4		4	
	Элементы современного танца.	2		2	
	Упражнения на устойчивость.	1		1	
<b>5</b>	<b>Постановка и презентация танцевального батла.</b>	3	-	3	<b>Контрольный показ.</b>
	Танцевальный батл	3		3	
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	

### 12-14 лет

№ П/п	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теория	практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	-	<b>Наблюдение</b>
1.1.	Введение в образовательную программу. Знакомство с содержанием программы. Правила поведения в танцевальном зале: техника безопасности, первичные пути эвакуации, правила пожарной безопасности.		3	-	
<b>2</b>	<b>Уличные танцы, синтез различных танцевальных стилей.</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>Показ</b>
2.1.	Стили уличного танца, «Хип-Хоп», «брейкданс», «Хаус»? История возникновения уличных танцев. Общее и различное уличных танцев, «Хип-Хопа», «брейк-данса», «Хауса». Уличные танцы как форма укрепления здоровья.		3	3	
2.3.	Правила выполнения упражнений на середине зала.			3	
2.4.	Элементы «Хип-Хоп», «Брейк-данс».			3	
2.5.	Элементы «Хаус».			3	
<b>3</b>	<b>Основные танцевальные техники.</b>	<b>15</b>		<b>15</b>	<b>Показ</b>
3.1.	Техника танца «ХипХоп», «Поппинг», «Брейк-данс».			3	
3.2.	Техника танца «Хаус», «Локинг».			3	
3.3.	Техника импровизации.			3	
3.4.	Соединение ранее изученных движений (техник) в танцевальные композиции.			3	
3.5.	Постановка танца на основе изученных композиций.			3	
<b>4</b>	<b>Постановка и презентация танцевального батла</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	<b>Контрольный показ</b>
4.1.	Танцевальный батл	3		3	

	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	
--	---------------	-----------	----------	-----------	--

## Приложение 2

### Входное тестирование

квест-игра «В здоровом теле, здоровый дух!» 1.

Станция «импровизация» (3 балла – максимально)

Выполнил:

3 музыкальные композиции	2 м.к.	1 м.к.
3 балла	2 балла	1 балл

2. Станция «Шпагат» (3 балла – максимально)

Сел на поперечный	Сел на одну ногу	Не сел
3 балла	2 балла	1 балл

3. Станция «Наклоны вперед» (ноги вместе) (3 балла- максимально)

Положил ладошки на пол	Задел пальцами	Не дотянулся
3 балла	2 балла	1 балл

4. Станция «Пресс-подъемы за 1 минуту» (3 балла- максимально)

15 раз	10 раз	5 раз
3 балла	2 балла	1 балл

5. Станция «колесо» (3 балла – максимально)

На одной руке	На двух руках	Не сделал
3 балла	2 балла	1 балл

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
-----------------	-----------------	----------------

11-15 баллов

6-10 баллов

1-5 баллов

Приложение 3

### **Итоговая аттестация**

Танцевальный батл. Учащиеся объединяются в группы, под музыкальные композиции соревнуются, выполняя разные виды танцевальных техник.