

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

СОГЛАСОВАНО
С педагогическим
советом
от 30.08.2023 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО ДДТ
_____ Марина Л.В.
Приказ № 52-1
от 01.09.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ХИП-ХОП»**

Срок реализации программы – 1 год

Возраст детей 5-7 лет

Составитель:
педагог дополнительного образования
Большакова М.А.

г. Клин, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хип-хоп танец – в широком понимании все, что танцуют под музыку хип-хоп. Разнообразие стилей и направлений музыки хип-хоп не позволяют выделить конкретно танец хип-хоп, правильнее будет называть «танец в стиле хип-хоп». Каждый новый стиль хип-хоп танца приобретает и заимствует черты родственных и приплюсовывает «удобную» хореографию не родственных направлений. Мультитехничность и открытость хип-хопа для экспериментов и импровизации вызывает серьезную проблему классификации по стилям, техникам и направлениям.

Дополнительная общеразвивающая программа «Хип-хоп» ориентирована на детей 5-7 лет.

Срок реализации программы 1 год.

Программа имеет стартовый (1 год) уровень сложности.

Базовые нормативно-правовые документы, взятые за основу при разработке программы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 № 273 (в редакции Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»);
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г № 678-р);
4. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. №1642;
5. Постановление от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 №1040)
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

8. Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо МОМО от 26.08.2013 №10825-13в/07);

9. Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо МОМО от 26.08.2013 №10825-13в/07);

10. Устав МБУДО «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Актуальность программы.

Хип-хоп – это символ современной молодежной культуры, который всегда будет оставаться актуальным. Хип-хоп танцы становятся все более популярными. Постепенно хип-хоп культура приживается и в России, обретая новое воплощение. Уроки хип-хоп танцев пользуются большим спросом, танцоры со всей России участвуют во всевозможных баттлах. Поэтому, танцевальный хип-хоп имеет в нашей стране серьезное будущее. Хип-хоп дает много возможностей для импровизации и самовыражения. Хип-хопперы всего мира отличаются пристрастием к брейк-дансу, граффити, спортивной просторной одежде и обуви. Это яркое поколение современной молодежи, которая свободно выражает свои эмоции с помощью уличных танцев.

Новизной дополнительной общеразвивающей программы является новая нестандартная методика, включающая в себя набор различных танцевальных упражнений, по профилактике укрепления осанки, плоскостопия, суставной гимнастики, стретчинг (упражнения на растягивание и развитие гибкости).

Координация рук и ног с передвижением в пространстве.

-Техника изоляция.

-Основные шаги «кросс»

- Основные движения корпуса «кач»

-Прыжки

-Вращения. Освоение данной программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и физическому совершенствованию.

Цель программы.

Создание условий для формирования личности ребенка, способного к творческой самореализации посредством современного искусства хореографии.

Задачи программы

Обучающие:

- обучить технически грамотному исполнению движений;
- сформировать систему теоретических и практических знаний;
- обучить детей мыслить, слушать и слышать педагога, уметь исправлять неточности в исполнении;
- обучить точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- обучить навыкам актерской выразительности, сольного и ансамблевого исполнения;
- сформировать технику исполнения современного танца;
- обучить самостоятельной постановке танцевального номера.

Развивающие:

- развить у обучающихся музыкально-ритмические навыки;
- развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- развить сценическую технику и актерское мастерство;
- создать условия для развития творческих способностей;
- создать условия для физического развития подростков посредством танца;
- формировать правильную осанку;

- сформировать танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Воспитательные:

- создать условия для активизации интереса обучающихся к «хип-хоп» - искусству;

- развить художественный вкус;

- создать благоприятный психологический климат для формирования коллектива;

- создать условия для воспитания уважения к результатам личного и коллективного труда.

- создать условия для воспитания нравственных и волевых качеств;

- привить обучающимся интерес к танцу и музыке, отечественному культурному наследию;

- создать условия для приобретения обучающимися опыта общественных и личностных отношений,

позволяющих адаптироваться к изменяющимся условиям жизни;

- способствовать стремлению к высоким личностным достижениям в жизни.

1. Планируемые результаты изучения учебного предмета.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для детей 5-18 лет направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и

психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Структурные компоненты занятий.

Структура занятий включает в себя три основные части:

подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия:

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе.

Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма.

Основными средствами подготовительной части являются:

- различные формы ходьбы и бега;
- несложные прыжки;
- короткие танцевальные комбинации, состоящие из
- освоенных ранее элементов;
- упражнения на связь с музыкой

Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Основная часть занятия:

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки;

воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия:

- упражнения на силу,
- растягивание и
- расслабление мышц;
- танцевальные композиции;
- постановочная работа.

Заключительная часть занятия:

Основные задачи

- постепенное снижение нагрузки;
- краткий анализ работы,
- подведение итогов.

Основными средствами являются:

- спокойные танцевальные шаги и движения;
- упражнения на расслабление;
- плавные движения руками;
- знакомые танцы.

Особенностью всех этапов обучения является одинаковое изложение теоретического материала реализации программы и вариативная подача практического материала. Помимо изучения техники хип-хоп танца ведется работа по изучению и освоению основ хореографии.

На начальном этапе предлагается развернутая схема занятия:

- эззерсис на полу,
- эззерсис на середине,
- вращение, прыжки,
- танцевальные вариации и схемы,
- которые могут меняться каждое занятие.

На основном уровне обучения особое внимание уделяется развитию

физических способностей (шаг, гибкость, прыжок, пластичность) и музыкальных данных (слух, музыкальная выразительность движений) воспитанников, а также развитию индивидуальной манеры исполнения. На творческом уровне обучения, благодаря занятиям по импровизации, наиболее широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой хип-хоп танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление.

В процессе обучения по образовательной программе «Обучение танцу в стиле «Хип-Хоп» применяются следующие формы:

- Тематические (изучение или повторение одной учебной темы)
- Комплексные или интегрированные (изучение одной темы с использованием двух, трех видов творческой деятельности)
- Зачетные (аттестация обучающихся по теоретическим и практическим основам данного направления)
- Игровые – познавательные
- Соревновательные (баттл)
- Выездные (творческие выступления)

Методы и приемы:

- Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения.
- Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты и связь музыки и движения.
- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
- Метод практического обучения, где в учебном процессе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск

художественного и технического решения.

- Приёмы:

- комментирование,
- инструктирование,
- корректирование.

На каждом этапе обучения дается материал по основным семи разделам:

- Разогрев, пластика
- Координация и устойчивость
- Ритмика
- Танцевальные комбинации
- Драматургия танца
- Постановочная деятельность

Раздел «Разогрев, пластика»

Упражнения на развитие силовых качеств, выносливости.

Основные понятия: параллель, вертикаль, спираль, лифт.

- Упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепление мышц спины
- Упражнения для ориентировки
- Упражнения «Наклоны»
- Упражнения лёжа на полу
- Упражнения сидя
- Упражнения на дыхание
- Упражнения на коленях

Упражнения на середине зала :

Голова – движения вперёд и в сторону; кисти – вверх, вниз; локтевой сустав; грудной отдел – работа вперёд, в сторону; тазобедренный сустав – вперёд, назад, в сторону колени – «пружина», стопы.

Раздел « Координация и устойчивость»

К числу основных координационных способностей относятся :

- способность к равновесию

- способность к перестраиванию движений
- способность к соединению (комбинированию) движений
- способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задач
- способность к выполнению заданий в заданном ритме
- способность к ориентированию в пространстве
- способность к управлению времени двигательных реакций
- способность предвосхищать (антиципировать) различные признаки движений, условия их выполнения и ход изменения ситуации в целом
- способность к рациональному расслаблению мышц
-

Существует три вида координации:

-нервная координация - согласование нервных процессов, управляющих движениями через мышечное напряжение. Это согласованное сочетание нервных процессов, приводящее в конкретных условиях к решению двигательной задачи.

мышечная координация - согласование напряжения мышц, передающих команды управления на звенья тела как от нервной системы, так и от других факторов.

- Мышечная координация не однозначна нервной, хотя и управляется ею.

-Двигательная координация - согласованное сочетание движений звеньев тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное, соответствующее двигательной задаче, внешнему окружению и состоянию человека. И она не однозначна мышечной координации, хотя и определяется ею.

Исходя из всего этого, координационные способности можно определить как совокупность свойств человека, проявляющихся в процессе решения двигательных задач разной координационной сложности и обуславливающих успешность управления двигательными действиями и их регуляцией.

Раздел «Ритмика»

Первый раздел включает коллективно - порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге, беге, на хлопках в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Раздел «Танцевальные комбинации»

Изучение и отработка танцевальных комбинаций в медленном темпе на поднятие ног с партером и с работой позвоночника,

-танцевальная комбинация на материале хип-хоп танца с партером и базовыми шагами.

- комбинация на основе хип-хоп стайл, с шагами переступания, прыжками и изоляцией на перемещение в пространстве.

Движения и шаги хип-хоп, изучение более сложных движений и совершенствование уже полученных знаний .

Раздел « Драматургия танца»

Рассказ о экспозиции, завязке, развития действия, кульминации и развязке.

1. **Экспозиция** танца. Выход исполнителей, характеристика действующих лиц, время, место действия, эмоциональный настрой.

2. **Завязка**- начало развития, содержание образа, начало развития формы.

3. **Развитие действия** решается за счёт развития усложнённой лексики рисунка, музыкальной драматургии.

4. **Кульминация** самый сложный рисунок или движения, или быстрый темп, всё самое интересное. Когда на финал танца исполнители остаются на сцене- это совпадение кульминации и развязки.

5. **Развязка** действие заканчивается, может совпасть с кульминацией, а может

Быть растянутой. Постепенный уход за кулисы.

Раздел «Постановочная деятельность».

Работа с репертуаром. Разучивание основных движений связок. Разучивание комбинаций движений. Отработка номеров. Закрепление номеров.