

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 583 Приморского района Санкт-Петербурга)
197373, Санкт-Петербург, пр. Авиаконструкторов, дом 14, лит. А
тел./факс 395-26-52, тел 307-12-16

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 583 Приморского района
Санкт-Петербурга
от 29.05.2023 Протокол № 12

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ школы № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
от 29.05.2023 г. № 441 -д

_____/А.В. Чередниченко/
подпись Ф.И.О.

ПРИНЯТ

с учётом мнения Совета родителей
от 29.05.2023 года
протокол № 7

ПРИНЯТ

с учётом мнения Совета обучающихся
от 29.05.2023 года
протокол № 4

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

«ХИП-ХОП»

1 год обучения

Возраст учащихся 7-14 лет

Разработчик: Синева Флюра Рамилевна,
педагог дополнительного образования

2023-2024 гг.

Пояснительная записка

Рабочая программа первого года обучения составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хип-хоп» имеющей физкультурно-спортивную направленность. Уровень освоения – базовый.

Задачи

Обучающие:

- познакомить с историей зарождения и развитием современного танца в стиле ХипХоп;
- познакомить с основными техниками, базовыми движениями современного танца в стиле Хип-хоп;
- сформировать умение двигаться в соответствии с ритмом музыки.

Развивающие:

- разрабатывать и укреплять различные группы мышц;
- развивать пластичность и четкость постановки отдельных частей тела при выполнении движений;
- развивать чувство ритма;
- развивать координацию движений;
- развивать музыкальный слух;
- развивать артистические способности;
- мотивировать детей и подростков экспериментировать, импровизировать.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся чувство ответственности;
- воспитывать чувство сплоченности при работе в коллективе;
- воспитывать чувство товарищества и партнерства.

Особенности 1-го года обучения

Данная рабочая программа полностью отражает уровень подготовки детей, конкретизирует содержание тем, и даёт распределение педагогических часов по разделам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хип-хоп» первого года обучения. В программу включены как теоретические, так и практические занятия, которые соответствуют современным образовательным технологиям. В программе отражены принципы индивидуальности, доступности, преемственности, результативности, методы активного обучения, дифференцированного обучения, методы контроля и управления образовательным процессом.

Особенности организации образовательного процесса

Программа подразумевает активное участие детей в учебной деятельности. Теоретические блоки содержат большое количество информации об истории возникновения современных танцев, а также практические занятия по отработке изученных танцевальных элементов. Выбор формы проведения учебного занятия происходит в зависимости от сложности преподносимого материала, возраста и уровня подготовки учащихся.

Характеристика группы объединения

В объединении занимаются три группы детей: дети 7-8, 8-10 и 11-14 лет. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Условия набора: в группе по программе 1-го года обучения занимаются дети в количестве не более 20 человек.

Режим занятий: на освоение программы 1-го года обучения отводится 2 часа в неделю; всего 72 часа за учебный год.

Занятия проводятся еженедельно.

Формы проведения занятий:

- беседа, объяснение;
- игра;
- демонстрация движений педагогом;
- соревнование
- репетиция (позволяет более точно разучивать танцевальные элементы сольных номеров);
- игровое соревнование «Батл» (данная форма дает возможность обеспечить формирование общей культуры поведения и выявить одаренных детей)

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- Индивидуальная (для проведения диагностики и отработки двигательных навыков в индивидуальном порядке; физическая подготовка (разминка, общая физическая нагрузка, растяжка)
- коллективная (демонстрация педагогом и разучивание новых танцевальных движений обучающимися);
- групповая (при выполнении заданий, требующих объединение детей в пары либо малые группы).
- работа в паре (позволяет максимально синхронизировать свои движения с движениями партнера по танцу).

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастными особенностями учащихся, направлен на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и формирование практических умений и навыков. На занятиях повторяются различные группы упражнений, постоянно чередующиеся между собой. Регулярно обсуждается с учащимися различные комбинации танцевальных движений. В

программе для каждой возрастной группы, в процессе практических занятий, излагается не только новый материал, но и обязательно включаются танцевальные движения, усвоенные ранее. Данный прием применяется для закрепления изученного материала и совершенствования сформированных навыков. Особое внимание на занятиях уделяется физическому развитию организма. Педагогом проводится общая физическая подготовка. Для оттачивания мастерства учащихся, показ и объяснение педагога дополняются демонстрацией видеозаписей выступлений различных танцевальных коллективов. Для тренировки эмоциональной устойчивости в учебный план включены игровые упражнения с элементами соревнований. Результатом занятий становится составление танцевальных композиций и самостоятельное исполнение танца учащимися. Необходимые теоретические сведения излагаются по ходу практических занятий во избежание перегрузок.

Каждое занятие имеет определенную последовательность различных этапов:

- разминка (разогрев и подготовка к работе различных групп мышц посредством несложных, характерных для стиля «Хип - хоп» телодвижений и специальных упражнений);
- изучение нового материала (изучение рисунка танца; способов построения различных комбинаций движений и принципов их исполнения в медленном темпе; позиции рук; позиции ног; позиции туловища и головы);
- повторение танцевальных элементов учащимися (отработка движений и элементов современного танца - синхронов и связок в ритме музыки);
- самостоятельная, индивидуальная и/или групповая работа (самостоятельная отработка изученного материала, выполнение творческих заданий).

Планируемые результаты Программы:

Личностные

Учащиеся:

- научатся вести совместную деятельность в команде, в паре;
- научатся строить отношения в коллективе;
- научатся анализировать свои действия и действия членов коллектива;

Метапредметные

Учащиеся:

- научатся координировать свои движения;
- научатся воспроизводить базовые танцевальные движения в стиле хип-хоп;
- овладеют техникой исполнения танцевальных движений;
- научатся «слушать» музыку и двигаться в соответствии с ритмом;
- научатся легко запоминать и воспроизводить новый материал;
- приобретут навыки уверенно чувствовать себя на сцене;

- научатся проявлять свои артистические способности во время исполнения танцевальных номеров.

Предметные

Учащиеся:

- расширят знания об истории зарождения и развития современного танца, стиля «хип-хоп»;
- узнают отличительные особенности стиля хип-хоп и близких к нему танцевальных стилей;
- узнают принципы построения танцевальных номеров;
- познакомятся с техниками исполнения танцевальных элементов;
- узнают принципы организации пространства в танце;
- узнают принципы работы на сцене

Учебный план I-го года обучения

№ п/п	Раздел	Количество часов			Формы/способы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальная/опрос-игра
2	Ритмика хип-хопа	2	1	1	-
3	Изучение и отработка базовых движений хип-хопа	15	2	13	Индивидуальная/батл в паре
4	Физическая подготовка	10	1	9	-
5	Разучивание и отработка связок в стиле хип-хоп	15	0	15	Индивидуальная/игра-батл
6	Репетиционно-постановочная деятельность	20	3	17	Индивидуальная/игра-соревнование
7	Импровизация	6	1	5	-
8	Итоговое занятие	2	0	2	Индивидуальная/игра-соревнование
	Итого часов	72	7	65	

Содержание программы 1-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Знакомство с расписанием занятий, правилами поведения на занятии, техникой безопасности. План работы объединения на год. Форма одежды и внешний вид.

Практика:

Первичная диагностика.

2. Ритмика хип-хопа

Теория:

Правила выполнения упражнений. Последовательность. Общее представление о стиле хип-хоп. Видео презентации хип-хоп композиций.

Практика:

Пружинистые движения (bounce). Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги.

3. Изучение и отработка базовых движений

Теория:

Объяснение движения, указание за счет каких мышц оно выполняется (особое внимание уделяется постановке корпуса)

Практика:

Усвоение и отработка таких базовых движений как: кач, элементарные степы, волны корпусом и руками, Running Man, Criss-Cross, слайды, прыжки, повороты, характерные движения головы.

4. Физическая подготовка

Теория: (разминка)

Изучение принципа правильного выполнения каждого движения

Практика:

Выполнения комплекса упражнений, направленного на постепенный разогрев всех групп мышц, задействованных в танце:

- круговые движения головой;
- разминка плечевого пояса;
- круговые движения руками; разминка кистей;
- развитие работы мышц грудной клетки;
- круговые движения бедрами; «восьмерка» бедрами;
- разминка стоп и голеностопа;
- разминка поясничного отдела позвоночника (наклоны, круговые движения тазом и т. д).

Теория: (общая физическая подготовка)

Корректировка принципа правильного выполнения каждого движения. Знакомство с принципом и последовательностью выполнения упражнений на каждую группу мышц

Практика:

Выполнения силовых упражнений:

- упражнения на пресс (подъем туловища, подъем ног, скручивания, складки)

- упражнения на укрепления мышц спины (подъем верхней части туловища из положения лёжа, скручивание)
- упражнения на укрепление икроножных мышц (подъем на носках, выпрыгивания)
- отжимания

Выполнения комплекса упражнений (выпады, наклоны, складки, упражнение «бабочка» и др.), направленных на растяжку мышц ног и спины.

5. *Разучивание и отработка связок*

Практика:

Отработка движений, составляющих связку, под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

6. *Репетиционно-постановочная деятельность*

Теория: Изучение разных вариантов танцевального рисунка, постановок, переходов. Прослушивание нового аудио - материала. Чтение литературы, посвященной современным танцам. Просмотр видео - материала (записей выступлений различных коллективов современных танцев).

Практика:

Соединение связок в полноценные номера, отработка номеров; отработка номеров для выступления на отчётно-зачётных мероприятиях.

7. *Импровизация*

Теория:

Объяснение цели и задач импровизации

Практика: Формирование навыка создания свободной танцевальной импровизации под любую музыку.

8. *Итоговое занятие*

Практика: контрольные занятия по проверке усвоения материала