

Министерство образования и науки Республики Бурятия
Комитет по образованию Администрации города Улан – Удэ
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дом творчества Советского района г.Улан – Удэ»

Рекомендовано
Педагогическим Советом
МАУ ДО «ДТСР г.Улан-Удэ»
Протокол № 1
« 03 » сентября 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ДТСР г.Улан-Удэ»
И.И. Басхаева
« 03 » сентября 2024г.



Дополнительная
общеобразовательная программа
по хореографии «Ритм»

для обучающихся танцевальной студии
«Top You Choreo»
Возрастная категория 11 -13 лет; 14-17 лет

Срок реализации программы - 3 года
Направленность - художественная

Составитель:
Батодоржиев Амгалан Баирович,
педагог дополнительного образования

г.Улан-Удэ
2024 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Гармоничное воспитание и творческое развитие детей всегда было одним из важнейших вопросов, а быстроменяющаяся социокультурная ситуация, демократизация и интеграция общественных отношений предъявляет все новые требования к его решению. Способность мыслить неординарно, обладать высоким интеллектом, творчески подходить к решению проблем, быть коммуникабельным и уметь рефлексировать – вот те основные характеристики современного человека, которые необходимо воспитывать в детях. Одним из средств целостного воспитания является хореография, имеющая синтезирующий характер музыки и ритмики движений.

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Конвенция о правах ребёнка принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р);
- Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196";
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)», разработанные Центром социализации, воспитания и неформального образования ФГАУ ФИРО, г. Москва 2015г.
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019г № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021г № 6524 -н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации от 17.12.2021г за № 66403);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи""
- Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дома творчества Советского района г. Улан-Удэ»;
- Локальные нормативные акты.

Основные характеристики программы:

1.1. Направленность. Дополнительная общеразвивающая программа «Ритм» является модифицированной программой художественной направленности, вид деятельности – хореография. Программа рассчитана на детей 11 – 13 лет; 14-17 лет, сроком реализации на 2 года. Базовый уровень.

Программа направлена на обучение современному танцу в стилях хип-хоп и его подстилях, что включает в себя элементы брейк-данса, поппинга, локинга и других направлений. Основное внимание уделяется развитию движений, ритма, координации, выразительности и индивидуальности исполнителя.

Данная образовательная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Содержание программы распределено таким образом, что в учебном году обучающиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели..

1.2. Актуальность.

Современный танец хип-хоп в последние годы стал неотъемлемой частью молодежной культуры. Он популяризируется через социальные сети, кино и телевидение, что делает его востребованным среди подростков и молодежи.

Постепенно американская культура приживается и у нас, обретая новое воплощение. Уроки хип-хоп танцев пользуются большим спросом, танцоры со всей России участвуют во всевозможных баттлах, в том числе, European Streetdance Championship и World Championship, проводимых международной танцевальной организацией IDO, а также международный ежегодный баттл Juste Debout. Поэтому, танцевальный хип-хоп имеет в нашей стране серьезное будущее.

Актуальной программу делает акцент на изучении аутентичной танцевальной базы хип-хопа, что позволяет формировать правильную осанку, развивать двигательные навыки обучающихся и в дальнейшем дает возможность принимать участие в конкурсах и фестивалях. Хип-хоп включает в себя несколько танцевальных стилей. Данная программа основана на изучении некоторых из основных стилей: hip-hop

Хип-хоп (Hip-hop) – в широком смысле хип-хоп включает в себя несколько стилей, в том числе изучаемых в этой программе. Однако в узком понимании – это отдельный стиль танца, имеющий свою базу, музыку и историю. Поэтому принято считать танцем хип-хоп танец, исполняемый под музыку в стиле хип-хоп, на основе базовых элементов и главной черты этого стиля – кача.

Хип-хоп дает много возможностей для импровизации и самовыражения. Что является основополагающим фактором выбора досуга для обучающихся. Иногда легкий и плавный, иногда жесткий и агрессивный - это танец всегда найдет своих истинных поклонников.

Дополнительная общеобразовательная программа «Ритм» будет способствовать развитию креативности, самовыражения и социальных навыков у обучающихся.

Учитывая массовость хип-хоп культуры, данная программа будет актуальна и востребована как в образовательных учреждениях, так и в свободное время вне школы.

1.3. Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа. Это гармоничное сочетание взаимосвязи воспитания, обучения и развития ребенка; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию: социальной и творческой активности, расширению музыкального кругозора, формированию эстетического вкуса, повышается культурный уровень, повышается самооценка, развивается дисциплинированность, воспитывается потребность в самопознании и саморазвитии, формируется здоровый образ жизни.

Программа «Ритм» способствует не только физическому развитию, но и воспитанию уверенности в себе, командного духа, умения работать в группе. Она предоставляет обучающимся возможность развивать свои творческие способности, осваивать сценическую деятельность, формировать навыки публичных выступлений и самопрезентации, что является важным для их личностного роста.

1.4. Адресат программы.

Программа предназначена для подростков в возрасте от 11 до 17 лет. Примерный портрет обучающегося включает в себя:

- интерес к современным направлениям танца и культуре хип-хопа.
- желание развиваться, находить новое в движении и самовыражении.
- стремление к участию в коллективных мероприятиях, конкурсах и представлениях.

Психолого-педагогическая характеристика детей **среднего школьного возраста.**

Дети в возрасте 11-13 лет находятся на этапе активного физического и умственного развития. В этом возрасте они стремятся самовыражаться, но могут испытывать неуверенность в себе. Это время, когда важно формировать позитивное восприятие себя и своих способностей. Обучающиеся в этой группе часто открыты к экспериментам и новшествам, поэтому необходимо создавать атмосферу поддержки и доверия.

Важно, чтобы в этот непростой период у ребенка появилось достойное, интересное занятие и рядом был педагог, способный увлечь творчеством, приобщить его к коллективу, воспитать художественный вкус и привить интерес к современной танцевальной культуре.

Психолого-педагогическая характеристика детей **старшего школьного возраста**
Подростки 14-17 лет находятся на более зрелом этапе развития. У них формируется личностная идентичность, появляется стремление к независимости и самовыражению.

Во время обучения можно столкнуться с более критичным отношением к процессу, но этот возраст предлагает возможности для глубокого обучения и совместной работы. Важно поддерживать мотивацию через челленджи, выставки и соревнования.

Таким образом, можно сказать, что характерными особенностями юношеского возраста являются: этический максимализм; внутренняя свобода; эстетический и этический идеализм; художественный, творческий характер восприятия действительности; бескорыстие в увлечениях; стремление познать и переделать реальность; благородство и доверчивость.

1.6. Уровень программы, объём и сроки реализации программы.

Уровень программы – базовый

Объём программы – 576 ч

Сроки реализации - программа рассчитана на 3 года обучения.

1.7. Форма обучения.

Форма обучения – очная. Занятия проводятся по группам.

Обучение будет организовано в форме практических занятий, которые включают в себя разучивание танцевальных комбинаций, импровизацию, работу в группах и парах.

Также предусмотрены мастер-классы от приглашенных хореографов и участие в конкурсах.

1.8. Режим занятий.

Занятия для групп первого года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа и того 4 часа в неделю, продолжительностью по 45 минут с перерывом 5 мин. Итого 144 часа.

Занятия для групп второго года обучения проводятся 3 раза в неделю по 2 часа и того 6 часов в неделю, продолжительностью по 45 минут с перерывом 5 мин. Итого 216 часов.

Занятия для групп третьего года обучения проводятся 2 раза в неделю по 3 часа и того 6 часов в неделю, продолжительностью по 45 минут с перерывом 5 мин. Итого 216 часов.

1.9. Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс по современному танцу хип-хоп будет организован с учетом принципов интерактивного обучения.

Занятия будут разнообразными: от классических тренировок до форматов, включающих элементы театра, публичного выступления и шоу.

Особенностью программы по современному танцу хип-хоп является то, что все темы проходят «сквозь» программу, что предполагает их изучение на каждом занятии, так как каждое занятие начинается с разминки, в которую входит комплекс упражнений на разогрев мышц, подготовку тела к занятию.

Разминка в современном танце является основой для развития чувства ритма и двигательных особенностей занимающихся, позволяющей свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности.

Разминка дает великолепный эмоциональный настрой для осуществления поставленных на занятиях задач.

Создание позитивной и поддерживающей атмосферы, а также формирование групповой динамики будут необходимыми условиями для успешного обучения. Важно будет также

вовлекать родителей и сообщество в развитие программы, чтобы создать максимально широкую основу для поддержки обучающихся.

При организации образовательного процесса в хореографической студии «Тор You Choreo», предусматриваются различные формы организации учебной деятельности:

- групповая;
- фронтальная (сводные репетиции групп).

Реализация учебно – тематического плана в основном носит практический характер. Педагог оставляет за собой право коррекции учебно- тематического плана в зависимости от обстоятельств, связанных с планами работы образовательного учреждения.

Работа над постановкой танцевальных номеров или другими сценическими формами может быть организована по отдельному графику в объёме запланированных на год часов.

В программе могут быть запланированные как внутренние концерты и конкурсы, так и выездные возможны и заграничные выступления.

Таким образом, данная программа по хореографии современного танца хип-хоп становится важным этапом в развитие не только танцевальных навыков, но и личностных качеств молодежи, готовя обучающихся к активной роли в обществе и культурной

1.10. Цель программы.

Целью программы является формирование у обучающихся основы хореографического искусства в стиле хип-хоп, развитие координации, ритмического слуха, а также творческих способностей, позволяющих в будущем участвовать в танцевальных конкурсах и мероприятиях.

Приобщение детей к искусству улично-современного танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер в молодежной культуре посредством занятий в танцевальном коллективе. Научить умению импровизировать.

Изучение основных элементов танцев в стиле хип-хоп, подготовка к участию в конкурсах, фестивалях.

1.11. Задачи программы.

Задачи программы включают в себя:

Обучающие:

1. Обучение основам техники хип-хопа и танцевальных движений.
2. Изучение собственного физического тела, как двигательный аппарат.
3. Понимание способностей своего организма сейчас и его возможностей в будущем.

Развивающие:

1. Развитие индивидуальности и творческого самовыражения.
3. Формирование навыков командной работы и сотрудничества в группе.
4. Повышение уверенности обучающихся в своих силах через участие в показательных выступлениях и соревнованиях.

Воспитывающие:

1. Воспитание интереса обучающихся к совместной деятельности, чувства коллективизма.
2. Воспитание уважительного и толерантного отношения к участникам учебного процесса.
3. Воспитание у детей умения слушать, слышать, воспринимать и выполнять информацию от педагога.
4. Воспитание такого личностного качества, как самостоятельность

1.12. Учебный план.

Общий учебно – тематический план

Перечень разделов, тем, всего час, практические теоретические занятия, форма контроля по годам обучения		2 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
	<i>Вводное занятие</i>	2 ч	2 ч	2ч
	<i>Ритмопластика</i>	44 ч	42 ч	40
	<i>Современный танец</i>	64 ч	96 ч	74
	<i>Постановочно репетиционная работа</i>	28 ч	70 ч	94
	<i>Итоговые мероприятия</i>	6 ч	6 ч	6
	<i>Итого:</i>	144 ч	216 ч	216ч

Учебно-тематический план 1-го года обучения

	Тема занятий	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации
	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
Раздел №1	Ритмопластика	44	6	38	Зачет
	Игровые технологии, Музыкальная грамота, Координация тела	6 12 26	2 2 2	4 10 24	
Раздел №2	Современный танец	64	20	44	Опрос
	Ориентация в пространстве, Отработка базовых движений направлений хип-хоп.	30	10	20	
	Техника исполнения	34	10	24	Зачет
Раздел №3	Постановочно-репетиционная работа	28	8	20	-
	Ориентация в пространстве, Техника исполнения, Постановка танцевального номера	2 8 18	2 4 2	2 4 12	Зачет
Раздел №4	Итоговые занятия	2	--	2	-
	Концертная деятельность	4	-	4	концерт
	ИТОГО	144	34	110	

Учебно-тематический план 2-го года обучения

	Тема занятий	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации
	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
Раздел №1	Ритмопластика	42	4	38	Зачет
	Игровые технологии, Музыкальная грамота, Координация тела	6 10 26	1 1 2	5 9 24	
Раздел №2	Современный танец	96	18	78	Опрос
	Ориентация в пространстве, Отработка базовых движений направлений хип-хоп.	10 54	4 6	6 48	Зачет
	Техника исполнения	32	8	24	Зачет

Раздел №3	Постановочно-репетиционная работа	70	12	58	-
	Ориентация в пространстве,	22	2	20	
	Техника исполнения,	20	4	16	
	Постановка танцевального номера	28	6	22	
Раздел №4	Итоговые занятия	6	-	6	-
	Открытое занятие	2	-	2	
	Концертная деятельность	4	-	4	концерт
	ИТОГО	216	34	182	

Учебно-тематический план 3-го года обучения

	Тема занятий	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации
	Вводное занятие	2	-	2	Опрос
Раздел №1	Ритмопластика	40	4	36	Зачет
	Игровые технологии,	6	1	5	
	Музыкальная грамота,	10	1	9	
	Координация тела	24	2	22	
Раздел №2	Современный танец	74	12	62	Опрос
	Ориентация в пространстве,	8	2	6	Зачет
	Отработка базовых движений направлений хип-хоп.	44	4	40	
	Техника исполнения	22	6	16	Зачет
Раздел №3	Постановочно-репетиционная работа	94	12	82	-
	Ориентация в пространстве,	30	2	28	
	Техника исполнения,	28	4	24	
	Постановка танцевального номера	36	6	30	
Раздел №4	Итоговые занятия	6	-	6	-
	Открытое занятие	2	-	2	
	Концертная деятельность	4	-	4	концерт
	ИТОГО	216	28	188	

1.13. Содержание программы.

Содержание программы

Вводная часть

Знакомство обучающихся с учебным кабинетом, его оборудованием. Знакомство с правилами поведения в учреждении и в кабинете. Знакомство друг с другом. Инструктаж по технике безопасности. Ведение в программу, дать понятие «хореография», «танец».

Раздел «Ритмопластика»

Теория: на занятиях соединены упражнения по ритмике и гимнастике.

Практика: По программе обучающиеся смогут научиться выполнять следующие упражнения и задания:

- **Шаги:** сценический шаг с носочка, шаг на носочках и пяточках, с подъемом колена, с захлестом ноги назад.

- **Релаксация.** Для восстановления организма ребенка.

Раздел «Современный танец»

Теория: занятия современных танцев готовят ребенка к достойному выходу на публику.

Понятие: ритмический рисунок; характер танца. Знакомство и работа на сцене.

Практика: проучиваются:

- Танец в направлении хип-хоп

Хип-хоп: "кач" - покачивание корпуса вперёд-назад прямой спиной с пружинящим движением ног

Базовые движения танцевального стиля hip-hop

1. **Basicbounce**- это основа хип-хопа, все движения, которые выполняются при танце, накладываются на этот кач. С его помощью создаются соответствия между движениями корпуса и музыкой, т.е. если в музыке есть сильная доля, исполнитель должен попасть в неёкачем. Существует несколько видов кача: вниз и наверх. Первый вид кача-кач «вниз». И. п. – ноги врозь, либо вместе. Танцующий сгибает ноги в коленных суставах и наклоняет корпус вниз на счёт «раз», а на счёт «и» выпрямляется. Затем на счёт «два» опять идёт сгибание ног и наклон, на счёт «и» выпрямление. Акцент движения делается «вниз». Количество повторений не ограничено. Второй вид кача – это кач «наверх». И.п. – ноги врозь, либо вместе. Исполнитель пружинит колени, при этом бедро уходит вперёд, а корпус назад. Это движение выполняется на счёт «раз», а на счёт «и» ноги в коленях выпрямляются, корпус возвращается в исходное положение. При каче корпусом можно работать не только прямо, но и добавлять небольшие наклоны вправо и влево. Вариации рук можно делать разные. Например: И. п. - руки вдоль корпуса, на счёт «раз» руки отводятся в сторону до уровня с плечом, на счёт «и» опускаются вниз. На счёт «два» соединяются впереди накрест, на счёт «и» возвращаются в исходное положение. Из описания данного движения можно сделать вывод, что кач – это пружина.

2. **Runningman**. Из названия движения сразу можно понять, что оно со стороны напоминает человека, который бежит. И. п. - правая нога впереди, левая сзади. На счёт «и» поднимается левая нога, согнутая в коленном суставе, правая нога в прыжке отводится назад. На счёт «раз» левая нога наступает на пол, делая шаг, при этом правая нога полу скользит назад. На счёт «и» исполнитель в прыжке отводит левую ногу назад, а правую ногу, согнутую в коленном суставе, поднимает наверх. На счёт «два» приземляет правую ногу на пол, левая нога по полу скользит назад. Есть второй вариант этого движения, выполняя его, исполнитель не выводит колено наверх. И. п. - левая нога впереди, правая сзади. На счёт «и» левая нога приставляется к правой ноге, которая ставится на носок. На счёт «раз» делается шаг вперёд правой ногой. На счёт «и» правая нога скользит по полу к левой ноге, которая тоже ставится на носок. А на счёт «два» выполняется шаг левой ногой вперёд. Выполняя данное движение в двух вариантах, корпус делает акцент качем вниз, когда исполнитель выполняет шаг. При этом вариации рук могут быть разными.

3. **Criss-Cross**- это движение ногами в прыжке. И. п. – ноги врозь, корпус наклонён под углом вперёд. На счёт «и» исполнитель в прыжке ставит ноги накрест, идёт выпрямление корпуса. На счёт «раз» ноги в прыжке возвращаются в исходное положение, корпус наклоняется вперёд под углом. Акцент делается на раскрытие движения ногами. Можно выполнять данное движение в другом варианте. И. п. - ноги на ширине плеч, корпус впереди под углом. Исполнитель на счёт «и» в прыжке соединяет ноги вместе, поднимая при этом правую ногу, согнутую в коленном суставе, наверх. Корпус выпрямляется. На счёт «раз» ноги в прыжке возвращаются в исходное положение, корпус под углом опускается вниз. Затем на счёт «и» ноги прыжке соединяются вместе, колено левой ноги поднято наверх, корпус прямой. На счёт «два» возвращение в исходное положение. Данную вариацию движения можно выполнять два раза вправо и два раза влево. Руки можно делать любые.

4. **Spinout**. Быстрый поворот. И. п.- ноги на ширине плеч. Правая нога на счёт «и» отталкивается от пола, при этом поворачиваясь на левой ноге. Конечная поза движения выполняется на счёт «раз» – прыжок на две ноги, при этом корпус делает один кач. Вариации рук различные.

5. **Pref или CoolJ** – это «кач». И. п. –ноги на ширине плеч. На счёт «раз-два» тело разворачивается вправо, а правая нога при «каче» ставится на носок. То же самое выполняется в другую сторону на счёт «три-четыре». Вариации рук могут быть различными . Например: и.п. - руки согнуты перед грудью в локте и немного прижаты к груди, правая рука на «раз» идёт идёт вверх, а левая вниз, на счёт «и»наоборот. Либо руки на поясе.

6. **Reebok**. Движение основано на прыжках. И.п. - ноги вместе. На счёт «раз» прыжок вправо, на счёт «два» прыжок влево. На «три-и-четыре» двойной прыжок через кач вправо. То же самое выполняется в противоположную сторону. Вариации рук различные.

7. **Harlemshake.** Чтобы выполнить данное движение нужно полностью расслабить грудную клетку, иначе оно не получится. И. п. – корпус прямой, руки вдоль корпуса, но можно держать согнутыми в локтях, положение ног произвольное. Правое плечо выходит вперед, соответственно левое уходит вниз назад. Затем правое плечо опускается, одновременно с ним поднимается вверх левое. Эти движения выполняются быстро на счёт «раз». На счёт «и» плечи меняются местами, т. е. правое плечо уходит назад вниз, а левое вперед вверх. Затем на счёт «два» левое плечо поднимается вверх, а правое опускается вниз. Далее плечи в таком же темпе продолжают меняться местами.

8. **Gabbagepatch.** И.п. – ноги могут быть на ширине плеч. На счёт «раз» колено правой ноги поднимается вверх, а на счёт «и» опускается на пол на стопу, при этом делается «кач» вниз. На счёт «два» левой ногой делается захлест, на «и» нога опускается на стопу на пол, также выполняется «кач» 20 вниз. На счёт «три – и – четыре» делается двойной шаг вправо. То же самое выполняется в левую сторону. Вариации рук различные.

9. **HappyFeet.** Поочерёдные прыжки на пятку и носок. И.п. – ноги либо вместе, либо на ширине плеч. На счёт «раз» прыжок на две ноги на пятки, на «и» возвращение в исходное положение. На счёт «два» прыжок на две ноги на носок, стопы развёрнуты немного внутрь, и снова на «и» возвращение в исходное положение. Можно делать движение боком: на «раз» в прыжке правая нога ставится на пятку, левая на носок, на «и» возвращение в исходное положение. То же самое делается в другую сторону. Вариации движений могут быть в поворотах и в разных плоскостях.

10. **Touch или касание.** Это лёгкие касания пола ногами, после чего обычно начинают работать руки. И. п. – ноги врозь. Левая нога опорная, на счёт «раз» правая нога касается пола пяткой, при этом ноги становятся накрест. На счёт «и» ноги возвращаются в исходное положение. Выполняется лёгкий «кач» корпусом. Вариации данного движения могут быть разными. Например: И.п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» исполнитель ставит правую ногу вперед на пятку скрестно с левой ногой. На счёт «и» отводит правую ногу в сторону, дотрагиваясь носком ноги до пола. На счёт «два» выводит её опять вперед на пятку, накрест с левой ногой. А на счёт «и» возвращается в исходное положение. При этом всегда делается корпусом и опорной ногой движение «кач».

11. **Slidepop.** Плавное движение со скольжением. И. п. – ноги врозь. На счёт «раз» делается шаг правой ногой в правую сторону, на счёт «и» левая нога притягивается к правой ноге через скольжение по полу, и движение заканчивается коленом левой ноги. Движение выполняется как в правую, так и влевую сторону. При этом выполняется движение «кач». На счёт «раз» выпрямление, а на счёт «и» наклон корпуса к колену. На счёт «два» выпрямление, на счёт «и» опять наклон корпуса вперед. Вариации рук могут быть разными. Например, на счёт «раз» руки отводятся в сторону до уровня с плечевым суставом, а на счёт «и» соединятся впереди накрест.

12. **Quicksteps** или быстрые шаги. И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» делается шаг вперед правой ногой, при этом выполняется «кач» корпусом вперед, ногами делается небольшое приседание. На счёт «и» возвращение в исходное положение, которое выполняется тоже с движением «кач». То же самое исполнитель делает и левой ногой. Можно выполнять по два шага подряд правой ногой, а затем левой. Руки при этом могут выполнять разные движения.

13. **Dipandstep** или наклон и шаг. И. п. – ноги врозь. На счёт «раз» делается приседание с небольшим наклоном корпуса вперед. На счёт «и» исполнитель 21 перепрыгивает на правую ногу, делает при этом небольшое перемещение влево и выпрямляет корпус. На счёт «два» ставит левую ногу на пол, принимая и сходное положение. Данное движение выполняется как вправо, так и влево. Вариации рук разные.

14. **Stepsback** или шаги назад. И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» делается шаг правой ногой назад, на счёт «и» исполнитель опускает корпус вперед под углом и уходит в приседание. На счёт «два» то же самое делается левой ногой, а на счёт «и» приседание и наклон корпуса. Главное в выполнении данного движения заключается в том, что нужно делать шаг с понижением высоты, т. е. обязательно нужно приседать. Количество повторов движения не ограничено, главное после последнего шага сделать выпрямление, при этом можно добавить выброс рук вверх.

15. **Backjump** или прыжок назад. И. п. – правая нога впереди, левая сзади. Исполнитель делает на счёт «раз» кик левой ногой, при этом опорная нога в прыжке перемещается назад, а

корпус делает «кач» вверх. На счёт «и» левая нога приставляется к правой ноге, корпус становится прямо. То же самое выполняется другой ногой. Руки могут делать различные движения. Например, на счёт «раз» руки выкидываются вперёд накрест, кисти в кулаках. На счёт «и» опускаются вдоль корпуса.

16. **Shamrock.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» исполняющий делает шаг правой ногой вправо. На счёт «и» поворачивает стопы обеих ног в левую сторону. На счёт «два» правая нога приставляется к левой, при этом обе ноги ставятся на носок. Можно в конце движения добавить волну телом снизу вверх, которая начинается от стоп, а заканчивается плечами или головой.

17. **Monastery.** И. п. ноги врозь. На счёт «раз» исполнитель ставит правую ногу на носок, при этом ногу необходимо завернуть внутрь, корпус делает «кач» вниз. На счёт «и» ноги возвращаются в исходное положение, т. е. стопа становится полностью на пол. На счёт «два» точно так же выполняется движение, только в левую сторону. При выполнении данного движения необходимо расслабить стопу и помнить о том, что танцуют не только ноги, но и корпус.

18. **PartyDuke.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» правая нога отставляется в правую сторону, на «и» делается «кач» вниз, со сгибанием ног в коленном суставе. На счёт «два» возвращение в исходное положение, на «и» «кач» вниз со сгибанием ног в коленном суставе. То же самое выполняется в другую сторону. Это движение можно выполнять в два раза быстрее. Работа рук произвольная.

19. **MargeStep** На счёт «раз» колено правой ноги поднимается вверх, корпус наклоняется к колену. На «и» правая нога опускается на пол, и выполняется «кач» вниз. То же самое выполняется другой ногой. Скорость выполнения движения может быть в два раза быстрее. Работа рук произвольная.

20. **StepandSlide.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» правая нога шагает в правую сторону, на «и» «кач» вниз. На счёт «два» левая нога приставляется к правой ноге за счёт скольжения стопы по полу, на «и» снова «кач» вниз. Данное движение можно выполнять как в быстром, так и в медленном варианте. Работа рук произвольная.

21. **Croses.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» обе ноги в прыжке ставятся накрест, на «и» корпусом выполняется «кач» вниз. На счёт «два» возвращение в исходное положение, на «и» «кач» вниз. Данное движение можно выполнять в два раза быстрее. Работа рук произвольная.

22. **HumptyHump.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» выполняется «кросс», т.е. ноги в прыжке ставятся с крестно, затем возвращаются в исходное положение. На счёт «два-три-четыре» выполняется «кач» бедром вперёд, корпус отводится назад. Далее движение опять повторяется. Работа рук произвольная.

23. **RogerRabbit.** И. п. – правая нога впереди, левая сзади. На счёт «раз» прыжок на левую ногу, правая нога отрывается от пола и сгибается в коленном суставе. На счёт «и» правая нога делает «кик» назад. На «два» правая нога ставится на пол, левая нога выходит в колено. Далее движение повторяется. Выполнять RogerRabbit можно в двойном повторе, т.е. сначала правой ногой выполняется движение на «раз-и-два», только затем идёт смена ноги, далее на счёт «три-и-четыре» выполняется движение другой ногой. Работа корпуса и рук произвольная.

24. **RopeDance.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «и» левая рука выполняет замах, а перед грудью сгибается в локте, со стороны это движение руки напоминает захват. При этом правой ногой выполняется шаг в правую сторону. На счёт «раз» левая нога приставляется к правой ноге, левая рука опускается вдоль корпуса. То же самое выполняется в левую сторону.

25. **BobbyBrown.** И. п. – ноги вместе. На счёт «и» правая нога выходит в «захлест», на «раз» левая нога отпрыгивает назад, а правая нога выходит в «кик». То же самое выполняется другой ногой. Работа корпуса и рук произвольная.

26. **BizMarkie.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» выполняется прыжок на две ноги в правую сторону, положение ног остаётся на ширине плеч, руки выводятся в сторону. На счёт «два» корпус разворачивается в левую сторону, правая рука выходит вперёд, а левая назад, при этом выполняется «кач» вниз. Так же движение повторяется в левую сторону.

27. **Kickit.** И. п. – ноги вместе. На счёт «и» правая нога делает «захлест» назад. На «раз» правой ногой выполняется «кик» в прыжке вперёд. На «и» в прыжке левая нога выходит в «захлест», на счёт «два» так же в прыжке выкидывается «кик». Работа корпуса и рук произвольная.

28. **Jannet.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз-и-два» в правую сторону выполняется двойной шаг на согнутых ногах, на «и» прыжок на двух ногах и возвращение в исходное положение. То же самое выполняется в левую сторону. Работа корпуса и рук произвольная.

29. **SpongeBob.** И. п. – ноги вместе либо на ширине плеч. На счёт «и» правая нога в прыжке выходит на «кик». На счёт «раз» правая нога выходит в «захлест», а левая нога в прыжке, перемещается в правую сторону. То же самое выполняется влево. Работа корпуса и рук произвольная.

30. **KickandSlide.** И. п. – ноги вместе либо на ширине плеч. На счёт «раз» правой ногой выполняется «кик» вперёд. На «и» возвращение в исходное положение. На счёт «два», левая нога скользит назад, при этом правая нога притягивается к левой ноге, т.е. возвращается в исходное положение. То же самое выполняется в другую сторону. Работа корпуса и рук произвольная.

31. **Aif.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» правая нога выходит в колено. На «и» возвращение в исходное положение. То же самое выполняется левой ногой. При этом две руки сжаты в кулаках и находятся пред грудью. На счёт «раз» руки выпрямляются в локте, на «и» сгибаются и возвращаются в исходное положение.

32. **HorseMove.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз-и-два-и» в любую сторону выполняется движение Crisscross (см. п№ 3). Далее на счёт «три-и-четыре» в любую сторону делаем прыжки в повороте вокруг себя, при этом ноги вместе. Работа корпуса и рук произвольная.

33. **BrooklynStomp.** И. п. – ноги вместе, всё тело развёрнуто в правую сторону. На счёт «и» правое колено выходит наверх, на «раз» правая нога шагает вперёд, а левая нога приставляется к правой ноге через скольжение по полу. То же самое выполняется на счёт «и-два-и-три». На счёт «и» обе ноги на пятках разворачиваются влево, на «четыре» голова отдельно разворачивается влево. Далее движение на четыре счёта выполняется в левую сторону. Работа корпуса и рук произвольная.

34. **Guess.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» необходимо присесть и оба колена вывести в правую сторону, на «и» так же оба колена выходят в левую сторону. На счёт «два» выполняется прыжок вправо. Количество повторений неограниченно. Работа корпуса и рук произвольная.11

35. **TossItUp.** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз-и-два-и-три-и-четыре» перепрыжка с ноги на ногу, при этом ноги всегда остаются на ширине плеч. Рука рисует через сторону полукруг сверху вниз и наоборот.

36. **AlBee.** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» правая нога выходит в колено, затем ставится на пол, а левая нога выходит в прыжке в захлест. На счёт «два» то же самое выполняется левой ногой. Рука, противоположная ноге, выходит вперёд. Работа корпуса произвольная.

37. **Reject.** И. п. – правая нога впереди, левая сзади. На счёт «и» правая нога выходит в колено, затем на «раз» в прыжке левая нога выходит вперёд, а правая нога уходит назад. То же самое выполняется левой ногой. Работа корпуса и рук произвольная.

38. **GetLife (5g'sstep).** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз» правая нога через захлест делает шаг вперёд, при этом стопы обеих ног разворачиваются наружу. На счёт «и» в прыжке обе ноги ставятся врозь, на «два» в прыжке соединяются вместе. То же самое выполняется с левой ноги. Работа корпуса и рук произвольная.

39. **Dip/Dipin (Jark).** И. п. – ноги вместе. На счёт «раз-и-два-и-три-и-четыре» выполняются шаги на согнутых ногах на месте. При этом работает корпус: на «раз» «кач» корпусом вперёд, на «и» возвращение в исходное положение, на счёт «два» «кач» корпусом назад и т.д.

40. **Crab (Pacman).** И. п. – ноги на ширине плеч. На счёт «раз» стопы на пятках разворачиваются наружу. На счёт «и» стопы разворачиваются внутрь на носках, при этом правая нога находится немного впереди левой ноги. На счёт «два» ноги заходят накрест друг за друга (правая нога впереди), при этом стопы стоят на носках. На «и» возвращение в исходное положение. Вариации корпуса и рук различные.

- **Развод танца.** Отработка характера танца, техники исполнения движений и точность выполнения рисунка танца.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА

Изучение танцев требует предварительной подготовки. Это теоретические знания и техническая подготовленность к восприятию изучаемого материала.

Теоретические знания

Основные позиции ног, рук, корпуса

Позиции ступней.

Шаг и ход.

Шаг вперед, шаг назад.

Направления корпуса по отношению к залу (основные: вперед, назад, направо, налево; промежуточные: вперед и направо, вперед и налево, назад и направо, назад и налево).

Шаг пересекая корпус, шаг за корпус.

Осанка.

Баланс.

Биомеханическая структура танцевальных движений.

Практические умения и навыки

Упражнения для разминки:

1. Повороты головы. Разминка плечевой части и рук. Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперед и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Не разогретые мышцы и связки легко травмировать, они быстрее устают и дольше восстанавливаются. Поэтому, разминка-это залог долгих и успешных занятий без травм.

2. Растяжка всех групп мышц. Упражнения на растяжку необходимо выполнять на расслабленные мышцы. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

3. Пресс.

4. Прыжки разного типа.

Освоение базовых движений (степпы и кач).

Основой современного хип - хопа стали прыжковые движения, «кач» и базовые шаги. Большая часть движений «направлены» вниз, а не вверх. Присутствует некая «расслабленность» в теле. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения исполняются на 8 счетов.

Определения бита в музыке хип-хоп. Темп 26-30 тактов в минуту или 96-112 ударов в минуту, акцентируется 2-й удар. Учимся чувствовать и уметь изучать и раскладывать музыку на сильные и слабые части, отличать основу композиции от второстепенных звуков. Освоение усложненных

Раздел «Постановочно-репетиционная работа»

В данном разделе разводятся и отрабатываются танцевальные постановки коллектива. Готовятся номера к выступлению на публике, сцене, конкурсам и фестивалям.

Отработка синхронности исполнения, чистоты «произнесения», уточняются стилевые особенности в движении ног, рук, головы. Отработка рисунков, умение сохранять интервалы и ровные круги. Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа. Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах. Овладение технической и композиционной структурой танца. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков. Понятие об ансамбле, как о школе внимания, коллективного труда, личной ответственности и дисциплины.

На первых репетициях на сцене объяснить детям, что сцена - зона повышенной травмоопасности и провести с ними инструктаж по технике безопасности на сцене.

Понятие «артистизм» исполнения. Навыки свободного взгляда, умение не смотреть под ноги. Уважение к сцене: ни одной соринки и жвачки! Выход на сцену и уход за кулисы без дешёвых эффектов. Искусство поклонов.

- **Закрепление рисунков:** круги, колонны, линии, шахматка, диагонали, галочки, улитка, змейка и т.д.

- **Развод танца.** Отработка характера танца, техники исполнения движений и точность выполнения рисунка танца.

- **Работа на сцене.**

Раздел «Открытые занятия и отчетные концерты»

Данный раздел очень важен в формировании личности обучающегося, т.к. именно на отчетных и публичных мероприятиях происходит становление и укрепление творческого

начала, личного характера, мировоззрения, профориентирование и т.д. Концертные выступления являются радостным творческим результатом любого ребенка и его родителей.

Открытые занятия проводятся три раза в год: в ноябре, в феврале и мае. Отчетный концерт проходит один раз в год – в мае.

1.14.Планируемые результаты

К концу учебного курса по программе «Ритм» обучающиеся углубят свои навыки, разовьют индивидуальность и подготовятся к сценической деятельности. Обучающиеся обретут уверенность в своих силах и способность к самовыражению через танец, создавая основу для дальнейшего роста и развития в области хореографии.

Можно выделить специфические предметные, метапредметные и личностные результаты.

Предметные:

1. Будут сформированы первоначальные представления о роли танцевального искусства в жизни человека;
2. овладеют системой знаний о хип-хоп культуре;
3. овладеют основными базовыми движениями и техниками хип-хопа, будут использовать и комбинировать базовые элементы;
4. разовьется эмоциональная отзывчивость к проявлению хореографического искусства;
5. разовьется способность выражать определенное эмоциональное состояние посредством танцевальных движений.

Метапредметные:

1. разовьются общие музыкальные способности обучающихся, а также образное и ассоциативное мышление, фантазию и творческое воображение;
2. овладеют основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;
3. разовьются умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
4. сформируется умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Личностные:

1. сформируются умения строить отношения со сверстниками, работать в команде;
2. сформируется коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего возраста, взрослыми;
3. сформируется ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
4. сформируется ценность здорового и безопасного образа жизни.

уровень ЗУН	дифференциация ДОП по уровневому контролю теории и практики					
	СТАРТОВЫЙ		БАЗОВЫЙ		ПРОДВИНУТЫЙ	
Разделы, темы	знание (факты, определение, терминология)	понимание (перевод с одного языка на другой)	применение (использование в практике)	анализ (разделение на части для видения структуры объекта)	синтез (комбинирование, получение целого, обладающего новизной)	оценка (оценивание значения)
	ЗНАТЬ:	УМЕТЬ:		ПРОЯВЛЯТЬ:		
ритмопластика	темп; ритм; суставы; образы;	методика исполнения движений, танцевальных композиций.	техническое исполнение муз.движений,	Должны различать жанры танцев, характер,	индивидуальный - творческий подход, самопрезентация	уровень способностей детей
музыкальная грамота	музыкальный размер					

координация тела			этюда, танца. Умение работать в ансамбле.	уровень исполнения, вариации танцев	ция на образ.	
игровые технологии						
par terres (упр.на полу)						
постановочно-репетиционная	мышцы.					уровень технического о исполнения танца.
ориентация в пространстве						
постановка танц.этюда						
техника исполнения						
Форма контроля	тест	опрос	контрольный показ		диагностика	

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Календарно – учебный график программы.

Продолжительность учебного года:

- 36 недель (17 недель - 1 полугодие и 19 недель - 2 полугодие)

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Начало учебного года: 02.09.20__ г.

Конец учебного года: 31.05.20__ г.

По годам обучения	1 полугодие	ОП	Зимние каникулы	2 полугодие	ОП	Летние каникулы
1-й год обучения	02.09.- 31.12.	17 нед.	01.01.-10.01.	11.01-31.05.	19 нед	01.06.-31.08.
2-й год обучения	02.09.- 31.12.	17 нед.	01.01.-10.01.	11.01-31.05.	19 нед	01.06.-31.08.

Сроки контрольных процедур:

Входящая диагностика (проводится ежегодно в начале учебного года) – сентябрь;

Промежуточная диагностика (проводится ежегодно в конце первого полугодия) – декабрь;

Итоговая диагностика (проводится ежегодно в конце учебного года) – май.

Открытые занятия с приглашением администрации ОУ и родителей проводятся три раза в год: ноябрь, февраль, май.

Формами контроля являются:

- подведение итогов каждого занятия, оценка деятельности педагогом;
- проведение сольных концертов ансамбля «Top You Choreo»;
- запись занятий и концертных выступлений на видеокамеру с последующим просмотром, обсуждением и анализом;
- участие в смешанных концертах, праздничных мероприятиях ДТСР ; участие в фестивалях, конкурсах.

2.2. Оценка достижений результатов.

Для достижения высокого уровня освоения дополнительной образовательной программы всеми детьми, необходима четкая организация образовательно-воспитательного

процесса, одной из составляющих которого является *диагностика уровня освоения дополнительной образовательной программы и индивидуального развития ребенка*.

Актуальность диагностики заложена в необходимости отслеживания результатов на всех этапах обучения и воспитания и играет существенную роль в обеспечении и повышении качества образования, в формировании и развитии двигательных и творческих способностей детей.

Таким образом, *целью* диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития обучающихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

Итоговая аттестация.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании обучения с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной программы. Итоговая аттестация обучающихся проводится в следующих формах: самостоятельные работы репродуктивного характера, отчетные мероприятия (концерты, открытые занятия, фестивали, дополнительной конкурсы).

Результаты итоговой аттестации фиксируются в протоколе итоговой аттестации обучающихся. Если обучающийся полностью освоил дополнительную общеобразовательную программу и успешно прошел итоговую аттестацию, ему выдается сертификат об успешном окончании программы.

Критериями оценки результатов обучения служит также, освоение программы по уровням обучения успешное участие в фестивалях и конкурсах, а также создание стабильного коллектива, заинтересованность обучающихся в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и коллективизма.

Показателем развития личности в ходе освоения материала данной программы является сформированность у обучающихся следующих компетентностей:

Ценностно-смысловые

(ценностно-ориентационные):

- умение формулировать собственные ценностные ориентиры по отношению к данной сфере деятельности;
- владение способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций; уметь принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия, осуществлять действия и поступки на основе выбранных целевых установок;
- стремление к осуществлению индивидуальной дополнительной общеобразовательной траектории с учетом общих норм и требований.

Общекультурные:

- умение действовать в каждодневных ситуациях семейно-бытовой сферы;
- владение культурными нормами и традициями; владение эффективными способами организации свободного времени;
- умение жить и конструктивно общаться в многонациональном, многокультурном и многоконфессиональном обществе;
- владение элементами художественно-творческих компетенций исполнителя и зрителя.

Коммуникативные:

- умение представлять себя, свой коллектив, ДТСП «Форус», страну в ситуациях межкультурного общения;
- владение способами взаимодействия с окружающими людьми;
- владение способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения, умениями искать и находить компромиссы;
- умение позитивно общаться в полиэтническом, поликультурном и многоконфессиональном обществе.

Здоровьесберегающие:

- владение правилами поведения в экстремальных ситуациях;

2.3. Оценочные материалы.

Приложение №1

Диагностика физического развития

1 Входная/ 2 Промежуточная/ 3 Итоговая

20 __-20 __, __ год обучения, группа

Параметры:

Выс.ур.- отличные физические данные 3, (баллы от 19 до 24);

Ср.ур.- физические данные в норме 2, (баллы от 12 до 18);

Низк.ур.- физически слабое развитие 1, (баллы от 6 до 11);

Нет результата – 0, (баллы от 0 до 5)

№	Фамилия имя ребёнка	Эластичность мышц ног, спины, стоп.	Музыкаль- ность	Координ- ация тела	Мышечн- ая память	Постано- вка головы, корпуса, рук, вывор- отность ног.	Участие в танцеваль- ных постановк- ах ансамбля	Итого
1.								

Приложение №2

Диагностика включения психических функций

1 Входная/ 2 Промежуточная/ 3 Итоговая

20 __-20 __, __ год обучения, группа

Форма контроля – контрольное занятие, оценивающееся по 5-ти балльной системе, входная, промежуточная и конечная диагностики (начало года, I, II полугодие).

Результат достижения – стихи, движения в различных темпах и ритмах.

1. Упражнения на внимание: «Положить руки на (за) голову, шею, плечи, талию, живот, колени...»; игра «Пол – потолок».
2. Упражнения на восприятие: « Эхо, отзовись, хлопать (топать, прыгать) научись, хлопай (топай, прыгай)- не зевай, всё за мной повторяй!»
3. Упражнения на мышление: на координацию («нос – ухо», «голова – живот»).
4. Упражнения на воображение: показать под музыку образ животного, природного явления; передача в танце различные настроения человека.

Имя ребёнка		Внимание			Восприятие			Мышление			Воображение			Общий балл		
		5б			5б			5б			5б			20б		
		вх	пр	ит	вх	пр	ит	вх	пр	ит	вх	пр	ит	вх	пр	ит
1		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	20	20	20
2		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	20	20	20

Критерии:

1. Внимание
2. Восприятие
3. Мышление
4. Воображение

Параметры:

Выс.ур.- включены все функции ПФР (18 – 20 б)

Ср.ур.- функции ПФР в норме (14 – 17 б)

Низк.ур.- слабо развитые функции ПФР (менее 13 б)

Приложение №3

Диагностика уровня воспитанности

1 Входная/ 2 Промежуточная/ 3 Итоговая

20 __-20 __, __ год обучения, группа

Уровень воспитанности обучающихся (методика Н.П. Капустина) (1 – 3 год обучения)

	Я оцениваю себя	Меня оценивает	Итоговые баллы
--	--------------------	-------------------	-------------------

		педагог	
1. Любознательность: - мне интересно учиться - я люблю читать - мне интересно находить ответы на непонятные вопросы - я всегда выполняю домашнее задание - я стремлюсь получать хорошие отметки			
2. Прилежание: - я старателен на занятиях - я внимателен - я самостоятелен - я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью - мне нравится самообслуживание в центре и дома			
3. Отношение к природе: - я берегу землю - я берегу растения - я берегу животных - я берегу природу			
4. Я и ДТСР «Форус»: - я выполняю правила для обучающихся центра - я добр в отношениях с людьми - я участвую в делах группы и центра - я справедлив в отношениях с людьми			
5. Прекрасное в моей жизни: - я аккуратен и опрятен - я соблюдаю культуру поведения - я забочусь о здоровье - я умею правильно распределять время учебы и отдыха - у меня нет вредных привычек			

Оценка результатов:

5 – всегда

выводится одна среднеарифметическая оценка.

4 – часто

обучающийся имеет 5 оценок.

3 – редко

2 – никогда

1 – у меня другая позиция

По каждому качеству

В результате каждый

Затем 5 оценок складываются и делятся на 5. Средний балл и является условным определением уровня воспитанности.

Средний балл

5 - 4,5 – высокий уровень (в)

4,4 – 4 – хороший уровень (х)

3,9 – 2,9 – средний уровень (с)

2,8 – 2 – низкий уровень (н)

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности обучающихся группы

№ п/ п	Фамилия, имя обучающ егося	Любознательность		Прилежание		Отношение к природе		Я и школа		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		са м	педа гог	са м	педа гог	са м	педа гог	са м	педа гог	са м	педа гог	са м	педа гог	са м	педа гог

В группе _____ обучающихся

_____ имеют высокий уровень воспитанности

_____ имеют хороший уровень воспитанности

_____ имеют средний уровень воспитанности

_____ имеют низкий уровень воспитанности

Схема экспертной оценки уровня воспитанности

Методика Н.П. Капустиной

Схема предназначена для использования классными руководителями и включает для оценки 6 качеств личности:

1. Любознательность

2. Трудолюбие

3. Бережное отношение к природе

4. Отношение к школе

5. Красивое в жизни школьника

6. Отношение к себе

По каждому качеству ребенку ставится оценка. В результате каждый ученик имеет 6 оценок, которые затем складываются и делятся на 6. Средний балл является условным определением уровня воспитанности.

Нормы оценок: **5– высокий уровень**

4 – хороший уровень

3– средний уровень

2– низкий уровень

1 шкала. Любознательность

5б. Учится с интересом. Мечтательный. С интересом находит ответы на непонятные вопросы. Всегда выполняет домашнее задание. Большое стремление получать хорошие отметки.

4б. На уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются. Домашнее задание не всегда выполняется в полном объеме.

3б. Интерес к учебе проявляет редко. Редко старается находить ответы на непонятные вопросы. Часто приходит с невыполненным домашним заданием.

2б. Интерес к учебе не проявляет. Не пытается найти ответы на непонятные вопросы. Редко выполняет домашнее задание. К оценкам проявляет безразличие.

1б. Учиться не хочет. Оценками не интересуется.

2 шкала. Трудолюбие

5б. Старателен в учебе, внимателен. Помогает другим в делах и сам обращается за помощью. Ответственно относится к дежурству по школе.

4б. Старается быть внимателен, часто помогает другим в делах. Иногда обращается за помощью. Чаще ответственно относится к дежурству по школе.

3б. Редко проявляет старание к учебе. На уроках бывает не внимателен. На призыв о помощи откликается с трудом, сам за помощью обращается лишь в экстренных случаях. Часто проявляет безответственное отношение к дежурству по школе.

2б. Учиться не старается, внимание на уроках рассеянное. От общих дел отстраняется. Дежурства по школе избегает.

1б. Учиться не хочет. В общих делах не участвует. Дежурит по школе только под присмотром учителя.

3 шкала. Бережное отношение к учебе

5б. С удовольствием ухаживает за комнатными растениями, интересуется природой, любит животных. Активен в походах на природу.

4б. Любит ухаживать за комнатными растениями и животными. Участвует в походах на природу.

3б. К растениям и животным подходит только по необходимости. В походы ходит редко. Природу не любит.

2б. За растениями и животными не ухаживает. В походы не ходит. Проявляет варварское отношение к природе.

1б. Проявляет негативное отношение ко всему живому.

4 шкала. Отношение к школе

5б. Полностью выполняет правила для учащихся. В отношении с людьми добр. Активно участвует в делах класса и школы.

4б. Правила для учащихся выполняет не всегда. В общении с людьми избирателен. Активность в делах класса и школы выражена в малой степени.

3б. Требования учителя выполняет частично. В отношениях с детьми не постоянен, переходит от одной группы детей к другой. В делах класса и школы участвует по настоянию учителя.

2б. Пассивен, часто нарушает правила для учащихся. С трудом устанавливает контакт с людьми, чаще избегает других. В делах класса и школы не участвует.

1б. Часто нарушает нормы поведения: мешает другим детям играть, не меняет своего поведения, когда делают замечания. В общественных делах отказывается принимать участие.

5 шкала. Красивое в жизни школы

5б. Аккуратен в делах и опрятен в одежде. Ценит красивое вокруг себя. В отношениях с людьми вежлив.

4б. Чаще аккуратен в делах и опрятен в одежде. Может допустить небрежность вокруг себя. В отношениях с людьми бывает замкнут.

3б. Чаще небрежен в делах, небрежен в одежде. Красивое вокруг себя не замечает. В отношениях с людьми старается быть не заметным, но держится рядом.

2б. Нет стремления к аккуратности и опрятности. Нарушает чистоту и порядок вокруг себя, не поддерживает уют. Замкнут, не стремится к установлению контактов.

1б. Неряшлив в одежде, порядка на рабочем месте нет, работы грязные, небрежные, вокруг себя создает обстановку хауса. Проявляет негативизм по отношению к детям и взрослым.

6 шкала. Отношение к себе

5б. Хорошо управляет собой. Соблюдает санитарно-гигиенические правила ухода за собой. Нет вредных привычек.

4б. Умеет управлять собой. Редко забывает о соблюдении правил ухода за собой (умыт, причесан). Нет вредных привычек.

3б. Часто не следит за собой, не контролирует свои действия. Бывает не умыт, не причесан. Возможно отсутствие привычки мыть руки.

2б. Редко управляет собой, несдержан. Часто приходит в школу не умытый и не причесанный. Необходим постоянный контроль за мытьем рук.

1б. Не управляет собой. Не реагирует на требования соблюдения санитарно-гигиенических правил ухода за собой. Возможна привычка грызть ногти.

2.4. Уровень воспитанности обучающихся (методика Н.П. Капустина) (1 – 2 год обучения)

	Я оцениваю себя	Меня оценивает педагог	Итоговые баллы
1. Любознательность: - мне интересно учиться - я люблю читать - мне интересно находить ответы на непонятные вопросы - я всегда выполняю домашнее задание			

В группе _____ обучающихся
_____ имеют высокий уровень воспитанности
_____ имеют хороший уровень воспитанности
_____ имеют средний уровень воспитанности
_____ имеют низкий уровень воспитанности

Схема экспертной оценки уровня воспитанности

Методика Н.П. Капустиной

Схема предназначена для использования классными руководителями и включает для оценки 6 качеств личности:

1. Любознательность
2. Трудолюбие
3. Бережное отношение к природе
4. Отношение к школе
5. Красивое в жизни школьника
6. Отношение к себе

По каждому качеству ребенку ставится оценка. В результате каждый ученик имеет 6 оценок, которые затем складываются и делятся на 6. Средний бал и является условным определением уровня воспитанности.

Нормы оценок: 5– **высокий уровень**

4– **хороший уровень**

3– **средний уровень**

2– **низкий уровень**

1 шкала. Любознательность

5б. Учится с интересом. Мечтательный. С интересом находит ответы на непонятные вопросы.

Всегда выполняет домашнее задание. Большое стремление получать хорошие отметки.

4б. На уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются. Домашнее задание не всегда выполняется в полном объеме.

3б. Интерес к учебе проявляет редко. Редко старается находить ответы на непонятные вопросы. Часто приходит с невыполненным домашним заданием.

2б. Интерес к учебе не проявляет. Не пытается найти ответы на непонятные вопросы. Редко выполняет домашнее задание. К оценкам проявляет безразличие.

1б. Учиться не хочет. Оценками не интересуется.

2 шкала. Трудолюбие

5б. Старателен в учебе, внимателен. Помогает другим в делах и сам обращается за помощью. Ответственно относится к дежурству по школе.

4б. Старается быть внимателен, часто помогает другим в делах. Иногда обращается за помощью. Чаще ответственно относится к дежурству по школе.

3б. Редко проявляет старание к учебе. На уроках бывает не внимателен. На призыв о помощи откликается с трудом, сам за помощью обращается лишь в экстренных случаях. Часто проявляет безответственное отношение к дежурству по школе.

2б. Учиться не старается, внимание на уроках рассеянное. От общих дел отстраняется. Дежурства по школе избегает.

1б. Учиться не хочет. В общих делах не участвует. Дежурит по школе только под присмотром учителя.

3 шкала. Бережное отношение к учебе

5б. С удовольствием ухаживает за комнатными растениями, интересуется природой, любит животных. Активен в походах на природу.

4б. Любит ухаживать за комнатными растениями и животными. Участвует в походах на природу.

3б. К растениям и животным подходит только по необходимости. В походы ходит редко. Природу не любит.

2б. За растениями и животными не ухаживает. В походы не ходит. Проявляет варварское отношение к природе.

1б. Проявляет негативное отношение ко всему живому.

4 шкала. Отношение к школе

5б. Полностью выполняет правила для учащихся. В отношении с людьми добр. Активно участвует в делах класса и школы.

4б. Правила для учащихся выполняет не всегда. В общении с людьми избирателен. Активность в делах класса и школы выражена в малой степени.

3б. Требования учителя выполняет частично. В отношениях с детьми не постоянен, переходит от одной группы детей к другой. В делах класса и школы участвует по настоянию учителя.

2б. Пассивен, часто нарушает правила для учащихся. С трудом устанавливает контакт с людьми, чаще избегает других. В делах класса и школы не участвует.

1б. Часто нарушает нормы поведения: мешает другим детям играть, не меняет своего поведения, когда делают замечания. В общественных делах отказывается принимать участие.

5 шкала. Красивое в жизни школы

5б. Аккуратен в делах и опрятен в одежде. Ценит красивое вокруг себя. В отношениях с людьми вежлив.

4б. Чаще аккуратен в делах и опрятен в одежде. Может допустить небрежность вокруг себя. В отношениях с людьми бывает замкнут.

3б. Чаще небрежен в делах, небрежен в одежде. Красивое вокруг себя не замечает. В отношениях с людьми старается быть не заметным, но держится рядом.

2б. Нет стремления к аккуратности и опрятности. Нарушает чистоту и порядок вокруг себя, не поддерживает уют. Замкнут, не стремится к установлению контактов.

1б. Неряшлив в одежде, порядка на рабочем месте нет, работы грязные, небрежные, вокруг себя создает обстановку хауса. Проявляет негативизм по отношению к детям и взрослым.

6 шкала. Отношение к себе

5б. Хорошо управляет собой. Соблюдает санитарно-гигиенические правила ухода за собой. Нет вредных привычек.

4б. Умеет управлять собой. Редко забывает о соблюдении правил ухода за собой (умыт, причесан). Нет вредных привычек.

3б. Часто не следит за собой, не контролирует свои действия. Бывает не умыт, не причесан. Возможно отсутствие привычки мыть руки.

2б. Редко управляет собой, несдержан. Часто приходит в школу не умытый и не причесанный. Необходим постоянный контроль за мытьем рук.

1б. Не управляет собой. Не реагирует на требования соблюдения санитарно-гигиенических правил ухода за собой. Возможна привычка грызть ногти.

2.4. Методические материалы.

Организационно-педагогические условия программы

Реализация данной программы базируется на следующих принципах:

Принцип доступности и индивидуальности – учет возрастных особенностей, подача материала от простого к сложному, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Принцип повторения материала – повторение выработанных двигательных навыков. Только при многократном повторении образуется двигательный стереотип.

Принцип наглядности – безукоризненный практический показ движений педагогом-хореографом с лаконичными объяснениями и пояснениями.

Принцип связи предлагаемого материала с жизнью – ребенок должен знать, что он изображает в танце.

Постепенность в развитии природных способностей детей;

Строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;

Систематичность и регулярность занятий;

Целенаправленность учебного процесса.

Данная программа состоит из отдельных образовательных разделов, но в связи со спецификой обучения в хореографическом ансамбле «Феникс» границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных музыкально-ритмических и танцевальных элементов.

В программу каждого учебного уровня вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Используются методы:

Наглядные методы

- Наблюдение
- Демонстрация видеофильмов и других наглядных средств

Наглядные приемы обучения:

- Показ
- Методический прием - музыкальное сопровождение

Практические методы:

- Упражнение
- Игровые методы и приемы.
- Словесные методы
- Рассказ педагога
- Беседа.

Педагогические технологии

Сегодня в сфере образования на смену традиционному обучению приходит обучение развивающее, направленное на формирование компетентной, социально-адаптированной личности, развитие творческого потенциала обучающихся, развитие у детей устойчивой положительной мотивации к занятиям хореографией. А значит, педагогам сферы дополнительного образования в целом и преподавателям хореографии в частности необходимо использовать в своей работе новые методы, формы обучения и воспитания, современные образовательные технологии.

Современные педагогические технологии в обучении детей хореографии весьма разнообразны. К их числу относятся личностно-ориентированные технология, технология обучения в сотрудничестве, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии, технология проектной деятельности, информационно-коммуникационные технологии.

1. Личностно-ориентированные технологии

Среди личностно-ориентированных технологий в обучении хореографии возможно применение технологии разно-уровневого обучения, в соответствии с которой обучающиеся разделяются на «малоспособных», талантливых и, так называемое, среднее звено.

В дополнительном образовании в процессе набора и комплектации новых групп многие коллективы сталкиваются с проблемой недобора детей. Если же коллективу удастся провести хороший набор, и принять большое количество учащихся в группу одного года обучения, то делить их приходится ни на «талантливых» и «малоуспевающих», а на учащихся первой и второй смены.

Тогда встает вопрос, как же данная технология обучения применяется в хореографических коллективах?

1. В системе обучения доп. образования, как и в школе, используется усложнение программы по годам обучения, а также добавление новых предметов и увеличение физической нагрузки. Зачисление учащегося на определенный год обучения происходит на основе анализа навыков и умений, а также уровня физической подготовки ребенка. Педагог распределяет обучающихся по группам в соответствии их возрасту, и в таких случаях, когда возраст не позволяет зачислить ребёнка в группы первых годов обучения, а его физические данные в старшую группу к сверстникам, для обучающегося подбирается средний вариант – возрастная категория группы близкая к его возрасту и средний уровень сложности программы обучения.
2. Использование технологии разно-уровневого обучения во время постановочной работы (ансамбль). Педагог выбирает из групп обучающихся чьи навыки и умения на среднем уровне и выше и работают с ними над конкурсными и концертными номерами, с остальными прорабатываются только концертные постановки с более легкой хореографической лексикой.
3. Кроме того, для «талантливых» обучающихся создаются номера с малым количеством исполнителей – так называемые, сольные номера.

Таким образом, даже при малой вероятности включения в образовательный процесс технологии разно-уровневого обучения, педагог по хореографии старается следовать современным требованиям к обучению, отвечающим запросам современного общества.

2. Технология обучения в сотрудничестве.

Данная технология позволяет организовать обучение детей в тех формах, традиционно применяемых на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве основана на

применении индивидуально-групповой и командно-игровой работы. В первом случае происходит разбивка занимающихся на небольшие группы (по 4-6 человек), каждая из которых получает определенное задание, например, самостоятельно сделать танцевальный этюд. Такая форма работы эффективна для усвоения нового материала каждым ребенком. Разновидность индивидуально-групповой работы – индивидуальная работа в команде, когда каждая из команд придумывает свой этюд, а затем показывает их друг другу с дальнейшим обсуждением, указанием на недочеты.

Еще один вид сотрудничества в рамках данной технологии – коллективный, применяющийся для проведения сводных репетиций, ансамблей, а также постановок танцев, где, к примеру, задействовано несколько возрастных групп.

3. Игровые технологии.

Указанные технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность обучающихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

Музыкальная игра – это активная деятельность, направленная на выполнение музыкально-ритмических задач. Наиболее часто игры применяются в хореографической подготовке детей дошкольного и младшего школьного возраста, однако игровая форма применима и в занятиях с более старшими занимающимися, если содержание игры будет адаптировано к их возрасту.

Известно, что игра не только повышает настроение, развивает координационные способности, физические качества, помогает лучше воспринимать материал, повышает функциональные возможности организма. Игровая форма стимулирует у детей, занимающихся хореографией, интерес к выполнению того или иного задания, позволяет педагогу несколько раз повторить одно и то же задание с целью усвоения какого-либо двигательного навыка и согласовать движение с музыкой. Музыкальные игры и игровые упражнения развивают музыкальную память, чувство ритма; способствуют совершенствованию и закреплению полученных двигательных умений и навыков в согласовании движений с музыкой, а также помогают лучше воспринимать материал.

4. Здоровьесберегающие технологии.

Данный вид технологии представляет собой целостную систему воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, осуществляемых в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителей. Целью здоровьесберегающих образовательных технологий является обеспечение занимающимся хореографией возможности сохранения здоровья, формирование у них необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, обучение использованию полученных знаний в повседневной жизни.

5. Технология проектной деятельности.

Проект как технология включает в себя 5 «П»: 1. Проблему; 2. Проектирование или планирование; 3. Поиск информации; 4. Продукт; 5. Презентацию.

Использование метода проектов в обучении хореографическим дисциплинам – средство, способное обеспечить высокую эффективность эстетического воспитания, ведь главная особенность проектной деятельности – осуществление ее в пространстве возможностей, где какие-либо готовые решения изначально не определены и требуется поиск, а это пробуждает фантазию, познавательную и творческую активность занимающихся, повышает самостоятельность мышления.

В зависимости от характера конечного продукта проектной деятельности выделяют такие виды проектов в сфере изучения танца:

- проекты конструктивно-практического характера, например, трансформация игр в хореографии, создание танца или танцевального этюда на основе игры, их разбор и семантическое описание.

- сценарные проекты, предполагающие разработку сценария какого-либо внеклассного мероприятия для обучающихся или отдельного мероприятия, например, «Недели хореографического искусства»;

- проекты по созданию композиционного плана, подбору музыкального материала, сочинению лексического материала для создания хореографической постановки.

6. Информационные (информационно-коммуникационные) технологии.

Их использование стало характерной чертой современности, необходимой для материально-технического оснащения работы хореографического коллектива. Так, применение компьютерного оснащения позволяет:

- обеспечить качественное звучание танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям,
- создавать базы музыкальных файлов;
- менять темп, звук и высотность музыкального произведения;
- производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
- хранить фото- и видеоматериалы хореографического коллектива;
- эффективно осуществлять поиск и переработку информации для проектной деятельности и т.д.

Комплексное использование рассмотренных технологий позволяет обеспечить гармоничное развитие личности обучающихся, улучшить процесс их самостоятельной творческой деятельности, сделать исполнение хореографических номеров более качественным и в целом повысить качество хореографического обучения.

2.5. Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимо:

1. **Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования должен иметь соответствующее образование, знать психологию детей, их возрастные особенности, педагогические методы и приемы, владеть современными педагогическими технологиями, ИКТ.
2. **Методическое обеспечение:** программа, планы, разнообразные информационные материалы. Условием реализации программы является её выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты хореографических умений.
3. **Дидактическое обеспечение:** плакаты с позициями ног и рук, карточки с терминологией.
4. **Материально-техническое обеспечение:**
 1. Зеркальный зал со станком, отвечающий всем санитарно-гигиеническим требованиям.
 2. Аудио- и видеотехника.
 3. CD запись соответствующей по темпоритму и характеру музыки.
 4. Хореографическая форма для обучающихся, в том числе обувь: мягкие балетные и сценические танцевальные на каблук туфли.
 5. Костюмы, обувь, реквизиты для концертных номеров.
5. **Внешние связи:** связь с образовательными учреждениями, учреждениями культуры.

2.6. Список используемой литературы.

Литература для педагога

Список литературы

Книги

1. Беляевский А. «Хип-Хоп, как стиль жизни». Архангельск, 2012.
2. Вишнякова Н.Ф. «Конфликтология». – М.: Академия, 2010.
3. Володина О.В., Анисимова Т.Б. «Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, house», Ростов-на-Дону, 2011.
4. Левикова С.И. «Молодёжная субкультура»: Учеб. пособие/С.И. Левикова. – М.:ФАИР-ПРЕСС, 2006.
5. Новерр Ж-Ж, «Письма о танце», Изд-во «Лань», 2011.
6. Поляков С.С. «Основы современного танца», Ростов-на-Дону, 2014.
7. Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. «Общая педагогика». М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2010.
8. Соловьев-Спаский В. «Всадники без головы или рок-н-рольный бэнд», СПб, изд-во «Скифия», 2007.
9. Щадриков В.Д. «Введение в психологию: способности человека». – М.: Логос, 2013.

Электронные ресурсы

10. <https://vk.com/hip.hop.live> – Живой хип-хоп
11. <https://vk.com/vobrbldaze> - Онлайн журнал о танце и хип-хоп культуре!
12. <http://vk.com/streetdancer> - Уличный танцор.
13. <https://vk.com/dance.project> – музыка для тренировок.
14. https://vk.com/wall-80707245_531 GROOVE – кач всем телом в основной ритм от VOB Ra
15. https://vk.com/wall-80707245_740 Обучение основам грува от Панишева Артура: 1.баунс вниз, 2.баунс вверх, 3.двойной (DOUBLE TIME) БАУНС
16. https://vk.com/wall-80707245_308 Важные слова про грув от VOB Ra
17. https://vk.com/wall-80707245_259 кач верхней частью тела (рокинг) от BAZZOMBIA

18. https://vk.com/wall-80707245_40 Четыре основных типа грува (UP, DOWN, BOUNCING, DROP)
19. https://vk.com/wall-80707245_2538 Четыре вида грува для начинающих
20. https://vk.com/wall-80707245_625 Как устроен ритм
21. https://vk.com/wall-80707245_143 Создай свой ритм!
22. https://vk.com/wall-80707245_164 Упражнения на развитие чувства ритма
23. https://vk.com/wall-80707245_668 Музыкальность. Базовые понятия ритма
24. https://vk.com/wall-80707245_2128 Как научиться чувствовать музыку?
25. https://vk.com/wall-80707245_88 Базовый Шаг THE WOP + LEAN (дополнительный «плавный» ГРУВ)
26. https://vk.com/wall-80707245_187 СВИНГ - новый вид ГРУВА (ВОЛНА ВСЕМ ТЕЛОМ)
27. https://vk.com/wall-80707245_130 КАЧ в ТОПРОКЕ (ГРУВ в Брэйке поможет понять КАЧ в Хип-Хоп Дэнс)
28. https://vk.com/wall-80707245_846 Сборник треков на отработку разных видов ГРУВА от VOB Ra
29. https://vk.com/wall-80707245_2436 Музыкальные такты
30. https://vk.com/wall-80707245_2445 Структура хип-хоп треков
31. https://vk.com/wall-80707245_2449 Основные инструменты хип-хоп бита
32. https://vk.com/wall-80707245_2469 Чувство музыки