

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании
педагогического совета



Утверждаю»

Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»

Т.А. Певгова

Протокол № 01

от « 26 » 08 2021 года

Приказ № 69

от « 26 » 08 2021 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ
«ШАГИ»**

направленность: художественная

возраст обучающихся: 7-17 лет

группа №1

год обучения: 2 год (216 часа)

педагог: Карулин Алексей Вадимович
педагог дополнительного образования
отдела «Кредо»

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

Ожидаемый результат 2 год обучения

Название темы, раздела	Критерии оценки			Механизм
	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый	
Раздел 1. Вводное занятие				
Тема 1.1. Правила техники безопасности	Плохо знает правила поведения, техники безопасности. Наблюдаются нарушения в поведении. Требуется напоминание педагога.	Знает правила по техники безопасности и правила поведения, но всегда следует им.	Знает правила поведения и техники безопасности на занятиях и ведёт себя в рамках этих правил. Знание правил поведения на занятиях брейк данса, техники безопасности на занятиях и при выполнении сложных элементов.	Викторина Наблюдение Беседа
Тема 1.2. Повторение правил внутреннего распорядка, техники безопасности	Плохо знает правила поведения, техники безопасности. Наблюдаются нарушения в поведении. Требуется напоминание педагога.	Знает правила по техники безопасности и правила поведения, но всегда следует им.	Знает правила поведения и техники безопасности на занятиях и ведёт себя в рамках этих правил. Знание правил поведения на занятиях брейк данса, техники безопасности на занятиях и при выполнении сложных элементов.	Викторина Наблюдение Беседа
Общеразвивающие упражнения				
Раздел 2 Разогрев				
Тема 2.1. Разминка суставов	Допускает значительные ошибки при исполнении упражнений разминки суставов, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	Допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения на развитие разминки суставов при подсказке педагога.	Знает технику выполнения упражнений разминки суставов, умеет их выполнять, знает очередность выполнения.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность

				физической подготовки тесты
Тема 2.2. Кардио разминка	Допускает значительные ошибки при исполнении упражнений кардио разминки, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	Допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения на развитие кардио разминки при подсказке педагога.	Знает технику выполнения упражнений кардио разминки, умеет их выполнять, знает очередность выполнения.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Тема 2.3.Отжимания	Допускает значительные ошибки при исполнении упражнений отжимания, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	Допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения на развитие отжиманий при подсказке педагога.	Знает технику выполнения отжиманий, умеет выполнять, знает очередность выполнения.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Тема 2.4.Растяжка	Допускает значительные ошибки при исполнении растяжке, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	Допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения на растяжку при подсказке педагога.	Знает технику выполнения растяжки, умеет выполнять, знает очередность выполнения.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Раздел 3. Специальные упражнения.				
Тема 3.1. Стойка на голове	Допускает значительные ошибки при исполнении стойки на голове,	Допускает незначительные ошибки. Знает и исполняет	Знает упражнения стойки на голове, очередность	Наблюдение, повторение за

	не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	стойку на голове неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами.	исполнения. Умеет выполнять с опорой и без опоры. Уверенно выполняет упражнения в медленном темпе, соблюдая правила выполнения.	педагогом, результативность физической подготовки тесты
Тема 3.2. Стойка на руках	Допускает значительные ошибки при исполнении стойки на руках, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.	Допускает незначительные ошибки. Знает и исполняет стойку на руках неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами.	Знает упражнения стойки на руках, очередность исполнения. Уверенно выполняет упражнения соблюдая правила выполнения.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Раздел 4. Акробатика.				
Тема 4.1. Колеса	Колесо вперёд, с двух рук, с одной, может выполнить только с подстраховкой педагога, самостоятельно выполняет подготовительные упражнения.	Колесо вперёд, с двух рук, с одной, умеет выполнять выборочно, частично с подстраховкой.	Умеет выполнять Колесо вперёд, с двух рук, с одной.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Тема 4.2. Мостик	Мостик с пола, с стоя, с стойки на руках может выполнить только с подстраховкой педагога, самостоятельно выполняет подготовительные упражнения.	Мостик с пола, с стоя, с стойки на руках, умеет выполнять выборочно, частично с подстраховкой.	Умеет выполнять Мостик с пола, с стоя, с стойки на руках.	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки

				тесты
<i>Тема 4.3. Выход в стойку на руки, Спичаг.</i>	Выход в стойку на руки, спичаг может выполнить только с подстраховкой педагога, самостоятельно выполняет подготовительные упражнения.	Выход в стойку на руки, спичаг умеет выполнять выборочно, частично с подстраховкой.	Умеет выполнять выход в стойку на руки, спичаг	Наблюдение, повторение за педагогом, результативность физической подготовки тесты
Брейкинг хореография				
Раздел 5. Работа руками				
<i>Тема 5.1. Соединения</i>	Тему не понял, требуется индивидуальная помощь педагога.	Тему понял, но не получаются элементы, требуется помощь педагога.	Тему понял, элемент соединения получается на высоком уровне.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 5.2. Волны</i>	Тему не понял, требуется индивидуальная помощь педагога.	Тему понял, но не получаются элементы, требуется помощь педагога.	Тему понял, элемент волна получается на высоком уровне.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 5.3. 52 блока</i>	Тему не понял, требуется индивидуальная помощь педагога.	Тему понял, но не получаются элементы, требуется помощь педагога.	Тему понял, элементы 52 блоков получается на высоком уровне.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр

				элементов на экране и повтор
Раздел 6 Toprock				
Тема 6.1. 2 шага вариации	Знает и исполняет элементы, вариации 2шагов неуверенно, требуется значительная помощь педагога.	Знает и исполняет элементы, вариации 2шагов неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами. Требуется незначительная помощь педагога.	Уверенно и четко выполняет базовые упражнения, вариации 2шагов в ритме музыки, синхронно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Тема 6.2. Скольжение	Знает и исполняет элементы скольжение назад, вбок, квадратом неуверенно, требуется значительная помощь педагога.	Знает и исполняет элементы скольжение назад, вбок, квадратом неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами. Требуется незначительная помощь педагога.	Уверенно и четко выполняет базовые упражнения скольжение назад, вбок, квадратом в ритме музыки, синхронно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Тема 6.3. Батл рок, Апрок, Апачи линия	Знает и исполняет элементы Батл рок, Апрок неуверенно, требуется значительная помощь педагога.	Знает и исполняет элементы Батл рок, Апрок неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами. Требуется незначительная помощь педагога.	Уверенно и четко выполняет базовые упражнения Батл рок, Апрок в ритме музыки, синхронно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Раздел 7 Footwork				
Тема 7.1. блендер	Физически плохо развит. Не может выучить работу с коленями и блендер..	Уметь делать элементами с коленями и блендер частично, с помощью педагога.	Умеет делать элементы с коленями и блендер. Знает алгоритм составления	Наблюдение, показ, контроль,

		Знает, но неуверенно, понимает алгоритм составления комбинаций.	комбинаций.	просмотр элементов на экране и повтор
Тема 7.2. 12 шагов (baby love)	Физически плохо развит. Не может выучить 12 шагов..	Уметь делать 12 шагов частично, с помощью педагога. Знает, но неуверенно, понимает алгоритм составления комбинаций.	Умеет делать 12 шагов. Знает алгоритм составления комбинаций.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Тема 7.3. Pretzel	Физически плохо развит. Не может выучить Pretzel.	Уметь делать Pretzel частично, с помощью педагога. Знает, но неуверенно, понимает алгоритм составления комбинаций.	Умеет делать Pretzel. Знает алгоритм составления комбинаций.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Тема 7.4. Monkey swing, zulu spin, rus step	Физически плохо развит. Не может выучить Monkey swing, zulu spin, rus step.	Уметь делать Monkey swing, zulu spin, rus step частично, с помощью педагога. Знает, но неуверенно, понимает алгоритм составления комбинаций.	Умеет делать Monkey swing, zulu spin, rus step. Знает алгоритм составления комбинаций.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Раздел 8 Freezes (Фризы).				
Тема 8.1. Фризы на локте	Выполняет только подготовительные упражнения для элемента фриз на локте	Может выполнять фриз на локте только с подстраховкой педагога.	Знает технику выполнения фриз на локте и умеет объяснить другим учащимся. Выполняет элемент	Наблюдение, показ, контроль, просмотр

			самостоятельно.	элементов на экране и повтор
<i>Тема 8.2. Фризы в стойке на руках</i>	Выполняет только подготовительные упражнения для элемента фриз в стойке на руках	Может выполнять фриз в стойке на руках только с подстраховкой педагога.	Знает технику выполнения фриз в стойке на руках и умеет объяснить другим учащимся. Выполняет элемент самостоятельно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 8.3. Чеер</i>	Выполняет только подготовительные упражнения для элемента Чеер	Может выполнять Чеер только с подстраховкой педагога.	Знает технику выполнения Чеер и умеет объяснить другим учащимся. Выполняет элемент самостоятельно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 8.4. Хело</i>	Выполняет только подготовительные упражнения для элемента хело	Может выполнять хело только с подстраховкой педагога.	Знает технику выполнения хело и умеет объяснить другим учащимся. Выполняет элемент самостоятельно.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Раздел 9 Power move 2 уровень.				
<i>Тема 9.1. Свайпс</i>	Умеет применять свайпс детский, с двух ног в брейкинге. С одной ноги только с помощью педагога.	Знает элементы свайпс детский, с двух ног, с одной ноги выборочно. Умеет применять их в брейкинге не в полном объеме.	Знает элементы свайпс детский, с двух ног, с одной ноги. Умеет применять их в брейкинге.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на

				экране и повтор
<i>Тема 9.2. Мельница (Mils)</i>	Не умеет применять краба, бэкспин, милс брейкинге. Нужна помощь педагога.	Знает элементы краб, бэкспин, милс, делает выборочно. Умеет применять их в брейкинге не в полном объеме.	Знает элементы краб, бэкспин, милс. Умеет применять их в брейкинге.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 9.3. Кручение на голове (Head spin)</i>	Умеет стойку на голове. Не умеет применять кручение на голове брейкинге. Нужна помощь педагога.	Знает элементы стойка на голове, кручение на голове, делает выборочно. Умеет применять их в брейкинге не в полном объеме.	Знает элемент кручение на голове. Умеет применять их в брейкинге.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Раздел 10 Брейк комбинации				
<i>Тема 10.1. Топрок + заход + футворк + фриз</i>	Комбинации получаются с погрешностями. Нужна помощь педагога	Комбинации получаются, пробует комбинировать. Требуется незначительная помощь педагога.	Комбинации получаются на высоком уровне. Может помочь в составлении другим учащимся.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
<i>Тема 10.2. Футворк + павермув</i>	Комбинации получаются с погрешностями. Нужна помощь педагога	Комбинации получаются, пробует комбинировать. Требуется незначительная помощь педагога.	Комбинации получаются на высоком уровне. Может помочь в составлении другим учащимся.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и

				повтор
<i>Тема 10.3. Павер мув + фриз</i>	Комбинации получаются с погрешностями. Нужна помощь педагога	Комбинации получаются, пробует комбинировать. Требуется незначительная помощь педагога.	Комбинации получаются на высоком уровне. Может помочь в составлении другим учащимся.	Наблюдение, показ, контроль, просмотр элементов на экране и повтор
Раздел 11 Соединение элементов				
<i>Тема 11.1. Топрок + топрок</i>	Комбинации составляются с трудом, между переходами долгие паузы на обдумывание, элементы выполняются с ошибками.	Составляются простые комбинации элементов, между переходами не бывает пауз.	Составляются сложные комбинации, все переходы между элементами составлены гармонично и технично.	Наблюдение, импровизация, показ, джем
<i>Тема 11.2. Фриз + фриз</i>	Комбинации составляются с трудом, между переходами долгие паузы на обдумывание, элементы выполняются с ошибками.	Составляются простые комбинации элементов, между переходами не бывает пауз.	Составляются сложные комбинации, все переходы между элементами составлены гармонично и технично.	Наблюдение, импровизация, показ, джем
<i>Тема 11.3. Футворк + футворк</i>	Комбинации составляются с трудом, между переходами долгие паузы на обдумывание, элементы выполняются с ошибками.	Составляются простые комбинации элементов, между переходами не бывает пауз.	Составляются сложные комбинации, все переходы между элементами составлены гармонично и технично.	Наблюдение, импровизация, показ, джем
<i>Тема 11.4. Павер мув + павер мув</i>	Комбинации составляются с трудом, между переходами долгие паузы на обдумывание, элементы выполняются с ошибками.	Составляются простые комбинации элементов, между переходами не бывает пауз.	Составляются сложные комбинации, все переходы между элементами составлены гармонично и технично.	Наблюдение, импровизация, показ, джем
<i>Тема 11.5. Соединение всех направлений</i>	Может соединить ограниченное или малое количество элементов, не может исполнить в ритм музыки.	Самостоятельно составляет комбинации базовых элементов, изученных на занятиях.	Самостоятельно составляет различные комбинации элементов, добавляя «свои» переходы, грамотно сочетает и	Проведение джемов Выполнение заданий

			музыкально исполняет движения.	Наблюдение
Раздел 12 Репетиционная работа				
<i>Тема 12.1.</i> Работа над комбинациями, связка 1	Не может освоить выполнение комбинаций. Двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.	Может выполнить только отдельные элементы постановки, допускает ошибки, требуется большое количество повторений.	Выполняет комбинации на высоком уровне, музыкально, эмоционально, выполняет сложные элементы танца, готов к выступлению..	Наблюдение, постановка заданий
<i>Тема 12.2.</i> Работа над комбинациями, связка 2	Не может освоить выполнение комбинаций. Двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.	Может выполнить только отдельные элементы постановки, допускает ошибки, требуется большое количество повторений.	Выполняет комбинации на высоком уровне, музыкально, эмоционально, выполняет сложные элементы танца, готов к выступлению..	Наблюдение, постановка заданий
<i>Тема 12.3.</i> Работа над комбинациями, связка 3	Не может освоить выполнение комбинаций. Двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.	Может выполнить только отдельные элементы постановки, допускает ошибки, требуется большое количество повторений.	Выполняет комбинации на высоком уровне, музыкально, эмоционально, выполняет сложные элементы танца, готов к выступлению..	Наблюдение, постановка заданий
<i>Тема 12.4.</i> Репетиция танцевального номера	Не может освоить выполнение комбинаций. Двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.	Может выполнить только отдельные элементы постановки, допускает ошибки, требуется большое количество повторений.	Выполняет комбинации на высоком уровне, музыкально, эмоционально, выполняет сложные элементы танца, готов к выступлению..	Наблюдение, постановка заданий
Раздел 13 Танцевальные постановки				
<i>Тема 13.1.</i> Постановка	Нарушение композиционных схем, отставание от музыки.	При исполнении постановки возможны незначительные ошибки в перестроениях и элементах.	Исполнение танцевальной постановки на высоком уровне, правильно выполнение всех композиционных рисунков.	Наблюдение, постановка заданий

Воспитательные мероприятия				
Раздел 14 Работа на сплочение коллектива				
Тема 14.1. Игры	Низкая творческая активность обучающегося, непонимание поставленных задач.	Участие в проводимых мероприятиях, понимание поставленных задач и выполнение поставленных заданий, получение новых знаний.	Активное участие, инициатива и хорошее поведение во время воспитательных мероприятий, получение новых навыков и умение их передать другим.	Наблюдение, беседа, викторина, выступление, посещение экскурсий/выставок/творческих мастерских
Тема 14.2. Джем	Обучающийся не выходит на джемы, либо выполняет элементы повторяя за педагогом.	В импровизации используется ограниченное количество элементов, частые повторения, но не все элементы выполняются уверенно.	Обучающийся проявляет инициативу и активно участвует в джеме, импровизирует музыкально и технично, соединяет в танце большую часть изученных ранее элементов.	Проведение джемов, наблюдение
Тема 14.3. Батлы	Обучающийся не выходит на батлы, либо выполняет элементы повторяя за педагогом.	В импровизации используется ограниченное количество элементов, частые повторения, но не все элементы выполняются уверенно.	Обучающийся проявляет инициативу и активно участвует в батлах, импровизирует музыкально и технично, соединяет в танце большую часть изученных ранее элементов.	Проведение батла, наблюдение
Тема 14.4. Мастер-классы	На мастер классах не усваивает информацию, требуется помощь педагога.	На мастер классах усваивает информацию, но требуется помощь в элементах. Тяжело применяет в танце.	На мастер классах на высоком уровне исполняет элементы, усваивает информацию, применяет в танце.	Наблюдение, постановка задания

Раздел 15 Работа над импровизацией в брейкинге				
<i>Тема 15.1.</i> Импровизация	Отсутствие навыка работы в одиночку, сложность в выполнении поставленных задач/	Требуется время на обдумывание переходов, помощь со стороны педагога.	Участник гармонично и технично выполняет поставленные задачи.	Импровизация, выполнение заданий, наблюдение
Раздел 16 Участие в городских мероприятиях				
<i>Тема 16.1.</i> Выступления на конкурсах	Низкая творческая активность обучающегося, непонимание поставленных задач.	Участие в проводимых мероприятиях, понимание поставленных задач и выполнение поставленных заданий, получение новых знаний.	Активное участие, инициатива и хорошее поведение во время воспитательных мероприятий, получение новых навыков и умение их передать другим.	Наблюдение, выступление
Раздел 17 Hip-Hop культура				
<i>Тема 17.1.</i> Хип-Хоп культура	Тему не понял, даты, имена, названия не запомнил. Требуется повторно повторить.	Тему понял, но частично запомнил. Требуется помощь педагога.	Тему понял, запомнил имена, даты, названия. Может поделиться знаниями.	Наблюдение, беседа, выступление, посещение экскурсий/выставок/творческих мастерских, просмотр видео
Контрольные срезы				
Раздел 18 Фестиваль брейкинга "Стимул"				
<i>Тема 18.1.</i> Участие в батлах на фестивале «Стимул»	Обучающий не выходит на батлы, джемы. Требуется помощь педагога.	Обучающий выходит на батлы, джемы. Движения, связки, комбинации требуют доработок. Требуется помощь педагога.	Обучающий выходит на батлы, джемы на высоком уровне.	Фестиваль, наблюдение, джемы, батлы,

				контрольные срезы, Фестиваль
<i>Тема 18.2.</i> Мастер-классы на фестивале «Стимул»	На мастер классах не усваивает информацию, требуется помощь педагога.	На мастер классах усваивает информацию, но требуется помощь в элементах. Тяжело применяет в танце.	На мастер классах на высоком уровне исполняет элементы, усваивает информацию, применяет в танце.	Наблюдение, постановка задания
Раздел 19 Фестиваль брейкинга "Срез"				
<i>Тема 19.1.</i> Участие в батлах на фестивале «Срез»	Обучающий не выходит на батлы, джемы. Требуется помощь педагога.	Обучающий выходит на батлы, джемы. Движения, связки, комбинации требуют доработок. Требуется помощь педагога.	Обучающий выходит на батлы, джемы на высоком уровне.	Фестиваль, наблюдение, джемы, батлы, контрольные срезы
<i>Тема 19.2.</i> Мастер-классы на фестивале «Срез»	На мастер классах не усваивает информацию, требуется помощь педагога.	На мастер классах усваивает информацию, но требуется помощь в элементах. Тяжело применяет в танце.	На мастер классах на высоком уровне исполняет элементы, усваивает информацию, применяет в танце.	Наблюдение, постановка задания
Раздел 20 Заключительное занятие				
<i>Тема 20.1.</i> Заключительное занятие	Выступление на низком уровне, выполнение элементов танца с ошибками.	Выполнение элементов технично, но есть недочеты в исполнении и музыкальности, ошибки в коллективных перестроениях.	Выступление на высоком уровне, выполнение всех элементов постановки технично, музыкально, правильно выполнение всех перестроений в танце.	Фестиваль Концерт

Содержание программы 2-й год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Правила техники безопасности

Теория: первичный и вводный инструктаж по технике безопасности, повторение правил внутреннего распорядка, техники безопасности, правила техники безопасности, правила поведения на занятиях брейкинга правила поведения во Дворце, в общественных местах.

Практика:

Стартовый: плохо знает правила поведения, техники безопасности, наблюдаются нарушения в поведении, требуется напоминание педагога.

Базовый: знает правила по технике безопасности и правила поведения, но не всегда следует им.

Продвинутый: знает правила поведения и техники безопасности на занятиях и ведёт себя в рамках этих правил, знания правил поведения на занятиях брейкинга, техники безопасности на занятиях и при выполнении сложных элементов.

Формы и методы проведения занятия: учебное занятие, демонстрация, опрос, использование дистанционного материала:

https://vk.com/club190240716?w=wall-190240716_21%2Fall

Тема 1.2. Правила техники безопасности

Теория: повторный инструктаж по технике безопасности, повторение правил внутреннего распорядка, техники безопасности, правила техники безопасности, правила поведения на занятиях брейкинга, правила поведения во Дворце, в общественных местах.

Практика:

Стартовый: плохо знает правила поведения, техники безопасности, наблюдаются нарушения в поведении, требуется напоминание педагога.

Базовый: знает правила по технике безопасности и правила поведения, но не всегда следует им.

Продвинутый: знает правила поведения и техники безопасности на занятиях и ведёт себя в рамках этих правил, знание правил поведения на занятиях брейкинга, техники безопасности на занятиях и при выполнении сложных элементов.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, опрос, упражнения.

Общеразвивающие упражнения

Раздел 2. Разогрев

Тема 2.1. Разминка суставов

Теория: вращательные движения всех суставов, наклоны, махи.

Практика:

Стартовый: допускает значительные ошибки при исполнении упражнений разминки суставов, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.

Базовый: допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения разминки суставов при подсказке педагога.

Продвинутый: знает технику выполнения упражнений разминки суставов, умеет их выполнять, знает очередность выполнения.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 2.2. Кардио разминка

Теория: кач, прыжки, бег, прыжки боком в движении.

Практика:

Стартовый: допускает значительные ошибки при исполнении кардио разминки, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.

Базовый: допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения кардио разминки при подсказке педагога.

Продвинутый: знает технику выполнения упражнений кардио разминки, умеет их выполнять, знает очередность выполнения

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 2.3. Отжимания

Теория: отжимания от пола на ширине плеч, кузнечиком, алмазная техника.

Практика:

Стартовый: допускает значительные ошибки при исполнении отжимания, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.

Базовый: допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения отжимания при подсказке педагога.

Продвинутый: знает технику выполнения упражнений отжимания, умеет их выполнять, знает очередность выполнения

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 2.4. Растяжка

Теория: растяжка рук, поясного отдела, шеи, рук.

Практика.

Стартовый: допускает значительные ошибки при исполнении растяжки, не соблюдает очередность, ошибки при ответе.

Базовый: допускает незначительные ошибки, может выполнять упражнения растяжки при подсказке педагога.

Продвинутый: знает технику выполнения упражнений растяжки, умеет их выполнять, знает очередность выполнения.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 3. Специальные упражнения.

Тема 3.1. Стойка на голове

Теория: размять шею упражнением подъёма макушки вверх, подбородок к себе, голова на весу, опускание головы в стороны, изучить положение треугольника на полу, голова верхняя

точка треугольника, руки на 45 градусов от головы в стороны, кисти смотрят пальцами к себе, удерживать угол в локте 90 градусов, поднимать таз ровно над головой.

Практика.

Стартовый: допускает значительные ошибки при исполнении стойки на логове, требуется значительная помощь педагога, выполнять подъём головы 10 раз, в стойке стоять 5 сек.

Базовый: допускает незначительные ошибки, знает и исполняет стойку на голове уверенно, выполнять подъём головы 20 раз, в стойке стоять 10 сек.

Продвинутый: выполняет стойку на голове, умеет выполнять с разными положениями ног, удерживает до 30 секунд, подъём головы 20 раз.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 3.2. Стойка на руках

Теория: положение рук на ширине плеч, кисти пальцами врозь, голова на половину подбородком к себе, взгляд в пол. руки, голова, таз, ноги на одной вертикальной линии. Выполнять с ногами в стороны.

Практика:

Стартовый: стойку на руках не выполняет в полном объёме, не выпрямляет ноги, прогиб в спине. выполнять стойку у стены, выпрямлять таз, ноги.

Базовый: стойка на руках получается не продолжительно, с ногами в стороны получается частично. выполнять положение с ногами в стороны у стены, стоять на руках 30 секунд.

Продвинутый: стойка на руках выполняет технично, с разными вариантами положений ног, стоит до 60 секунд.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 4. Акробатика.

Тема .1. Колеса разные

Теория: Выполнение колеса через две руки, одну, с разных сторон.

Практика: Отработать стойку на руках с ногами в сторону, складка. Ставить две руки, выход в стойку на руки с ногами в сторону, приходить по одной ноге. Менять технику постановки рук.

Стартовый: Делает без прямых ног.

Базовый: Делает колесо с прямыми ногами, другие техники даются с ошибками.

Продвинутый: Делает все колеса.

Тема .1. Мостик

Теория: Перед мостиком, разогреть позвоночный отдел, шею, руки, таз. Выход в мостик с пола, выход по одной руке, выход с стоя, выход с рук на ноги.

Практика: Постановка рук в сторону от головы, строго направление в ноги, подняться, держаться, ноги выпрямлять. Менять техники мостика.

Стартовый: Выполняет мостик тяжело, не растянуты мышцы спины, рук, ног.

Базовый: Выполняет мостик с пола, мышцы растянуты. Другие техники только развивает.

Продвинутый: Выполняет все мостики.

Тема .1. Выход в стойку на руки, Спичаг.

Теория: Выучить с начало стойку на руках с ногами в стороны. Отжиматься 50 -100 раз. Пресс 50 -100 раз. Растяжка, складка. Поможет с выходом в стойку на руки, более комфортно будет в стойке.

Практика: Ставим руки на ширине плеч, важно держать руки не шире плеч, можно согнуть перевести вес на плечи и руки, напрячь пресс и выходить в стойку, задержав ноги чуть приподняв, отрабатывать обратный выход с стойки на руках.

Стартовый: Плохо раскачан и растянут, получается поставить руки, поднять ноги не может или поднимает с прыжка.

Базовый: Получается задержаться с ногами на 10 сек., выходит в стойку и обратно 3-5 раз.

Продвинутый: Делает спичаг, выход в стойку и обратно 10-20 раз.

Брейкинг хореография

Раздел 5. Работа руками

Тема 5.1. Соединения

Теория: Изучение соединения руками, соприкасаясь с разными частями тела, переходить из позиции в позицию используя соединения руками.

Практика:

Стартовый: выполняет простые соединения руками, не использует корпус, ноги, переход на разные уровни, развивать соединения с частями тела.

Базовый: выполняет простые соединения руками, используя всё тело, тяжело даётся переходы на разные уровни, развивать переходы на уровни.

Продвинутый: выполняет простые соединения руками, используя всё тело и переходы на разные уровни, развивать соединения с другими элементами.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения, показ.

Тема 5.2. Волны

Теория: изучение волн руками, волн корпусом, изучить основные 6 положений волн руками, 4 положения корпусом, соединять волну рукой с волной корпуса, придумать свои вариации.

Практика:

Стартовый: выполняет основные положения волн, медленно, соединения не просматриваются, выполнять быстрее волны и переходы.

Базовый: выполняет основные положения, соединения просматриваются, выполняет быстро, вариации делает с трудом, выполнять вариации.

Продвинутый: выполняет основные положения, соединения просматриваются, выполняет быстро, вариации делает. выполнять вариации соединяя с другими элементами рук.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения, показ.

<https://youtu.be/XWhYA9Scmn0>

Тема 5.3. 52 блока

Теория: Стиль основан на блоках руками, закрывая голову с разных сторон, применяя толчки, увороты, связывая между собой медленно и быстро, также добавляя разные элементы с других стилей. Внёс этот стиль в танцевальную культуру Mr. Вигглз.

Практика: Сгибать руку в локте, прижимать голову к руке, закрываться одной, двумя руками, быстро сменять блоки.

Стартовый: Повторяет блоки но медленно, своих вариаций нет.

Базовый: Повторяет блоки, меняет темп, придумывает свои вариации.

Продвинутый: Повторяет блоки, меняя темп, придумывает свои вариации, добавляет работу ног.

Раздел 6 Toprock

Тема 6.1. 2 шага вариации

Теория: Ищем постоянно новые шаги, соединяем с шагами с других стилей. Когда вставляешь шаги с других стилей важно выдержать стиль брейкинга.

Практика: Шаги могут быть разными в разный темп но держим сильную долю и позиции.

Стартовый: Делает базовые шаги, свои вариации развивает не пользуется ими в танце.

Базовый: Делает базовые и есть свои вариации, пользуется ими в танце, использует мало своих шагов.

Продвинутый: Делает выход из своих шагов не применяя базовые.

<https://youtu.be/qTgTYcSAzD4>

Тема 6.2. Скольжение

Теория: Основные скольжения назад, вбок, квадрат.

Практика: Скольжение назад из 3 движений состоит, скольжение вбок из 5 движений.

Стартовый: Делает медленно, путается в движениях.

Базовый: Делает спокойно все скольжения.

Продвинутый: Делает быстро, применяет в танце.

Тема 6.3. Батл рок, Апрок, Апачи линия

Теория: Основа состоит из 5 шагов. Есть много вариаций. Легко связывается с базовыми шагами. Апачи линия – встают друг на против друга в 2 шеренги и танцуют по очереди по команде, по заданиям.

Практика: работает сильно таз вперёд и назад, с выбросом рук назад, вперёд, затем ставим на пояс, заканчиваем крестом перед собой или ставим руки на пол.

Стартовый: Делает медленно, нужно время на практику.

Базовый: Делает как нужно, применяет в танце, развивает новые вариации.

Продвинутый: Применяет в танце свои вариации.

Раздел 7 Footwork

Тема 7.1. блендер

Теория: Перед началом надо надеть наколенники, имитация блендера с двумя лопостями.

Делается на коленях в 2ух вариациях, с руками поставленными назад и с приподнятым тазом руки ходят в стороны.

Практика: сесть на колени, руки поставить назад, одна нога делает круг сгибаясь в колене, вторая нога опаздывает на пол круга. Делается элемент быстро.

Стартовый: Путается в элементе, получается вариация с руками назад.

Базовый: Изучил блендер с руками назад, делает с приподнятым тазом недолго.

Продвинутый: Изучил обе вариации, делает с другими элементами в связке.

Тема 7.2. 12 шагов (baby love)

Теория: С начало надо выучить положение собаки, 6 шагов. 12 шагов делается в полный круг, допускается больше и меньше шагов для завершения круга.

Практика: Принять положение собаки, шаг переставлять за ногу, затем опять собака и шаг в внутренний круг и опять собака, так сделать целый круг.

Стартовый: Путается в переставлении ног, темп медленный.

Базовый: Делает 12 шагов в спокойной темпе, комбинирует с другими элементами.

Продвинутый: делает 12 шагов в быстром темпе, смешивая уровни и элементы.

Тема 7.3. Pretzel

Теория: С начало изучить подсечку. Делается с позиции баланса, переставляю руку назад и перпендикулярная нога должна сделать мах в сторону которую повёрнут корпус, сменить руку и вытащить ногу на исходную. И в другую сторону идентично.

Практика: Делать медленно но нужно наращивать скорость для зрелищности. Можно делать по очереди двумя ногами, мах когда уже рука поставлена и корпус развернут.

Стартовый: Делает медленно, нужна практика в запоминании.

Базовый: Делает хорошо, делает в связке с элементами.

Продвинутый: Делает резко и усложняет делая двумя ногами по очереди

Тема 7.4. Monkey swing, zulu spin, rus step

Теория: Делается в положении баланса, переставляя правую руку вбок и двигая левой ногой в полукруг и ставля обратно в баланс и сразу же делается в левую руку и правой ногой. Зулу спин делается выставя ногу вперёд и делая просто оборот руками по кругу переставляя их. Рашен степ делается в балансе, подпрыгивая и меняя ноги.

Практика: Выполнять в положении баланса, сохраняя уровень и скорость.

Стартовый: Выполняет медленно, элементы не связывает.

Базовый: Выполняет хорошо, связывает в связке с элементами.

Продвинутый: Выполняет быстро, связывая с элементами и уровнями, делая свою вариацию.

<https://youtu.be/1e7a1plsk9w>

Раздел 8 Freezes (Фризы).

Тема 8.1. Фризы на локте

Теория: изучаем положение стойки на локте, выполняется по фигуре треугольника, ставим одну руку на локтевую кость, вторую параллельно на кисть (ладонь), по центру голову держим на весу или ставим на пол, ногами выполняют разные формы.

Практика:

Стартовый: знает и исполняет фриз на локте, требуется значительная помощь педагога, тело и организм ребенка физически не развиты.

Базовый: знает и исполняет элемент фриз на локте, но повторяет за педагогом и другими ребятами, требуется незначительная помощь педагога, тело и организм ребенка развиты физически незначительно.

Продвинутый: уверенно и четко выполняет фриз на локте в ритме музыки, синхронно, выработка двигательных навыков, совершенствование двигательной функции.

Формы и методы проведения занятия: учебное задание, практическое занятие, демонстрация, упражнения, показ.

<https://youtu.be/CL7YxxfhpEY>

Тема 8.2. Фризы в стойке на руках

Теория: изучаем положение стойки на руках, руки располагаются на ширине плеч или чуть шире, пальцы широко раздвинуты, в локтях рука прямая, поднимаем правую ногу, налево отталкиваем и поднимаем таз, ноги на одну линию с руками и головой, ноги выполняют разные положения сохраняя красивую форму.

Практика:

Стартовый: знает и исполняет фриз в стойке на руках, требуется значительная помощь педагога, тело и организм ребенка физически не развиты.

Базовый: знает и исполняет элемент фриз в стойке на руках, но повторяет за педагогом и другими ребятами, требуется незначительная помощь педагога, тело и организм ребенка развиты физически незначительно.

Продвинутый: уверенно и четко выполняет фриз в стойке на руках в ритме музыки, синхронно, выработка двигательных навыков, совершенствование двигательной функции.

Формы и методы проведения занятия: учебное задание, практическое занятие, демонстрация, упражнения, показ.

Тема 8.3. Чеер

Теория: Выучить бейби фриз, риверс фриз. Опора ставится на бок или еще дальше к спине, смотря по растяжке рук и спины. Опора голова, рука, ноги. Придумывать формы самим.

Практика: Есть 2 варианта захода в чеер, с мостика и с бейби фриза. Выучить оба варианта надо. С моста ставим руку в центр с направлением в центр и опускаем себя сгибая опорную руку. С бейби фриза поворачиваем корпус кверху и ноги разворачиваем.

Стартовый: Не растянут и тяжело даётся фриз. Нужно тянуть спину и руки.

Базовый: Делает оба варианта, комбинирует с основами.

Продвинутый: Делает оба варианта, есть свои варианты захода на фриз и свои формы.

Тема 8.4. Хело

Теория: Выучить с начало чеер, растянуть ноги, спину, руки. Делается с упором в руку и голову.

Практика: Заносим руку за спину как чеер, поднимаем ноги, упор в руках и голове, корпус выпрямляется, вторая рука заносится как в положении на мост. Формы ног любые.

Стартовый: Делает только чеер, ноги поднять обе тяжело, поднимает одну.

Базовый: Поднимает обе ноги, тяжело стоит, нужна закачка, растяжка.

Продвинутый: Делает легко, меняет формы, комбинирует с другими элементами.

Раздел 9 Power move 2 уровень.

Тема 9.1. Свайпс

Теория: изучение положения стульчика, стойки на руках с ногами в стороны, отталкивание с руки на руку в положении стульчика, положение рук и ноги в треугольнике.

Практика:

Стартовый: знает и исполняет свайпс неуверенно, требуется значительная помощь педагога, тело и организм ребенка физически не развиты.

Базовый: знает и исполняет элемент свайпс неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами. требуется незначительная помощь педагога. Тело и организм ребенка развиты физически незначительно.

Продвинутый: уверенно и четко выполняет свайпс в ритме музыки, синхронно. выработка двигательных навыков. совершенствование двигательной функции.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения, показ.

https://youtu.be/0Fxj9A_laX8

Тема 9.2. Мельница (Mils)

Теория: нужны умения рогатка, бэкспин, черепашка, переходы фризов на плечах, переходы с бейби в плечо и обратно. Нарбатывается 2мя способами: с заноса, с спины.

Практика: Устойчиво стоим на рогатке, делаем занос в перпендикулярную сторону вращения, затем на руке делаем поворот в сторону вращения, одновременно поднимаем ногу махом, делаем спуск и мах второй ногой. Затем вторая часть, переход из спины в плечо и обратно на рогатку. Повторять.

Стартовый: Удаётся всё по отдельности, учить переходы, соединять этапы.

Базовый: Делает первую часть и вторую с спины, отрабатывать скорость.

Продвинутый: Делает быстро, пробует вариации.

Тема 9.3. Кручение на голове (Head spin)

Теория: Закачивать шею, устойчиво стоять на голове используя фигуру треугольника с руками. Отрабатывать повороты на месте в стороны. Использовать шапку.

Практика: Не расслаблять шею, держать ее в тонусе. Форма треугольника с руками, Переставлять с начало руки затем всё остальное тело с головой вместе, и так переставлять по малому углу, увеличивать по мере освоения. Таз в 2ух вариантах, согнутые ноги на себя немного, легче для освоения. Выпрямляя таз, держа спину прямой ноги вверх.

Стартовый: Даётся стойка, ноги падают, закачка шеи, пресса, растяжка.

Базовый: Делает медленно, технично.

Продвинутый: Делает быстро, меняет формы.

Раздел 10 Брейк комбинации

Тема 10.1. Топрок + заход + футворк + фриз

Теория: создание комбинации топрока + заход + футворк + фриз, соединение элементов топрока с сменой уровня вниз, в переход на баланс на футворк и заканчивать фризом.

Практика:

Стартовый: не может создать комбинации топрока + заход + футворк + фриз с использованием направлений и сменой уровня, требуется значительная помощь педагога.

Базовый: может создать комбинации, но требуется поддержка педагога при исполнении, выполняет не в ритм музыки медленно.

Продвинутый: создаёт и выполняет комбинации, используя направления и уровни, составляет комбинации самостоятельно. выполняет в ритм музыки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 10.2. Футворк + павермув

Теория: создание комбинации с футворка в павермув, используя элементы баланс, полу шпагат, бэкспин, свайпс.

Практика:

Стартовый: не может создать комбинации футворк + павермувс использованием базовых элементов баланс, полу шпагат, бэкспин, требуется значительная помощь педагога.

Базовый: может создать комбинации, но требуется поддержка педагога при исполнении, выполняет не в ритм музыки медленно.

Продвинутый: создаёт и выполняет комбинации, используя направления и уровни, составляет комбинации самостоятельно. выполняет в ритм музыки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 10.3. Павер мув + фриз

Теория: создание комбинации павер мув + фриз, используя базовых элементов бэкспин, фриз на плече, переход с плеча в базу.

Практика:

Стартовый: не может создать комбинации павер мув + фриз с использованием базовых элементов бэкспин, фриз на плече, переход с плеча в базу, требуется значительная помощь педагога.

Базовый: может создать комбинации, но требуется поддержка педагога при исполнении, выполняет не в ритм музыки медленно.

Продвинутый: создаёт и выполняет комбинации, используя направления и уровни, составляет комбинации самостоятельно. выполняет в ритм музыки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 11 Соединение элементов

Тема 11.1. Топрок + топрок

Теория: Соединять элементы одного направления, одного элемента выполняя его по разному, из разных направлений.

Практика:

Стартовый: Выполнение комбинаций простых элементов со значительными ошибками.

Базовый: Выполнение комбинаций простых элементов только с помощью педагога.

Продвинутый: Выполнение комбинаций самостоятельно, музыкально, технично.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 11.2. Фриз + фриз

Теория: соединять элементы одного направления, одного элемента выполняя его по разному, из разных направлений.

Практика:

Стартовый: выполнение комбинаций простых элементов со значительными ошибками.

Базовый: выполнение комбинаций простых элементов только с помощью педагога.

Продвинутый: выполнение комбинаций самостоятельно, музыкально, технично.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 11.3. Футворк + футворк

Теория: соединять элементы одного направления, одного элемента выполняя его по разному, из разных направлений.

Практика:

Стартовый: выполнение комбинаций простых элементов со значительными ошибками.

Базовый: выполнение комбинаций простых элементов только с помощью педагога.

Продвинутый: выполнение комбинаций самостоятельно, музыкально, технично.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 11.4. Павер мув + павер мув

Теория: Соединять элементы одного направления, одного элемента выполняя его по разному, из разных направлений.

Практика:

Стартовый: Выполнение комбинаций простых элементов со значительными ошибками.

Базовый: Выполнение комбинаций простых элементов только с помощью педагога.

Продвинутый: Выполнение комбинаций самостоятельно, музыкально, технично.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 11.5. Соединение всех направлений

Теория: соединять элементы разных направлений.

Практика:

Стартовый: выполнение комбинаций простых элементов со значительными ошибками.

Базовый: выполнение комбинаций простых элементов только с помощью педагога.

Продвинутый: выполнение комбинаций самостоятельно, музыкально, технично.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 12 Репетиционная работа

Тема 12.1. Работа над комбинациями, связка 1

Теория: выполнение, создание комбинаций, изучение связок, выполнение их под музыку. изучение переходов из связки в связку.

Практика:

Стартовый: не может освоить выполнение комбинаций. двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.

Базовый: может выполнить комбинацию, связку, но движения не чёткие, не хватает статики, эмоций, требуется поддержка педагога, допускает ошибки.

Продвинутый: выполняет комбинации, используя элементы разных стилей. двигается в ритме музыки, эмоционально, использует сложные элементы, связки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, постановочное занятие, показ.

Тема 12.2. Работа над комбинациями, связка 2

Теория: выполнение, создание комбинаций, изучение связок, выполнение их под музыку. изучение переходов из связки в связку.

Практика:

Стартовый: не может освоить выполнение комбинаций. двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.

Базовый: может выполнить комбинацию, связку, но движения не чёткие, не хватает статики, эмоций, требуется поддержка педагога, допускает ошибки.

Продвинутый: выполняет комбинации, используя элементы разных стилей. двигается в ритме музыки, эмоционально, использует сложные элементы, связки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, постановочное занятие, показ.

Тема 12.3. Работа над комбинациями, связка 3

Теория: выполнение, создание комбинаций, изучение связок, выполнение их под музыку. изучение переходов из связки в связку.

Практика:

Стартовый: не может освоить выполнение комбинаций. двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.

Базовый: может выполнить комбинацию, связку, но движения не чёткие, не хватает статики, эмоций, требуется поддержка педагога, допускает ошибки.

Продвинутый: выполняет комбинации, используя элементы разных стилей. двигается в ритме музыки, эмоционально, использует сложные элементы, связки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, постановочное занятие, показ.

Тема 12.4. Репетиция танцевального номера

Теория: выполнение готовых комбинаций, связок, выполнение их под музыку. выполнение переходов из связки в связку.

Практика:

Стартовый: не может освоить выполнение комбинаций танцевального номера. двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки.

Базовый: может выполнить комбинацию, связку, но движения не чёткие, не хватает статики, эмоций, требуется поддержка педагога, допускает ошибки.

Продвинутый: выполняет комбинации, используя элементы разных стилей. двигается в ритме музыки, эмоционально, использует сложные элементы, связки. к выступлению готов.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, постановочное занятие, показ.

Раздел 13 Танцевальные постановки

Тема 13.1. Постановка

Теория: Самостоятельно подготавливают себе маленькие танцевальные номера. Используя любую тему и образ.

Практика: Использование техник любых стилей, применяя свойства предмета, погоды, любой образ. Ищем музыку подходящую, разбить на вступление, действие, кульминация, концовка.

Стартовый: Использует мало техник других стилей, нет образа.

Базовый: Выдерживает все фазы номера, использует связки, образ присутствует, работать над эмоциями.

Продвинутый: Использует все фазы, разные стили, эмоции.

Воспитательные мероприятия

Раздел 14 Работа на сплочение коллектива

Тема 14.1. Игры

Теория: Игры на сплочение, к примеру : Скала, Молекулы, Падение, Паутина.

Практика: Применять игры по общему наблюдению коллектива, максимум 2 игры.

Стартовый: Игры дают свой результат, всегда есть кто зажимается, задача раскрыть всех.

Базовый: Выполняют всё, выявляются лидеры, атмосфера дружеская.

Продвинутый: Выполняют всё, выявляются лидеры, все друг друга поддерживают, атмосфера дружеская.

Тема 14.2. Джем

Теория: джем это способ бороться с страхом сцены, отработка навыков на практике. образуется танцевальный круг из участников и выходим по одному, при поддержке остальных, хлопая в каждый 2 счёт, в такт музыки.

Практика:

Стартовый: не выходит в круг, скованность, страх. требуется значительная работа педагога.

Базовый: выходит в круг, показывает наработанные элементы, танцует не в такт музыки, вступления нет, выход обрывает. требуется помощь педагога.

Продвинутый: активно выходит в круг, показывает наработки, танцует в такт, импровизирует, есть вступление, танцевальная точка присутствует.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 14.3. Батлы

Теория: батл это соревновательное мероприятие где участники танцует друг с другом, показывая чему они научились. батл проходим в формате 1 на 1, 2 на 2, команда на команду.

Практика:

Стартовый: не выходит танцевать против соперника, страх, скованность. требуется значительная работа педагога.

Базовый: выходит танцевать против соперника, показывает наработанные элементы, танцует не в такт музыки, выход обрывает. требуется помощь педагога.

Продвинутый: активно выходит против соперника, показывает наработки, танцует в такт, импровизирует, есть вступление, танцевальная точка присутствует.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 14.4. Мастер-классы

Теория: участие в мастер-классах, слушать, запоминать теорию и практику, применять в танце.

Практика:

Стартовый: обучающий не запомнил теорию и практику, требуется значительная помощь педагога.

Базовый: обучающий запомнил теорию, практику, но не может применить в танце.

Требуется незначительная помощь педагога.

Продвинутый: обучающий запомнил теорию, практику и применять знания в танце, в ритм музыки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 15 Работа над импровизацией в брейкинге

Тема 15.1. Импровизация

Теория: Практика выхода в круг, заполнять собой пространство, танец на задания.

Практиковать танец в комфортном удобном месте, менять место на более публичное, начинать можно с своей комнаты в квартире, затем переход в зал, танец перед родителями, затем в зале на тренировках, выход на джем, батлы. Импровизацию разбавлять подготовленными связками элементов.

Практика: Подготавливать связки элементов, интересные концепции, переходы.

Практиковать с танцем. Для начало двигаться научиться как хочешь, без связок, двигаясь в ритм и темп музыки.

Стартовый: Работает подготовленными движениями и связками, стоит на месте.

Базовый: Делает полноценный выход с импровизацией и связками.

Продвинутый: Полноценный выход с образом.

<https://youtu.be/TjuJPwtjDu0>

Раздел 16 Участие в городских мероприятиях

Тема 16.1. Выступления на конкурсах

Теория: сотрудничество с коллективами города, выступления на городских фестивалях и конкурсах.

Практика:

Стартовый: низкая творческая активность обучающегося, непонимание поставленных задач.

Базовый: участие в проводимых мероприятиях, понимание поставленных задач и выполнение поставленных заданий, получение новых знаний.

Продвинутый: активное участие, инициатива и хорошее поведение во время воспитательных мероприятий, получение новых навыков и умение их передать другим.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 17 Нір-Нор культура

Тема 17.1. Хип-Хоп культура

Теория: Объяснить что входит MC, Граффити, DJ, Танцы, Знания, как зародился Хип Хоп, рассказать о Африке Бомбате, Кул Хёрте. Видео которое посмотреть желательно: The Freshest Kids: A History of the B-boy, Inside the Circle, Turn it loose, Planet B-Boy, Bouncing cats, B-Boy for life. Сайт BC one трансляции Red Bull BC one чемпионата по брейкингу.

Практика: Посмотреть фильмы, чемпионаты, провести лекцию по основам хип хопа.

Стартовый: Просмотрел не всё, запомнил частично.

Базовый: Посмотрел частично, усвоил основы, запомнил имена, даты.

Продвинутый: Посмотрел всё, знает историю, основы, делиться знаниями.

Контрольные срезы

Раздел 18 Фестиваль брейкинга "Сtimул"

Тема 18.1. Участие в батлах на фестивале «Сtimул»

Теория: участие в батлах 1 на 1, командных, показательные выступления.

Практика:

Стартовый: обучающийся не выходит на батлы, выступления, требуется значительная работа с мотивацией ребёнка.

Базовый: обучающийся выходит на батлы, выступления. В выходе часто повторяется, показывает подготовленные комбинации без импровизации. Требуется помощь с импровизацией.

Продвинутый: обучающийся проявляет инициативу и активно участвует в батлах, импровизирует музыкально и технично, соединяет в танце большую часть изученных ранее элементов.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 18.2. Мастер-классы на фестивале «Сtimул»

Теория: участие в мастер-классах, слушать, запоминать теорию и практику, применять в танце.

Практика:

Стартовый: обучающийся не запомнил теорию и практику, требуется значительная помощь педагога.

Базовый: обучающийся запомнил теорию, практику, но не может применить в танце. Требуется незначительная помощь педагога.

Продвинутый: обучающийся запомнил теорию, практику и применять знания в танце, в ритм музыки.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 19 Фестиваль брейкинга "Срез"

Тема 19.1. Участие в батлах на фестивале «Срез»

Теория: участие в батлах 1 на 1, командных, показательные выступления.

Практика:

Стартовый: обучающийся не выходит на батлы, выступления, требуется значительная работа с мотивацией ребёнка.

Базовый: обучающийся выходит на батлы, выступления. в выходе часто повторяется, показывает подготовленные комбинации без импровизации. требуется помощь с импровизацией.

Продвинутый: обучающийся проявляет инициативу и активно участвует в батлах, импровизирует музыкально и технично, соединяет в танце большую часть изученных ранее элементов.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Тема 19.2. Мастер-классы на фестивале «Срез»

Теория: участие в мастер-классах, слушать, запоминать теорию и практику, применять в танце.

Практика:

Стартовый: обучающийся не выходит на батлы, выступления, требуется значительная работа с мотивацией ребёнка.

Базовый: обучающийся выходит на батлы, выступления. в выходе часто повторяется, показывает подготовленные комбинации без импровизации. требуется помощь с импровизацией.

Продвинутый: обучающийся проявляет инициативу и активно участвует в батлах, импровизирует музыкально и технично, соединяет в танце большую часть изученных ранее элементов.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Раздел 20 Заключительное занятие

Тема 20.1. Заключительное занятие

Теория: отчётное занятие, подведение итогов, построение планов на будущее

Практика: тренировка с показом чему научились за год

Стартовый: выступление на низком уровне, выполнение элементов танца с ошибками.

Базовый: выполнение элементов технично, но есть недочёты в исполнении и музыкальности, ошибки в коллективных перестроениях.

Продвинутый: выступление на высоком уровне, выполнение всех элементов постановки технично, музыкально, правильно выполнение всех перестроений в танце.

Формы и методы проведения занятия: практическое занятие, демонстрация, упражнения.

Календарно-учебный график

№	мес яц	чис ло	Время занятия	Форма заняти я	Кол- во часо в	Тема занятия	Мес то пров еден ия	Форма контрол я
1	09	1	9:40	Практи ческая	2	Правила техники безопасности	313	Опрос Беседа
2	09	3	9:40	Практи ческая	2	Правила техники безопасности	313	Опрос Беседа
3	09	6	9:40	Практи ческая	2	Разминка суставов	313	Наблюде ние
4	09	8	9:40	Практи ческая	2	Кардио разминка	313	Наблюде ние
5	09	10	9:40	Практи ческая	2	Отжимания	313	Наблюде ние
6	09	13	9:40	Практи ческая	2	Растяжка	313	Наблюде ние
7	09	15	9:40	Практи ческая	2	Стойка на голове	313	Наблюде ние
8	09	17	9:40	Практи ческая	2	Стойка на руках	313	Наблюде ние
9	09	20	9:40	Практи ческая	2	Стойка на голове	313	Наблюде ние
10	09	22	9:40	Практи ческая	2	Стойка на руках	313	Наблюде ние
11	09	24	9:40	Практи ческая	2	Стойка на голове	313	Наблюде ние
12	09	27	9:40	Практи ческая	2	Стойка на руках	313	Наблюде ние
13	09	29	9:40	Практи ческая	2	Стойка на голове	313	Наблюде ние
14	10	1	9:40	Практи ческая	2	Стойка на руках	313	наблюде ние
15	10	4	9:40	Практи ческая	2	Стойка на голове	313	наблюде ние
16	10	6	9:40	Практи ческая	2	Стойка на руках	313	наблюде ние
17	10	8	9:40	Практи ческая	2	Колеса разные	313	наблюде ние
18	10	11	9:40	Практи ческая	2	Мостик	313	наблюде ние
19	10	13	9:40	Практи ческая	2	Выход в стойку на руки, Спичаг	313	наблюде ние
20	10	15	9:40	Практи	2	Колеса разные	313	наблюде

				чесая				ние
21	10	18	9:40	Практи чесая	2	Monkey swing, zulu spin, rus step Мостик	313	наблюде ние
22	10	20	9:40	Практи чесая	2	Выход в стойку на руки, Спичаг	313	наблюде ние
23	10	22	9:40	Практи чесая	2	Колеса разные	313	наблюде ние
24	10	25	9:40	Практи чесая	2	Мостик	313	наблюде ние
25	10	27	9:40	Практи чесая	2	Выход в стойку на руки, Спичаг	313	наблюде ние
26	10	29	9:40	Практи чесая	2	Выход в стойку на руки, Спичаг	313	наблюде ние
27	11	8	9:40	Практи чесая	2	Соединения	313	наблюде ние
28	11	10	9:40	Практи чесая	2	Соединения	313	наблюде ние
29	11	12	9:40	Практи чесая	2	Волны	313	наблюде ние
30	11	15	9:40	Практи чесая	2	Волны	313	наблюде ние
31	11	17	9:40	Практи чесая	2	52 блока	313	наблюде ние
32	11	19	9:40	Практи чесая	2	52 блока	313	наблюде ние
33	11	22	9:40	Практи чесая	2	2 шага вариации	313	наблюде ние
34	11	24	9:40	Практи чесая	2	2 шага вариации	313	наблюде ние
35	11	26	9:40	Практи чесая	2	2 шага вариации	313	наблюде ние
36	11	29	9:40	Практи чесая	2	2 шага вариации	313	наблюде ние
37	12	1	9:40	Практи чесая	2	2 шага вариации	313	наблюде ние
38	12	3	9:40	Практи чесая	2	Скольжение	313	наблюде ние
39	12	6	9:40	Практи чесая	2	Батл рок, Апрок, Апачи линия	313	наблюде ние
40	12	8	9:40	Практи чесая	2	Блендер	313	наблюде ние
41	12	10	9:40	Практи чесая	2	Блендер	313	наблюде ние
42	12	13	9:40	Практи чесая	2	12 шагов (baby love)	313	наблюде ние

43	12	15	9:40	Практи чесая	2	12 шагов (baby love)	313	наблюде ние
44	12	17	9:40	Фестив аль	2	Участие в батлах на фестивале «Стимул»	313	Фестива ль
45	12	20	9:40	Фестив аль	2	Мастер-классы на фестивале «Стимул»	313	Фестива ль
46	12	22	9:40	Практи чесая	2	Pretzel	313	наблюде ние
47	12	24	9:40	Практи чесая	2	Pretzel	313	наблюде ние
48	12	27	9:40	Практи чесая	2	Monkey swing, zulu spin, rus step	313	наблюде ние
49	01	12	9:40	Практи чесая	2	Monkey swing, zulu spin, rus step	313	наблюде ние
50	01	14	9:40	Практи чесая	2	Фризы на локте	313	наблюде ние
51	01	17	9:40	Практи чесая	2	Стойка на голове Фризы в стойке на руках	313	наблюде ние
52	01	19	9:40	Практи чесая	2	Стойка на руках Чеер	313	наблюде ние
53	01	21	9:40	Практи чесая	2	Игры Фризы в стойке на руках	313	наблюде ние
54	01	24	9:40	Практи чесая	2	Джем Хело	313	наблюде ние
55	01	26	9:40	Практи чесая	2	Батлы Хело	313	наблюде ние
56	01	28	9:40	Практи чесая	2	Мастер-классы Свайпс	313	наблюде ние
57	01	31	9:40	Практи чесая	2	Свайпс	313	наблюде ние
58	02	2	9:40	Практи чесая	2	Свайпс	313	наблюде ние
59	02	4	9:40	Практи чесая	2	Мельница (Mils)	313	наблюде ние
60	02	7	9:40	Практи чесая	2	Мельница (Mils)	313	наблюде ние
61	02	9	9:40	Практи чесая	2	Мельница (Mils)	313	наблюде ние
62	02	11	9:40	Практи чесая	2	Мельница (Mils)	313	наблюде ние
63	02	14	9:40	Практи чесая	2	Кручение на голове (Head spin)	313	наблюде ние
64	02	16	9:40	Практи чесая	2	Кручение на голове (Head spin)	313	наблюде ние
65	02	18	9:40	Практи	2	Кручение на голове (Head spin)	313	наблюде

				чесая				ние
66	02	21	9:40	Практи чесая	2	Топрок + заход + футворк + фриз	313	наблюде ние
67	02	23	9:40	Практи чесая	2	Топрок + заход + футворк + фриз	313	наблюде ние
68	02	25	9:40	Практи чесая	2	Футворк + павермув	313	наблюде ние
69	02	28	9:40	Практи чесая	2	Футворк + павермув	313	наблюде ние
70	03	2	9:40	Практи чесая	2	Павер мув + фриз	313	наблюде ние
71	03	4	9:40	Практи чесая	2	Павер мув + фриз	313	наблюде ние
72	03	7	9:40	Практи чесая	2	Топрок + топрок	313	наблюде ние
73	03	9	9:40	Практи чесая	2	Фриз + фриз	313	наблюде ние
74	03	11	9:40	Практи чесая	2	Футворк + футворк	313	наблюде ние
75	03	14	9:40	Практи чесая	2	Павер мув + павер мув	313	наблюде ние
76	03	16	9:40	Практи чесая	2	Соединение всех направлений	313	наблюде ние
77	03	18	9:40	Практи чесая	2	Соединение всех направлений	313	наблюде ние
78	03	21	9:40	Практи чесая	2	Работа над комбинациями, связка 1	313	Наблюд ение
79	03	23	9:40	Практи чесая	2	Работа над комбинациями, связка 2	313	Наблюд ение
80	03	25	9:40	Практи чесая	2	Работа над комбинациями, связка 3	313	Наблюд ение
81	03	28	9:40	Практи чесая	2	Репетиция танцевального номера	313	Наблюд ение
82	03	30	9:40	Практи чесая	2	Репетиция танцевального номера	313	Наблюд ение
83	04	1	9:40	Практи чесая	2	Постановка	313	Наблюд ение
84	04	4	9:40	Практи чесая	2	Постановка	313	Наблюд ение
85	04	6	9:40	Практи чесая	2	Постановка	313	Наблюд ение
86	04	8	9:40	Практи чесая	2	Постановка	313	наблюде ние
87	04	11	9:40	Практи чесая	2	Постановка	313	наблюде ние

88	04	13	9:40	Практи ческая	2	Игры	313	наблюдение
89	04	15	9:40	Практи ческая	2	Джем	313	наблюдение
90	04	18	9:40	Практи ческая	2	Батлы	313	наблюдение
91	04	20	9:40	Практи ческая	2	Мастер-классы	313	наблюдение
92	04	22	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
93	04	25	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
94	04	27	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
95	04	29	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
96	05	2	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
97	05	4	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
98	05	6	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
99	05	9	9:40	Практи ческая	2	Импровизация	313	наблюдение
100	05	11	9:40	Практи ческая	2	Выступления на конкурсах	313	Конкурс
101	05	13	9:40	Практи ческая	2	Выступления на конкурсах	313	Конкурс
102	05	16	9:40	Практи ческая	2	Выступления на конкурсах	313	Конкурс
103	05	18	9:40	Практи ческая	2	Выступления на конкурсах	313	Конкурс
104	05	20	9:40	Практи ческая	2	Хип-Хоп культура	313	Опрос Беседа
105	05	23	9:40	Практи ческая	2	Хип-Хоп культура	313	Опрос Беседа
106	05	25	9:40	Фестив аль	2	Участие в батлах на фестивале «Срез»	313	Фестиваль
107	05	27	9:40	Фестив аль	2	Мастер-классы на фестивале «Срез»	313	Фестиваль
108	05	30	9:40	концер т	2	Заключительное занятие	313	концерт