

---

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города-курорта Кисловодска  
«Детская хореографическая школа»

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Современно-эстрадный танец»

**Программа  
по учебному предмету  
Современный танец**

г-к. Кисловодск  
2023 год

«Одобрено»  
Методическим советом  
МБУДО «ДХорШ»  
Протокол № 13 от 24 сентября 2023г.

«Утверждено»  
Директор МБУДО «ДХорШ»  
Э.Б. Проказов  
Приказ № 48 от 24 сентября 2023г.



Разработчик – Борисенко Анастасия Александровна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, преподаватель муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города-курорта Кисловодска «Детская хореографическая школа»

Рецензент – Рослякова Ольга Валерьевна, преподаватель муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города-курорта Кисловодска «Детская музыкальная школа имени С.В. Рахманинова»

Рецензент – Проказов Эмиль Борисович, директор и преподаватель муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города-курорта Кисловодска «Детская хореографическая школа», Почетный работник культуры Ставропольского края

## **Структура программы учебного предмета.**

### I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

### II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;
- Годовые требования по классам.

### III. Требования к уровню подготовки обучающихся.

### IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки.

### V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам.

### VI. Списки рекомендуемой методической литературы

- Список рекомендуемой методической литературы.

### Пояснительная записка.

Современная хореография – способ самовыражения и познания собственного «Я». Система современного танца постоянно обновляется, расширяется и изменяется. Современный танец привлекает своей новизной и позволяет создавать свой собственный стиль, отталкиваясь от базовых движений танцевальных направлений, включая творческий потенциал, креативность, стиль, манеру.

Хип-хоп... Сегодня мы слышим это слово крайне часто на музыкальных каналах TV и радиостанций; об этом явлении упоминают в своих интервью многочисленные популярные исполнители, детей приглашают «научиться танцевать хип-хоп» в модных студиях. Несмотря на это, большинство людей, считающих себя так или иначе сопричастными к этому явлению, имеют чрезвычайно искаженное представление о том, что действительно стоит за этим словом. Так что же такое на самом деле хип-хоп? Этому направлению уже около сорока лет. В своей основе совместными компонентами его являются танец, диджеинг, граффити, рэп и битбоксинг. Хип-хоп танец — это объединенное название, объединяющий термин многих танцевальных стилей или направлений. Хип-хоп танец - в широком понимании все, что танцуют под музыку хип-хоп. Разнообразие стилей и направлений музыки хип-хоп не позволяют выделить конкретно танец хип-хоп, правильнее будет называть «танец в стиле хип-хоп». Каждый новый стиль хип-хоп танца приобретает и заимствует черты родственных и приплюсовывает «удобную» хореографию не родственных направлений. Мультикультурность и открытость хип-хопа для экспериментов и импровизации вызывает серьезную проблему классификации по стилям, техникам и направлениям. Методом исключения можно сказать, что танец в стиле хип-хоп — это не народный, не классический, не техно-танец – это отдельное широкое направление танцевального искусства. Zephyr, один из людей, стоящих у истоков новой культуры, говорит о хип-хопе так: «...хип-хоп является методом интерпретации, системой мышления, направлением жизни. В своей основе совместными компонентами его являются не просто брейк-данс, диджеинг, граффити и эмсиинг, а соучастие, социальный активизм и мультикультурность». Яркой чертой этого танцевального направления является его характер, актерская составляющая. Танец, его исполнение, в первую очередь, должны показать наилучшие качества исполнителя в форме танцевального противостояния, иногда даже немного агрессивно. Но нельзя считать, что хип-хоп танцы агрессивные, «злые» по своей сути. Главная цель танцора - завоевать симпатию зрителя, и поэтому хип-хоп позитивен и добр.

Актуальность программы базируется на анализе детского и родительского спроса. Подростковый возраст, возраст противоречий и стремления к гармонии, поиска себя и места в этом мире. Возраст, который подталкивает

подростка далеко не к позитивным действиям, а зачастую, ведущим к потере жизненно важных ориентиров. 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.

Особенностью программы по современному танцу хип-хоп является то, что все темы проходят «сквозь» программу. Темы «Физика тела» и «Ритм и пластика» предполагают 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. Через выступления развивается социальная и творческая активность, формируется эстетический вкус, повышается культурный уровень, растёт дисциплинированность, воспитываются потребности в самопознании и саморазвитии.

Цель данной программы – развитие музыкальных и танцевальных способностей детей и подростков через приобщение их к общей эстетической и танцевальной культуре посредством занятий в объединении «Хип-хоп». Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

Прогнозируемые результаты по полному курсу обучения программы «Хип-Хоп»:

- Знать основы хип-хопа («Old School»);
- Знать историю развития и терминологию хип-хоп танца;
- Уметь выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- Контролировать и координировать своё тело;
- Сопереживать и чувствовать музыку;
- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- Импровизировать под любую заданную композицию.

Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся

танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом учреждения на реализацию программы учебного предмета «Современный танец» при реализации программы «Современно-эстрадный танец» со сроком обучения 8(9) лет на 8 году обучения объем аудиторной нагрузки составляет 36 часов, на 9 году обучения – 36 часов.

При нормативном сроке обучения 8/9 лет:

- максимальная учебная нагрузка 36/72 часа;
- объем времени на внеаудиторную (самостоятельную) работу не предусмотрено;
- объем времени на аудиторные занятия (групповые) 36/72 часа.

Программа учебного предмета «Современный танец» реализуется в форме групповых занятий, видом аудиторных учебных занятий является урок продолжительностью 40 минут.

Основная цель данной программы – приобщение детей к искусству, развитие их творческих способностей и приобретение ими начальных навыков. Основными задачами учебного предмета являются формирование грамотной, заинтересованной в общении с искусством молодежи, а также выявление одаренных детей и подготовка их к возможному продолжению образования в области хореографического искусства в средних и высших учебных заведениях.

Программа по учебному предмету «Современный танец» ориентирована на:

- формирование у обучающихся эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями;
- формирование умения у обучающихся самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности; воспитание детей в творческой атмосфере,

обстановке доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, а также профессиональной требовательности;

- формирование у одаренных детей комплекса знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства;
- выявление одаренных детей в области хореографического искусства в раннем возрасте и подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства.

Ожидаемые результаты освоения программы учебного предмета:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене эстрадный танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации эстрадного танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

Реализация программы обеспечивается доступом каждого обучающегося к библиотечным фондам и фондам фонотеки, аудио- и видеозаписей, формируемым по полному перечню учебных предметов учебного плана.

Аудиторные часы для концертмейстеров предусматриваются по учебному предмету и консультациям по предмету в объеме 100 процентов аудиторного учебного времени.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

#### Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении эстрадного танца в рамках дополнительной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Современный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки), зеркала;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;

- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

Настоящая программа дает право преподавателю на творческий подход к ее осуществлению с учетом особенностей психологического и физического развития детей 9-15 лет.

Обучение по данной программе позволяет изучать материал поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Урок состоит из двух частей - теоретической и практической, а именно:

- знакомство с правилами выполнения движения, его физиологическими особенностями;
- изучение движения и работа над движениями в комбинациях.

### **Содержание учебного предмета при нормативном сроке обучения 8 (9) лет.**

#### **1 год обучения (8 класс)**

Аудиторные занятия     1 час в неделю

#### Задачи

На данном году обучения начинается изучение элементов танца в стиле «Хип-Хоп». На усмотрение преподавателя могут представляться законченные танцевальные номера.

#### Изучение элементов танца в стиле «Хип-Хоп».

1. Упражнения на укрепления мышц рук
2. Упражнения для укрепления мышц пресса, ноги на 90 градусов в загибе, подъем корпуса
3. Упражнения на развитие гибкости позвоночника и спины
4. Упражнения на укрепления мышц ног «Самолетик»
5. Упражнения на укрепления общего тонуса тела «Планка»
6. Упражнения на выносливость «Кросс»
7. Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.
8. Упражнения на развитие «Грува». Основные виды грува: «Баунс» (вниз и вверх).

9. «Рок» (кач корпусом вперед-назад или в стороны).
10. Упражнения на развитие чувства ритма. Развитие музыкальности. Базовые понятия ритма.
11. Упражнения на развитие координации (Одновременная работа разных частей тела, работа частями тела в разных скоростях, самостоятельная проработка выученных связок в другую сторону).
12. Выделение основного ритма трека, конкретных звуков, мелодии. Определение общего настроения музыки.
13. Основные контрасты в хип хопе: Скорость (медленная-средняя-быстрая).
14. Основные контрасты в хип хопе: Части тела (голова, руки, ноги и т.д.).
15. Основные контрасты в хип хопе: Амплитуда (широкие и узкие движения).
16. Основные контрасты в хип хопе: Положение в пространстве (перемещения, на месте).
17. Основные контрасты в хип хопе: Характер движений (плавные-четкие).
18. Основные контрасты в хип хопе: Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов).
19. Основные контрасты в хип хопе: Сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии).
20. Основные контрасты в хип хопе: Мягкость и жесткость в движениях.
21. Изучение базовых элементов хип-хопа. The Fila. Prep (Pretty Boys).
22. The wor. Happy Feat.
23. Reebok. Smurf.
24. Cabbage patch. Party Machine.
25. Running Man: Reverse, With touch, Up.
26. Steve Martin. Pepper seed.
27. CrissCross(база, быстрое перемещение ног с крестов и оборотов).
28. Spinout (быстрые повороты, учимся держать равновесие.)
29. Клоун (похоже на выкрутасы клоуна, тело расслабленно.)
30. «Tapitout»-касание (легкие касания пола ногами.)
31. Работа над этюдным материалом.

В первом и втором полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Требования к контрольному уроку.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- анализировать танцевальную музыку;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;

- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения;
- различать выразительные средства в передаче характерного настроения.

## 2 год обучения (9 класс)

Аудиторные занятия    1 час в неделю

### Задачи

На данном году обучения заканчивается программа танца «Хип-Хоп».  
Предоставляются законченные танцевальные номера или этюды.

#### Изучение элементов танца в стиле «Хип-Хоп».

1. Упражнения, направленные на развитие шеи и спины (повороты и наклоны головы, повороты и наклоны корпуса, мостик).
2. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава (круговые движения, подъемы и опускания на стопе).
3. Упражнения, направленные на работу мышц корпуса (наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц, смещение грудной клетки в стороны и вперед-назад).
4. Упражнения, направленные на работу мышц ног (различные прыжки). Силовые упражнения (отжимания, приседания, качание прессы).
5. Упражнения кувырки, «колесо».
6. Новые виды грува – плавный, свинг (волна всем телом). Грув в топке. Соединение разных видов грува.
7. Упражнения на развитие координации: 1. Одновременная работа разных частей тела. 2. Работа частями тела в разных скоростях.
8. Основные техники хип-хопа. Инерция – танцевальные движения по принципу «маятника».
9. Основные техники хип-хопа. Манипуляция – управление одной частью тела другой. Контактная и бесконтактная.
10. Основные техники хип-хопа. Изоляция – отделение во время танца одной части тела от всего остального тела.
11. Основные техники хип-хопа. Пластика – проработка волн всех частей тела.

12. Основные техники хип-хопа. Полиритмия – движения одновременно разными частями тела в разных скоростях.
13. Основные техники хип-хопа. Работа в нижнем уровне – танец на полу.
14. Основные техники хип-хопа. огичный танец – движение в одном характере или теме, меняющееся последовательно.
15. Прыжки. Крестовой прыжок.
16. Прыжки. Изгиб с колена
17. «Stepsnap» (шаг с щелчком)
18. «Sliderop» (плавное движение со скольжением)
19. «Freeze» (фриз, замораживание).
20. Упражнения «Wu-tang clan»
21. Упражнение «Crab»
22. Упражнение «Monastery»
23. Упражнение «Bobby Brown»
24. Упражнение «Reebok»
25. Упражнение «Alf»
26. Упражнение «Salsa Rock»
27. Определение таких понятий как «джем» и баттл». Разные подходы к определению «флоу».
28. Базовые движения кинг-тата.
29. Базовые движения хауса.
30. Базовые движения брейкинга (элементы топ-рока и футворка).
31. Работа над этюдным материалом.

В первом и втором полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Требования к контрольному уроку.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- анализировать танцевальную музыку;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения;
- различать выразительные средства в передаче характерного настроения.

### **Требования к уровню подготовки обучающихся.**

На каждом году обучения, обучающиеся должны продемонстрировать определенный объем знаний и умений в пределах программы учебного предмета для данного года обучения, не выходя за его пределы. Результаты освоения программы учебного предмета:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене классический танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

### **Формы методы контроля, система оценок.**

Формы текущего контроля по учебному предмету «Современный танец» является текущий контроль успеваемости, промежуточная и итоговая аттестация учащихся в соответствии с Уставом учреждения. Образовательное учреждение имеет право самостоятельно определять систему оценок, формы, порядок и периодичность промежуточной аттестации учащихся.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся учреждения осуществляется по мере освоения ими учебной программы.

Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации устанавливаются в начале учебного года и утверждаются на педагогическом совете школы.

Обязательным и важным элементом учебного процесса является систематический контроль успеваемости учащихся. Основными видами контроля являются:

- текущий контроль успеваемости;

- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность;
- учёт индивидуальных особенностей обучающихся;
- коллегиальность (для проведения промежуточной и итоговой аттестации учащихся).

Каждый из видов контроля имеет свои цели, задачи и формы.

1. Текущий контроль успеваемости учащихся направлен на поддержание учебной дисциплины, на выявление отношения обучающихся к изучаемому предмету, на повышение уровня освоения текущего учебного материала; имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности обучающихся. Форму текущей аттестации определяет педагогический совет с учётом содержания учебного материала. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые, годовые оценки.

2. Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и освоение им образовательной программы на определённом этапе обучения.

Формы промежуточной аттестации:

- Зачёты (дифференцированные).
- Контрольные уроки (дифференцированные).
- Переводной экзамен.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

3. Итоговая аттестация. Целью проведения итоговой аттестации является определение уровня подготовки выпускника, качество освоения им образовательной программы.

Итоговая аттестация проводится в выпускных классах в соответствии с учебными планами с применением дифференцированных систем оценок. Оценка итоговой аттестации является одной из составляющих итоговой оценки по данному предмету, фиксируемой в Свидетельстве об окончании школы.

Итоговая оценка по предмету выводится на основании годовой и экзаменационной оценок, а также с учётом оценок промежуточных аттестаций последнего года обучения учащегося.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценок.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, т и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики
	исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

Не исключается применение (+) и (-) к баллам (оценкам) при текущей и промежуточной аттестации.

К переводным экзаменам решением Педагогического совета допускаются учащиеся, освоившие программу не ниже уровня обязательных требований.

Учащимся, по заявлению родителей (законных представителей), может быть предоставлено право досрочной сдачи зачётов, переводных экзаменов.

Учащимся, заболевшим в период зачётов и экзаменов, назначается повторная аттестация.

От переводного экзамена учащиеся освобождаются только по состоянию здоровья на основании заключения справки медицинского учреждения.

Учащимся, не согласным с годовой оценкой, выставленной по итогам текущей успеваемости и отсутствию экзамена по данному предмету в учебном плане, по заявлению родителей (законных представителей) и решением директора Учреждения может быть предоставлена возможность сдачи экзамена по материалам данного предмета.

В случае многократного получения неудовлетворительной оценки или не аттестации по результатам четверти, экзаменов и другим формам контроля по решению Педагогического совета учащийся может быть отчислен.

Итоговая аттестация проводится в присутствии комиссии, состав которой утверждается приказом директора. Председателем комиссии могут быть директор школы или его заместитель по учебно-воспитательной работе.

### **Методические рекомендации.**

Урок делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Необходимо начинать урок современного танца с небольшой разминки на середине зала (не более 10 минут), что позволит сосредоточить внимание учащихся на предмет и подготовить (разогреть) мышцы.

Следует постепенно увеличивать нагрузку от простых упражнений к более сложным, расчленяя каждое упражнение на элементы, постепенно их, разучивая, углубляя и закрепляя.

Чередовать упражнения с различной нагрузкой для отдельных мышечных групп.

Темп движения должен быть сначала медленный с последующим ускорением.

При обучении детей танцам в младших классах необходимо узнать к какому типу высшей нервной деятельности относится психика ребенка. Наиболее подходящими для занятий танцами из четырех типов темпераментов

принято считать сангвиников и холериков, а флегматики требуют индивидуального подхода.

Следует все новые движения показывать в «полную ногу», чтобы учащиеся могли точно уловить манеру и технику исполнения движения.

Предлагается следующий тематический план, рассчитанный на 36 учебных недели в учебном году при нормативном сроке обучения 8 (9) лет.

Недели	Темы	Кол-во часов в неделю
<b>8 класс (1 год обучения)</b>		
1.	Вводное занятие. Истоки танцевального направления «Хип-Хоп».	1 час
2.	Упражнения на укрепления мышц рук	1 час
3.	Упражнения для укрепления мышц пресса, ноги на 90 градусов в загибе, подъем корпуса	1 час
4.	Упражнения на развитие гибкости позвоночника и спины	1 час
5.	Упражнения на укрепления мышц ног «Самолетик»	1 час
6.	Упражнения на укрепления общего тонуса тела «Планка»	1 час
7.	Упражнения на выносливость «Кросс»	1 час
8.	Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.	1 час
9.	Упражнения на развитие «Грува». Основные виды грува: «Баунс» (вниз и вверх).	1 час
10.	«Рок» (кач корпусом вперед-назад или в стороны).	1 час
11.	Упражнения на развитие чувства ритма. Развитие музыкальности. Базовые понятия ритма.	1 час
12.	Упражнения на развитие координации (Одновременная работа разных частей тела).	1 час
13.	Выделение основного ритма трека, конкретных звуков, мелодии. Определение общего настроения музыки.	1 час
14.	Основные контрасты в хип хопе: Скорость (медленная-средняя-быстрая).	1 час

15.	Основные контрасты в хип хопе: Части тела (голова, руки, ноги и т.д.).	1 час
16.	Основные контрасты в хип хопе: Амплитуда (широкие и узкие движения).	1 час
17.	Основные контрасты в хип хопе: Положение в пространстве (перемещения, на месте).	1 час
18.	Основные контрасты в хип хопе: Характер движений (плавные-четкие).	1 час
19.	Основные контрасты в хип хопе: Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов).	1 час
20.	Основные контрасты в хип хопе: Сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии).	1 час
21.	Основные контрасты в хип хопе: Мягкость и жесткость в движениях.	1 час
22.	Изучение базовых элементов хип-хопа. The Fila. Prep (Pretty Boys).	1 час
23.	The wor. Happy Feat.	1 час
24.	Reebok. Smurf.	1 час
25.	Cabbage patch. Party Machine.	1 час
26.	Running Man: Reverse, With touch, Up.	1 час
27.	Steve Martin. Pepper seed.	1 час
28.	CrissCross(база, быстрое перемещение ног с крестов и оборотов).	1 час
29.	Spinout (быстрые повороты, учимся держать равновесие.)	1 час
30.	Клоун (похоже на выкрутасы клоуна, тело расслабленно)	1 час
31.	«Tapitout»-касание (легкие касания пола ногами.)	1 час
32.	Этюдная работа.	1 час
33.	Этюдная работа.	1 час
34.	Этюдная работа.	1 час
35.	Повторение пройденного материала в течении учебного года.	1 час
36.	Контрольный урок.	1 час
<b>9 класс (2 год обучения)</b>		
1.	Повторение пройденного материала в течении 8 класса.	1 час

2.	Упражнения, направленные на развитие шеи и спины.	1 час
3.	Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава (круговые движения, подъемы и опускания на стопе).	1 час
4.	Упражнения, направленные на работу мышц корпуса.	1 час
5.	Упражнения, направленные на работу мышц ног. Силовые упражнения.	1 час
6.	Упражнения кувырки, «колесо».	1 час
7.	Новые виды грува – плавный, свинг (волна всем телом). Грув в топроке. Соединение разных видов грува.	1 час
8.	Упражнения на развитие координации: Одновременная работа разных частей тела. Работа частями тела в разных скоростях.	1 час
9.	Основные техники хип-хопа. Инерция – танцевальные движения по принципу «маятника».	1 час
10.	Основные техники хип-хопа. Манипуляция – управление одной частью тела другой. Контактная и бесконтактная.	1 час
11.	Основные техники хип-хопа. Изоляция – отделение во время танца одной части тела от всего остального тела.	1 час
12.	Основные техники хип-хопа. Пластика – проработка волн всех частей тела.	1 час
13.	Основные техники хип-хопа. Полиритмия – движения одновременно разными частями тела в разных скоростях.	1 час
14.	Основные техники хип-хопа. Работа в нижнем уровне – танец на полу.	1 час
15.	Основные техники хип-хопа. огичный танец – движение в одном характере или теме, меняющееся последовательно.	1 час
16.	Прыжки. Крестовой прыжок.	1 час
17.	Прыжки. Изгиб с колена	1 час
18.	«Stepsnap» (шаг с щелчком)	1 час
19.	«Sliderop» (плавное движение со скольжением)	1 час
20.	«Freeze» (фриз, замораживание).	1 час
21.	Упражнения «Wu-tang clan»	1 час
22.	Упражнение «Crab»	1 час
23.	Упражнение «Monastery»	1 час
24.	Упражнение «Bobby Brown»	1 час

25.	Упражнение «Reebok»	1 час
26.	Упражнение «Alf»	1 час
27.	Упражнение «Salsa Rock»	1 час
28.	Определение таких понятий как «джем» и баттл». Разные подходы к определению «флоу».	1 час
29.	Базовые движения кинг-тата.	1 час
30.	Базовые движения хауса.	1 час
31.	Базовые движения брейкинга (элементы топ-рока и футворка).	1 час
32.	Этюдная работа.	1 час
33.	Этюдная работа.	1 час
34.	Этюдная работа.	1 час
35.	Повторение пройденного материала в течении учебного года.	1 час
36.	Контрольный урок.	1 час

**Список использованной литературы.**

1. Пта, Гор История в стиле хип-хоп / Гор Пта. - М.: Амфора, 2014. - 480 с.
2. Самоучитель по танцам хип-хоп, Нестерова Д.В., 2011г. 112с.
3. Основы современного танца, Полятков С.С., 2005г. 80с.
4. Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, House, Володина О.В. Анисимова Т.Б., 2005г.
5. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: «Люкси» «Респекс», Барышникова Т., 256 с, ил.
6. Обучение современному танцу детей в возрасте 6-7 лет, 8-10 лет, 11-12 лет., А.Гришаева., 2004.