



**Муниципальное  
Автономное учреждение  
Дополнительного образования  
Городской Дворец творчества детей и молодежи  
«Одаренность и технологии»**

Рассмотрено

Педагогическим советом  
МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность  
и технологии»  
Протокол № 1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МАУ ДО ГДТДиМ  
«Одаренность и технологии»  
от 29.08.2024 № 185-од

А.Г. Гагауз



**Студия «Брейк-данс»**

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа для детей от 7 до 15 лет,  
срок реализации – 1 год

Физкультурно-спортивная направленность

**Автор - составитель:**  
**Нестерова Виктория**  
**Александровна**  
педагог дополнительного  
образования

Екатеринбург

## Пояснительная записка

В последнее время современное общество всё чаще стал беспокоить вопрос здорового образа жизни и культурного времяпровождения. Современные условия жизни в крупных городах задают свой темп молодому поколению. Сейчас Россия переживает настоящий «танцевальный бум», и это не удивительно, потому что танец вобрал в себя и спорт и искусство.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный спорт Брейк-данс», имеет **социально-педагогическую направленность** и построена в соответствии с **базовым** уровнем сложности.

### **Актуальность.**

**Программа разработана с учётом следующих нормативно-правовых документов:**

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (с изменениями));
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р);
5. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями);
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

11. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189 ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями);
12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом (с изменениями и дополнениями);
13. Постановление Правительства Свердловской области от 7 ноября 2019 г. N 761-ПП «Об утверждении Стратегии молодежной политики и патриотического воспитания граждан в Свердловской области на период до 2035 года»;
14. Устав и иные локальные нормативные акты МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность и технологии».

Актуальность программы заключается в непрерывном развитии брейк-данса в Российской Федерации, включения этого вида танца в танцевальный спорт (ФТСАРР), в 2019 году, а также в её массовости и ориентации на молодёжь.

Программа помогает открыть и реализовать у детей физические навыки, способствует их применимости в танцевальном спорте и достижении высоких результатов. С 2019 года в Российской Федерации официально введена танцевальная дисциплина «Брейкинг», проводятся Российские и международные соревнования, поэтому уровень и количество спортсменов в этой области необходимо поддерживать и наращивать.

Значимость спортивной деятельности подтверждает и Программа развития вида спорта «брейкинг» в Российской Федерации с 2024 по 2028 гг., утверждённая Президиумом ФТСАРР. В связи с чем, спортивный брейкинг очень быстро набирает популярность и в Свердловской области организуются клубы, один из которых представляется автором программы и именуется «Пропаганда». Коллектив ведёт свою деятельность с 1999 года и осуществляет её до сих пор.

Практический опыт, приобретаемый в данной программе, способствует успешному участию в спортивных танцевальных событиях. Спрос подчёркивает и большая аудитория зрителей танцевального спорта. Следовательно, наша цель — через этот курс помочь учащимся освоить знания, умения и навыки по дисциплине «Брейкинг».

#### **Отличительная особенность программы.**

Большая часть программы имеет прикладной характер и интенсивное погружение в мир танцевального спорта благодаря ежемесячным мероприятиям в городе, которые могут посетить участники программы.

#### **Педагогическая целесообразность.**

В любом коллективе очень важна роль педагога. Он должен поддерживать интерес к современной хореографии и танцевальному спорту. Для детей такой программы важно придумывать разные игры, задания и интерактивы для гармоничного развития каждого ребёнка и преодолению на пути к изучению элементов. Коллективу необходимо быть сплоченным, чтобы ребята, подошедшие к рубежу второго года обучения, чувствовали себя в коллективе комфортно и легко, и полностью доверяли педагогу.

Данная программа способствует успешной социальной адаптации учащихся, развивает коммуникативные способности в коллективе.

### **Адресат программы.**

Программа ориентирована на возраст обучающихся от 7 до 13 лет, разработана с учётом психофизиологических особенностей данных возрастных категорий.

### **Возрастные особенности обучающихся.**

Особенности поведения детей в возрасте от 7 до 13 лет обуславливают принцип проведения занятий. Можно выделить следующие отличительные черты возрастной группы:

- высокий уровень активности;
- стремление к общению вне семьи;
- стремление научиться различать, что такое хорошо и что такое плохо;
- понимание различий пола;
- стремление получить время на самостоятельные занятия;
- ребенок может быть как целеустремленным, так и самоуверенным, агрессивным.

Также возрастная группа отличается большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность.

Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Они хотят ощущать себя в положении людей, облеченных определенными обязанностями, ответственностью и доверием. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем.

Из личных качеств они больше всего ценят физическую силу, ловкость, смелость, находчивость, верность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни, ритуалам и

символам. Они охотно принимают руководство педагога. К его предложениям относятся с доверием и с готовностью откликаются на них. Доброжелательное отношение и участие взрослого вносят оживление в любую деятельность ребят, и вызывает их активность.

Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением.

В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Сопровождающему легче воздействовать на подростков, если он выступает в роли старшего члена коллектива и, таким образом, «изнутри» воздействовать на общественное мнение.

Ориентированность программы на практическую деятельность помогает подростку в самоопределении. Ориентированность на публичные выступления способствует укреплению уверенности подростка и укреплению его позиции в социуме.

Образовательные формы и подходы, заложенные в программе, адаптированы к возрастным характеристикам учащихся.

### **Принципы формирования учебных групп.**

Специфика и сложность данного направления современного танца не позволяет принять в коллектив всех ребят без исключения. Существует ряд ограничений таких как: музыкальные данные (чувство ритма), физическое здоровье кандидата, (нет ограничений занятий акробатикой), слишком малый возраст (до 6 лет) и т.д. На первой встрече проводится тестирование желающих. Количество человек в группе 12-15.

### **Срок освоения программы.**

Общий объем часов по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Брейк-данс» составляет 72 часа. Программа рассчитана на 1 год обучения, 36 недель.

### **Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа перерыв 10 мин. Продолжительность одного академического часа 40 мин. Общее количество часов в неделю – 2 часа.

### **Организация образовательного процесса.**

Форма занятий – очная, групповая.

Занятия проходят 1 раза в неделю по 2 академических часа (40 минут – занятие).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа состоит из одного образовательного раздела – «Брейк-данс»: освоение базовых элементов танцевального направления.

Программа включает в себя тренинги, игры и практические занятия, в ходе которых обучающиеся развивают физические навыки, уверенность в себе, фантазию и воображение, а также навыки импровизации.

#### **Методы обучения.**

В основе программы – методы, направленные на развитие физических навыков детей, с учетом их индивидуальных особенностей.

- метод беседы и объяснения (метод обучения, при котором происходит усвоение теоретической информации);

- метод репродукции (метод, при котором учащиеся воспроизводят наблюдаемые ранее приемы и знания);

- практический метод (тренинг, игра, творческое упражнение – метод, при котором дети получают и закрепляют практические знания);

- метод импровизации (метод, при котором обучающиеся действуют без установок, который помогает выявить инициативу, развить творческие и креативные способности ребенка)

**Форма обучения:** очная, а также обучение возможно с применением дистанционных технологий и электронного обучения. Программа включает такие формы работы:

- индивидуально-групповая;
- фронтальная.

**Виды занятий:** тренинги, мастер-классы, беседы, творческие задания, самостоятельная работа, показы, участие в городских мероприятиях.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:** отчётный концерт, проведение домашних баттлов, творческий отчет.

#### **Работа с родителями.**

Взаимодействие и общение с родителями являются важной частью реализации дополнительной образовательной программы. Они сопровождают детей на мероприятиях, показывают им видео, снятые на занятиях для домашнего повторения.

На протяжении учебного года планируются встречи с родителями, консультации, на которых можно понять темп развития ребёнка и прогресс в обучении.

**Цель и задачи общеобразовательной общеразвивающей программы.**

**Цель программы** – освоение базовых элементов танцевального направления брейк-данс, знакомство с спортивным миром брейкинга

**Задачи первого и второго года обучения:**

*Предметные:*

1. Познакомить обучающихся с различными типами движений в танцевальном направлении брейкинг;
2. Познакомить обучающихся с основами танцевальной подачи;
3. Познакомить обучающихся с основными теоретическими понятиями о ведении брейк-данс мероприятий;
4. Познакомить обучающихся с технологиями танцевального диалога и технологиями импровизации;
5. Познакомить обучающихся с спортивными соревнованиями и системой ведения батлов, а также структурой танцевального поединка.

*Метапредметные:*

1. Способствовать развитию у обучающихся интереса к танцевальному направлению брейк-данс как части человеческой культуры и спорта;
2. Способствовать развитию у обучающихся навыка взаимодействия с публикой и партнером по танцевальной площадке;
3. Способствовать развитию у обучающихся личностных характеристик: уверенность, ответственность, навыки импровизации и этики танцевального диалога, наблюдательность, творческую фантазию и воображение, внимание и память, ассоциативное и образное мышление, логическое мышление, способность анализировать предлагаемый материал и формулировать свои мысли, уметь донести свои идеи и ощущения до аудитории.

*Личностные:*

1. Способствовать формированию гражданской идентичности;
2. Способствовать формированию умения осознания ответственности перед временным коллективом за свои действия;
3. Способствовать повышению самооценки и успешности.

**Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

*Предметные:*

1. Обучающиеся познакомятся с различными типами движений в танцевальном направлении брейкинг;
2. Обучающиеся познакомятся с основами танцевальной подачи;

3. Обучающиеся познакомятся с основными теоретическими понятиями о ведении брейк-данс мероприятий;
4. Обучающиеся познакомятся с технологиями танцевального диалога и технологиями импровизации;
5. Обучающиеся познакомятся с спортивными соревнованиями и системой ведения батлов, а также структурой танцевального поединка.

*Метапредметные:*

1. У обучающихся будет развит интерес к танцевальному направлению брейк-данс как части человеческой культуры и спорта;
2. У обучающихся будет развит навык взаимодействия с публикой и партнером по танцевальной площадке;
3. У обучающихся будут развиты личностные характеристики: уверенность, ответственность, навыки импровизации и этики танцевального диалога, наблюдательность, творческую фантазию и воображение, внимание и память, ассоциативное и образное мышление, логическое мышление, способность анализировать предлагаемый материал и формулировать свои мысли, уметь донести свои идеи и ощущения до аудитории.

*Личностные:*

1. У обучающихся будет сформировано чувство гражданской идентичности;
2. У обучающихся будет сформировано умение осознания ответственности перед временным коллективом за свои действия;
3. Способствовать повышению самооценки и успешности.

## Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 год обучения
1	Количество учебных недель	36 недель
3	Количество часов в неделю	2
4	Количество часов	72
5	Неделя I полугодия	15
6	Неделя II полугодия	21
7	Дата начала обучения	15 сентября
8	Не рабочие дни	31 декабря - января - 8 января
9	Выходные	4.11, 23.02., 08. 03., 01.05., 09.05.
10	Окончание учебного года	31 мая

### Содержание общеобразовательной общеразвивающей программы.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов (теория/практика)	Формы контроля
1	Теоретические основы танцевального спорта и направления брейкинг.	4 (1/3)	Теория, посещение мероприятий
2	Основы брейкинга. (Top-Rock).	12 (0/12)	Практические тренинги
3	Основы брейкинга. (Footwork и Floor rock)	12 (0/12)	Практические тренинги
4	Основы брейкинга. (Power move).	12 (0/12)	Практические тренинги
5	Основы брейкинга. (Freeze и Power tricks)	12 (0/12)	Практические тренинги
6.	Основы брейкинга. Ритмика	10 (0/10)	Практические тренинги
7.	ОФП. Физическая подготовка	10 (0/10)	Практические тренинги
<b>Итого за 1 год обучения: 72 часа</b>			
<b>Всего по программе: 72 часа</b>			

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

### **Тема 1. Теоретические основы танцевального спорта и направления брейкинг**

*Теория:* что такое брейкинг, где и когда он появился. Что такое хип-хоп культура и её элементы. Как брейк-данс стал частью спортивного мира. Какие бывают мероприятия по брейк-дансу, в чём их отличия, условия участия. Что такое баттл, каким он бывает и как проходит. Основа танцевального диалога на баттлах.

*Практика:* посещение брейк-данс мероприятий

### **Тема 2. Основы брейкинга (Top-Rock)**

*Практика:* Изучение элементов «Top-Rock»: Cross Step, indian step, outlaw step, salsa step, front step, march step и т. д.

### **Тема 3. Основы брейкинга (Footwork и Floor rock)**

*Практика:* Изучение элементов: Sixsteps, Scramble, Fivesteps, Babylove, Zulu Spin, Pretzels, CC, Swing, Hook и т. Д.

### **Тема 4. Основы брейкинга (Power move)**

*Практика:* Изучение элементов: Back spin, Windmill, Head Spin, Swipes, Turtle, Cricket, Ufo.

### **Тема 5. Основы брейкинга (Freeze и Power tricks)**

*Практика:* Изучение элементов: Baby freeze, Headstand freeze, Chair, Halo freeze, Turtle freeze, cube, fish eye и т. п.

### **Тема 6. Основы брейкинга. Ритмика**

*Практика:* Изучение танцевального ритма: восьмёрка, квадрат, такт. Получение навыков с помощью метронома.

### **Тема 7. ОФП. Физическая подготовка**

*Практика:* Выполняются различные упражнения для увеличения силы, мышц, выносливости, гибкости.

## **Организационно - педагогические условия. Условия реализации программы.**

### **Материально-техническое обеспечение:**

Для организации образовательного процесса и успешной реализации программы необходимо:

- Танцевальный зал с зеркалами, соответствующий гигиеническим и эстетическим требованиям, площадью 70-100 квадратных метров;
- Аудиоаппаратура, воспроизводящая музыку в формате MP3 и CD.
- Видеоаппаратура для просмотра с преподавателем последних чемпионатов мира, отслеживания последних тенденций и их применения
- Гимнастические коврики, для проведения комплексов ОФП и растяжки (12 штук)
- Спортивная форма и сменная обувь обязательна

**Кадровое обеспечение программы:** педагоги со средним профессиональным или высшим образованием, владеющие знаниями и умениями в танцевальном спорте и танцевальной дисциплине Брейк-данс

**Методические материалы:**

- Подборки обучающих видео, мировых брейк-данс мероприятий, художественных фильмов и видеороликов

**Информационное обеспечение:** аудио-, видео-, интернет-источники

### **Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.**

**Формы аттестации/контроля и оценки,** позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов по программе:

- беседа, опрос;
- практическая работа;
- проведение домашних баттлов.

**Мониторинг личностных и метапредметных результатов** проводится в начале и в конце учебного года. Для оценки качества личностных и метапредметных результатов освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Брейк-данс» разработаны следующие критерии: работа с партнером, ведение баттла, импровизация, степень освоения теоретических знаний.

Мониторинг результативности освоения **предметной** составляющей производится после завершения программы.

**Критерии оценки предметных результатов освоения программы:**

- владение основами базы брейкинга;
- степень освоения постановленных танцевальных связок;
- знание терминологии по дисциплине.

Все достижения демонстрируются учащимися во время проведения домашних баттлов по разным системам, которые выступают для приглашённых зрителей в течение учебного года. Работа учащихся оценивается зрителями, педагогами.

## **Виды и формы контроля**

Контроль освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев:

- Теоретическая подготовка. Теоретические знания по разделам учебно-тематического плана.
- Практическая подготовка. Практические умения и навыки по разделам учебно-тематического плана.
- Общеучебные умения и навыки:
  - Учебно-коммуникативные умения: умение слушать и слышать педагога; умение работать в команде.
  - Учебно-организационные умения и навыки: навыки соблюдения в процессе деятельности правил техники безопасности; умение быстро и четко соблюдать рекомендации педагога.

**Оценочными материалами** для отслеживания **предметных** результатов служат:

- Дневник педагогических наблюдений;
- Видео записи;
- Тест навыков (продемонстрировать предложенные элементы на выбор)

**Промежуточная аттестация** обучающихся проводится по окончании обучения по программе, с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка, и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной программы **в форме** проведение домашних батлов.

## Список литературы

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». – Киев., изд. Созвездие, 2001. – 198с.
2. Бурханов А.И. «Теория и практика физической культуры». – М., изд. Владос, 2002. - 251с.
3. Кулагина И.Ю. «Психологический справочник учителя». – М., изд. Просвещение, 2000. – 263с.
4. Мурашко Н.П. «Формы современного танца». – М., изд. «Культура», 2004. – 142с.
5. Свиридова Т.В., «Этюды». – М., изд. «Один из лучших», 2003. – 102с.
6. Ясвин В.А. «Тренинг педагогического взаимодействия в творческой образовательной среде». изд. Просвещение, – М., 2001- 216с.
7. Кашапов Р.Р. «Курс практической психологии». – Екатеринбург, изд. «АРД ЛТД», 2001. – 419с.
8. Гриценко Г.А. Социальное проектирование в работе с молодёжью: методическое пособие – Екатеринбург: ОГУ УИОЦМ, 2008. - 162с.
9. Storm «Foot work fundamentals» - New York city., изд. Storm company, 2007. - 1CD формата DVD.
10. Boogallo Streich «Electric boogie style» - New York city., изд. New style, 2006. - 2CD формата DVD.

### **Сведения о педагогах**

**Нестерова Виктория Александровна** – Педагог дополнительного образования в МАУ ДО ГДТДиМ «Одарённость и технологии».

### **Аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Брейк-данс» ориентирована на обучающихся в возрасте от 7 до 15 лет и рассчитана на 1 года обучения.

Цель программы – освоение базовых элементов танцевального направления брейк-данс, знакомство с спортивным миром брейкинга

Программа развивает физические способности ребёнка, выявляет его танцевальный и спортивный потенциал, погружает в мир современного брейк-данса и хип-хоп культуры.

Распределение учебных часов выглядит следующим образом: занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 181713744333387461230331213761435072100037620618

Владелец Гагауз Артём Григорьевич

Действителен с 11.09.2024 по 11.09.2025