

Приложение 3
к ООП ООО
МАОУ «Школа №103»
Утв. Приказом от 28.08.2019 №341/2

**Дополнительная общеобразовательная программа
школы уличных танцев «САБОТАЖ»
(БРЕЙК-ДАНС)**

Составитель: Орлов О.С.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направление деятельности программы. Новизна и актуальность

Происходящие в стране преобразования, связанные с осложнением социально-экономических условий жизни населения, распространением средствами массовой информации идей и ценностей, зачастую противоречащих установкам на формирование нравственно-экологического общества, вызывают глубокие изменения в духовной и социальной сфере общества. В деле воспитания сегодня со всей остротой встала проблема создания целенаправленной системы духовного и физического воспитания подрастающего поколения. Сама жизнь ставит перед педагогической наукой актуальную задачу изучения и внедрения в практику новых форм организации детского досуга.

Сегодня среди миллионов детей и подростков – жизнедеятельных и целеустремленных – нередко встречаются те, которых принято называть трудновоспитуемыми. Их поведение нередко выходит за рамки допустимых шалостей и проступков. Воспитательная работа с такими детьми, как правило, протекает с затруднениями и не всегда приносит желаемого успеха. Подобных детей относят к категории «трудных», либо к группе риска, которые требуют особого внимания со стороны педагогов, воспитателей и других специалистов.

Когда говорят о трудных детях, обычно имеют в виду педагогическую трудность, трудность их взаимоотношений с родителями, учителями, товарищами, сверстниками, взрослыми по причине нестандартного мышления, гиперактивности, излишней эмоциональности, тревожности, вспыльчивости, возбудимости и других индивидуальных особенностей. Трудные дети часто не столько не хотят, сколько не могут хорошо учиться и вести себя должным образом. Нередко такие дети имеют необычное хобби, находят себя в экстремальных видах спорта или новейших направлениях современного искусства. При этом стандартные школьные предметы им даются с большим трудом. Данная проблема особенно актуальна с детьми 12 – 18 лет (так называемый переходный возраст), когда у подростков происходит расширение социальных отношений, которые дают новый социальный опыт. В этом возрасте организм подростка более уязвим: повышается риск соматических заболеваний,

впервые проявляются многие нервные и психические расстройства. Именно поэтому участники воспитательного процесса должны уделять особое внимание душевному и физическому здоровью подростков для своевременного выявления различных отклонений и их профилактики. На наш взгляд, оптимальным условием для организации личностно-ориентированного учебно-воспитательного процесса с «трудными» подростками является привлечение специалистов разного профиля (социального педагога, психолога, инспектора по делам несовершеннолетних), мобилизация общих усилий воедино. Данный принцип работы с подростками лег в основу комплексной программы танцевальной Студии брейк-данса «Альтернатива».

Теоретические исследования отечественной педагогической науки и педагогическая практика подтверждают тот факт, что дополнительное образование — это необходимая интегративная часть комплексного, гуманистически направленного, социокультурно-ориентированного воспитания подрастающего поколения, так как оно создает условия успешной интеграции особенных детей в естественную социальную среду.

Основной задачей программы Студии является создание воспитательного микросоциума вокруг детей, развивающей среды, адекватной их возрасту, погружение подростков в активную творческую, познавательную деятельность, осуществление комплексного подхода с целью нивелирования неблагоприятных факторов и создания условия для оптимального развития каждого ребенка.

Организация учебно-воспитательного процесса танцевальной студии уличных танцев «Саботаж»

год обучения	название объединения	РЕЖИМ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ (неделя/год)	СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
I год обучения	Брейк-данс	2 часа в неделю/72 часа в год	1 год

II год обучения	Брейк-данс	2 часа в неделю/72 часа в год	1 год
III год обучения	Брейк-данс	2 часа в неделю/72 часа в год	1 год

БРЕЙК-ДАНС

Обучение Брейк-дансу (*break* (от англ. яз.) – перерыв, ломать) - является основным направлением программы Студии. Данный танцевальный стиль широко распространён среди современной молодёжи, и известен как экстремальный вид яркого, зажигательного и энергичного танца с элементами акробатики, гимнастики. Брейк относится к так называемой “Хип–хоп” культуре и подразделяется на нижний и верхний брейк-данс. Стоит отметить, что погружение в Хип-хоп культуру, так или иначе, подразумевает ведение определенного образа жизни. Так, воспитанники Студии оказываются вовлеченными в активный творческий процесс, который стимулирует их к спортивному самосовершенствованию, поддержанию определенного стиля в одежде (*urban* (от англ.яз) – городской (спортивный, молодежный, удобный, в то же время опрятный стиль) и здорового образа жизни без наркотиков и алкоголя. Обучение данному виду танца в общеобразовательных школах является новым веянием современности и может рассматриваться как инновация в педагогической деятельности.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Воспитывающая цель: физическое воспитание и физическое развитие детей, формирование волевой сферы детей, таких ценностей, как “красота” и “здоровье”, воспитание целеустремленности, направленной на будущую жизнь, терпения, самостоятельности, ответственности за результаты своей деятельности, толерантности по отношению к сверстникам и младшим по возрасту.

Задачи:

- содействовать воспитанию морально-волевых качеств;
- создать условия для объективной самооценки;
- привить детям потребность физического и нравственного совершенствования.

Обучающая цель: формирование танцевальной культуры воспитанников объединения, системы знаний и умений по направлению “брейк-данс”, овладение навыками исполнения танцевальных элементов.

Задачи:

- сформировать танцевальные навыки у детей;
- обеспечить освоение базовых основ брейк-данса.

Развивающая цель: развитие физических качеств; формирование здорового образа жизни воспитанников объединения, повышение их социальной активности, укрепление здоровья, приобщение их к Хип-хоп культуре, избавление от неуверенности в себе, низкой самооценки.

Задачи:

- сохранение и укрепление здоровья детей, предупреждение роста их заболеваемости;
- сформировать положительные черты личности у детей, занимающихся спортом, включая лидерство;
- повысить уровень социального интеллекта, социальную активность детей.

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ:

Программа рассчитана на детей среднего и старшего школьного возраста (7-15 лет)

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Продолжительность реализации программы составляет 1 год.

ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Занятия проводятся два раз в неделю по одному академическому часу.

МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Преподавание брейк-данса строится на основе освоения конкретных танцевальных элементов с помощью специально подобранного комплекса упражнений для физического развития определённых групп мышц, которые отвечают за исполнение конкретного элемента, а затем неоднократного его повторения. В данном случае под брейк элементами подразумевается система движений, наполненная определённой степенью экстремальности, удивительности и впечатлительности. При подборе учебного материала основное внимание уделялось:

- распространенности изучаемых брейк элементов, возможности их освоения и включения в разнообразные виды танцевальной деятельности;
- возможности творческого, духовно-нравственного и физического развития учащихся;
- посильности, безопасности и педагогической целесообразности объекта изучения для детей;

При этом предполагается, что изучение материала программы, связанного с практическими занятиями, должно предваряться необходимым минимумом теоретических сведений.

Приоритетными направлениями работы с детьми и формами организации учебно-воспитательного процесса, построенного по программе «Брейк-данс» являются:

- проведение мероприятий способствующих развитию толерантности, сплочению и укреплению дружбы между учащимися;
- пропаганда здорового образа жизни на занятиях;
- изобретение авторских брейк-элементов;
- постановка личных целей и стратегии их достижения;

- использование в обучении танцу игровых ситуаций;
- объективная оценка личного вклада в решении общих задач коллектива;

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ

Ожидаемым результатом учебно-воспитательной работы по программе «Брейк-данс» является:

- овладение детьми навыков и умений исполнения основных танцевальных элементов брейк-данса, необходимых для создания “сценического образа ” в контексте того или иного танцевального номера;
- умение владеть своим телом, которое отражается в техничном исполнении танца брейк (здесь оцениваются также личные танцевальные интересы и склонности каждого ребенка к изучаемым направлениям и стилям)
- умение составлять авторские номера и использованием элементов брейка;
- формирование танцевальной культуры, уважительного отношения к результатам исполнения брейк-элементов членами танцевального коллектива.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Спортивный зал, инвентарь:

- маты гимнастические;
- мячи, набитые рисом;
- секундомер;
- гимнастические скамейки.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ

ВОСПИТАННИКИ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- основные понятия и термины, применяемые в брейк-дансе;
- историческое развитие брейк-данса, особенности развития избранного вида танца;
- физиологические основы обучения двигательным действиям;

- возможности развития и совершенствования мышц посредством занятий по брейк-дансу;
- правила использования спортивного инвентаря;
- принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок для брейк-данса.

ВОСПИТАННИКИ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях “брейк-данса”.

№	Перечень разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Ознакомительный JAM. Знакомство с воспитанниками. Техника безопасности на занятиях. Оценка физического и психического потенциала будущих танцоров	1		1
2	История развития BREAK-DANCE культуры	1		1
3	Power Move (силовые движения - один из самых зрелищных видов нижнего брейк-данса)	15	5	10
4	Мастер-классы. Знакомство с творчеством знаменитых танцоров (B-BOY) мира и РФ	3		3
5	Footwork-основа нижнего брейк-данса	15	5	10
6	Power Tricks (фиксация и набор различных элементов)	10	5	5
7	Тор Rock (разновидность верхнего брейк-данса, имеющее прямое отношение к нижнему	15	5	10

	брейку)			
8	Батлы и чемпионаты по брейк-дансу (предусмотрено использование видео материала)	4	2	2
9	Выездные мероприятия. Участие в чемпионатах	8		8
	Всего часов	72	22	50

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа Студии направлена на комплексное решение задач укрепления здоровья, развития физических сил и двигательных навыков, морально-волевых качеств с достижением высоких результатов в отдельных видах спорта. Мощным стимулом для совершенствования ребят служат спортивные, танцевальные соревнования («батлы» от английского *battle* - битва) различного уровня и масштаба. Они стимулируют подростков на целенаправленную, упорную работу над собой и содействуют вовлечению молодежи в занятия спортом, а значит в активный, здоровый образ жизни. При этом важно, чтобы педагоги студии хорошо знали программу и порядок проведения соревнований и организационно и психологически оказывали помощь к подготовке как коллектива в целом, так и отдельных детей к участию в спортивных мероприятиях. В данном случае развитие творческого потенциала подростка происходит как путем индивидуальных заданий, так и путем коллективного участия в массовых соревнованиях, когда ребенок, работая над собой и своим организмом, стремится достичь определенных результатов. Педагоги в данном случае выступают в роли тренеров – наставников, внимательно наблюдающих за своими воспитанниками и предоставляющих им возможность совершенствовать свои умения и навыки в избранном танцевальном стиле.

Важно отметить, что в своей работе педагог студии строго придерживается основного организационно-методического принципа осуществления физического воспитания детей - дифференцированного применения средств

физической культуры на занятиях с ребятами разного пола, возраста с учетом состояния здоровья, степени физического и психологического развития, а также уровня физической подготовленности.

Как известно, успешное решение задач воспитания, комплексного обучения возможно только при объединении усилий педагогов различного профиля, родительской общественности и других социальных структур (детская комната милиции, медицинские работники). Такое сотрудничество играет важную роль при создании комфортных, адаптированных, адекватных условий для развития детей и подростков, установления правильных взаимоотношений и полного понимания задач воспитания. Совместная деятельность педагогов ДО, родителей и воспитанников заключается в непосредственном участии родителей в жизни объединения: они приглашаются на ежегодные концерты, проводимые во внешкольном учреждении, а также на районных, городских, республиканских площадках; посещают родительские собрания, где обсуждаются важные вопросы, касающиеся воспитания детей, их здоровья, а также дальнейших творческих планов коллектива. Посредством единых требований педагогов и родителей укрепляется воля детей, их здоровье и жизненная позиция. Они становятся заметно активнее, настойчивее в достижении целей, решительнее в преодолении трудностей, сдержаннее в обычном поведении, у детей накапливается опыт адекватного поведения в определенных ситуациях.

Современная спортивно-танцевальная культура выполняет важные социальные функции по оптимизации физического и духовного состояния населения, организации здорового образа жизни, подготовке к жизненной практике. Она, как и любая сфера культуры, предполагает, прежде всего, работу с духовным миром человека – его взглядами, знаниями и умениями, его эмоциональным отношением, ценностными ориентациями, его мировоззрением и мировоззрением применительно к его телесной организации. Одна из главных причин того, что физическая активность не всегда является основной потребностью человека - это смещение акцента на двигательные компоненты в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому. Следовательно, необходимо по-иному взглянуть на проблему формирования физической

культуры человека, на её теоретические основы, потому что этого требуют современные условия развития нашего общества. Ведь ценность физической культуры для личности и всего общества в целом, её образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение заключается именно в формировании здорового образа жизни, развитии телесных и духовных сил, наконец, в счастье человека, ибо счастье - это есть продукт здоровья.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ СТУДИИ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ

Качество и результаты работы Студии оцениваются по следующим критериям:

- Оценка приобретенных на занятиях танцевальных навыков детей;
- Оценка физической активности воспитанников объединения в период их пребывания на занятиях и во время выездных мероприятий;
- Оценка психологического климата как в коллективе, так каждого из воспитанников объединения;
- Оценка показателей заболеваемости воспитанников объединения;
- Оценка гигиенических требований к помещениям, в которых проводятся занятия;
- Оценка экологического климата на территории внешкольного учреждения;
- Оценка показателей здоровьесбережения при проведении занятия.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ

Программа предусматривает участие воспитанников Студии в фестивалях, конкурсах различного уровня и масштаба, соревнованиях спортивно-танцевального характера.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Антропова М.В. Образование и здоровье школьников. Методические рекомендации для работников системы образования. М.,1988. – 236 с.
2. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. М.: Наука.1992. – 168 с.

3. Бабенкова Е.А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие. АСТ. Астрель. М., 2003. – 243 с.
4. Безруких М.М. Как помочь ребенку с ослабленным здоровьем преодолеть школьные трудности. М., 1994. – 198 с.
5. Потапчук А.А. Осанка и физическое здоровье детей. Санкт-Петербург, 2001. – 258 с.
6. Сапин М.Р. Анатомия человека. В 3 т. «Джангар» 1998.
7. Анастаси А. Психологическое тестирование: В 2 т. — М., 1982. – 37 с.
8. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. - М., 1999. – 321 с.
9. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — М., 1968. – 326 с.
10. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. — М.—Воронеж: Ин-т практической психологии, НПО «МОДЭК», 1995. – 58 с.
11. Возрастные особенности психического развития детей / Под ред. И.В. Дубровиной, М.И. Лисиной. — М., 1982. – 79 с.
12. Волков Б.С., Волкова Н.В. Задачи и упражнения по детской психологии. — М.: Просвещение, 1991. – 276 с.
13. Выготский Л.С. Детская психология. Избранные психологические труды: В 6 т. — М.: Педагогика, 1984.
14. Детский психолог // Ростов н/Д, 1992. – № 1, 2; 1993. – № 3. 1994. – № 4.
15. Запорожец А.В. Психическое развитие ребенка. Избранные психологические труды: В 2 т. — М.: Педагогика, 1986. – 462 с.
16. Иванова А.Я. Обучаемость, как принцип оценки умственного развития детей. — М., 1976. – 243 с.
17. Калмыкова З.И. Обучаемость и принципы построения методов ее диагностики // Проблемы диагностики умственного развития учащихся. — М., 1975. – 302 с.
18. Корчак Я. Педагогическое наследие. — М.: Педагогика, 1990.

19. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. — М.; Воронеж: Ин-т практической психологии, НПО «МОДЭК», 1997. — 235 с.
20. Платонов К.К. Психологический практикум. — М., 1980.-358 с.
21. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. — М.: Владос, 1996.-342 с.
22. Славина Л.С. Трудные дети. — М.—Воронеж, 1998. — 236 с.
23. Станиславский К.С. Моя жизнь в искусстве.- М: Искусство, 1972. — 533с.
24. Станиславский К.С. Режиссёрские экземпляры. - М: Искусство, 1983.- 464с.
25. Сухарёв В.А. Этика и психология делового человека. — М: Агенство «Фаир». 1997.- 400с.
26. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. — М., 1989.
27. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах. — М.; Воронеж, 1995. — 625 с.
28. Эриксон Э. Детство и общество. — СПб.: Летний сад, 2000.- 469 с.