ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 1315»**

**(ГБОУ Школа № 1315)**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

«Хип-хоп»

Руководитель:

Кадиева Яна Александровна

Возраст воспитанников: 9-18 лет

Срок реализации: 2 года

Москва

2021

**Оглавление**

1. Пояснительная записка…………………………………………………… 3
2. Учебно-тематический план первого года обучения (108 часов)…….….7
3. Содержание первого года обучения……………………………..………..8
4. Требования к уровню подготовки…………………………………..……10
5. Учебно-тематический план второго года обучения (216 часов)………..11
6. Содержание второго года обучения……………………………………...11
7. Требования к уровню подготовки………………………………………..15
8. Материальное и методическое обеспечение…………………………….16
9. Список использованной литературы…………………………………….17
10. Аннотация………………………………………………………………….19

**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 ТV 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. Мультитехничность 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».

**Задачи:**

**Предметные:**

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

**Метапредметные:**

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

**Личностные:**

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

Программа предполагает 2-х летнее обучение. Учитывая оптимальные физические возможности, она рассчитана на детей от 8 до 14 лет (1 группа), от 15 до 18 лет (2 группа). Обучение проводится три раза в неделю по 1 часу для 1 группы, и по 2 часа для 2 группы. Дети разделены на группы в зависимости от возраста и уровня подготовки.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и третьего годов обучения.

Программы рассчитана на 36 учебных недель и составляет 108 часов для 1 года обучения, 216 часов для 2 года обучения.

**Формы организации учебного процесса:**

* тренировочные занятия;
* силовые упражнения;
* свободная тренировка;
* индивидуальные занятия;
* круглый стол «Обсуждение результатов выступления, анализ успехов и ошибок»;
* показательные выступления;
* джемы;
* баттлы.

**Методы обучения:**

Рассказ, беседа, объяснение, показ, инструктаж, видео-метод (просмотр)

**Репродуктивные методы**

Демонстрация, упражнение

**Проблемные методы**

Беседа, игра

**Частично-поисковые методы**

Наблюдение, самостоятельная работа

В процессе обучения проводитсяучет результатов педагогической деятельности.

- наблюдение;

- тестирования (для изучения уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, уровня социализированности обучающихся);

- анкетирование родителей, направленное на изучение удовлетворённости родителей работой образовательного учреждения;

- доверительные индивидуальные беседы (эмоциональная и словесная поддержка в сложных ситуациях для ребенка; беседы помогают ученику приобрести уверенность в своих силах, дать ориентацию в многообразии жизненных ситуаций, укрепить социальные силы ребенка, развить коммуникативные умения).

Программа имеет линейно-концентрический характер, что выражается в повторении большинства тем из года в год, при более углубленном их изучении, с добавлением новых тем и усложнением форм практической работы.

**Особенностями**данной программы являются:

1. сообщение расширенных сведений по истории танца (история возникновения элементов, значение названий, связь с другими стилями танцев и др.).
2. особое внимание уделяется развитию способностей к импровизации, что в итоге приводит к умению выражать себя и определенное эмоциональное состояние посредством танцевальных движений.

**Структура занятия.**

1. Организационный момент (проверка присутствующих, объяснение темы занятия).
2. Основная часть:

* разминка;
* упражнения, необходимые для подготовки к изучения конкретного элемента;
* изучение новых элементов; пошаговое выполнение каждого совместно с детьми;
* обсуждение основных ошибок и сложностей;
* демонстрация различных вариаций изучаемого элемента.
* самостоятельное выполнение ребятами нового элемента.

1. Подведение итогов занятия. Заминка - силовые упражнения, растяжка.

**Учебно-тематический план первого года обучения**

**(инвариантная часть, 120 часов)**

**1. (1 час).**Вводное занятие. Техника безопасности.

**2. (1 час).**История развития. Развитие в России. Терминология и понятия.

**3. (8 часов).** Обще-развивающие, базовые и силовые упражнения.

**4. (8 часов).** Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.

**5. (20 часов).** Изучение базовых элементов.

**6. (12 часов).** Упражнения на развитие ритмики и координации.

**7. (8 часов).** Работа с музыкой

**8. (10 часов).** Контрасты в хип-хоп танце.

**9. (10 часов).** Импровизация

**10. (10 часов).** Хореография

**11. (8 часов).** Постановочная работа и концертная деятельность.

**Итого:**  **108 часов**

**Содержание первого года обучения**

**Тема 1 (1 час).**Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория – 1 час.

Знакомство с педагогом. Правила поведения в клубе и в зале. Основные правила по технике безопасности на занятиях и во время выезда на соревнования.

**Тема 2 (1 час).**История развития. Развитие в России. Терминология и понятия.

Теория – 1 час.

Происхождение термина «Хип-хоп». История зарождения и становления хип-хопа. Хип-хоп в России. Основные принципы танца. Основные понятия и термины (Хип-хоп культура, Groove (кач), подача в танце). Особенности проведения баттлов (соревнований).

**Тема 3 (8 часов).** Обще-развивающие, базовые и силовые упражнения.

Практика - 10 часов.

Упражнения, направленные на развитие шеи и спины (повороты и наклоны головы, повороты и наклоны корпуса, мостик). Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава (круговые движения, подъемы и опускания на стопе). Упражнения, направленные на работу мышц корпуса (наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц, смещение грудной клетки в стороны и вперед-назад). Упражнения, направленные на работу мышц ног (различные прыжки). Силовые упражнения (отжимания, приседания, качание пресса). Упражнения кувырки, «колесо». Растяжка. Упражнения на растяжку необходимо выполнять на расслабленные мышцы. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

**Тема 4 (8 часов).** Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.

Практика – 10 часов.

Упражнения на развитие «Грува». Основные виды грува: «Баунс» (вниз и вверх), «Рок» (кач корпусом вперёд-назад или в стороны) и т.д.

**Тема 5 (20 часов).** Изучение базовых элементов.

Практика – 20 часов.

Изучение базовых элементов хип-хопа.

• OLD SCHOOL (1979 – 1990)

1. The Fila.

2. Prep (Pretty Boys).

3. The wop.

4. Happy Feat.

5. Reebok.

6. Smurf.

7. Cabbage patch.

• MIDDLE SCHOOL (1990-2000)

8. Party Machine

9. Running Man: Reverse, With touch, Up

10. Steve Martin

11. Pepper seed

12. BK Bounce (Peter Paul)\*

13. Roger Rabbit: Bobby Brown, Janet Jackson, Henry Link

14. Bart Simpson

15. Buttlerfly

**Тема 6 (12 часов).** Упражнения на развитие ритмики и координации.

Практика – 12 часов.

Упражнения на развитие чувства ритма. Развитие музыкальности. Базовые понятия ритма. Упражнения на развитие координации (Одновременная работа разных частей тела, работа частями тела в разных скоростях, самостоятельная проработка выученных связок в другую сторону).

**Тема 7 (8 часов).** Работа с музыкой.

Практика – 10 часов.

Выделение основного ритма трека, конкретных звуков, мелодии. Определение общего настроения музыки.

**Тема 8 (10 часов).** Контрасты в хип-хоп танце.

Практика – 10 часов.

Основные контрасты в хип хопе:

1. Скорость (медленная-средняя-быстрая)
2. Части тела (голова, руки, ноги и т.д.)
3. Амплитуда (широкие и узкие движения)
4. Положение в пространстве (перемещения, на месте)
5. Характер движений (плавные-четкие)
6. Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов)
7. Сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии)
8. Мягкость и жесткость в движениях.

**Тема 9 (10 часов).** Импровизация

Практика – 16 часов.

Упражнения на развитие импровизации:

1. Танец – настроение.
2. "КВАДРАТ" - представляем, что на полу нарисован квадрат. Мы можем наступать только на его вершины. Делаем это самыми разными способами.
3. На основе БАЗОВОГО ШАГА. Берём один или несколько Базовых Шагов и делаем максимальное количество разных вариантов - меняем скорость, направление, ритм, высоту движений, добавляем повороты и получаем танец!
4. Представление различных телесных ощущений – холод, жара, озноб, голод и т.д.
5. Не выпадая из грува трека, станцевать только одной рукой, ногой, только грудной клеткой, тазом, коленями (и любые другие части тела).
6. Зафиксировать себя в каком-то неудобном положении и станцевать так.

**Тема 10 (10 часов).** Хореография

Практика – 10 часов.

Изучение танцевальных комбинаций.

**Тема 11 (8 часов).** Постановочная работа и концертная деятельность.

Практика – 8 часов.

Постановка номеров, участие в различных конкурсах, соревнованиях, концертах межклубного уровня.

**Требования к уровню подготовки после первого года обучения**

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

*Личностные:*

* овладение основами самоконтроля, самооценки;
* развитие положительного отношения к учебным занятиям;
* развитие навыка самодисциплины.

*Предметные:*

* знание истории развития «хип-хопа»;
* знание основных понятий и терминов;
* знание базовых элементов «хип-хопа»;
* умение комбинировать элементы между собой.

*Метапредметные:*

* знание техники безопасности при выполнении различных упражнений обще-развивающего характера;
* знание перевода основных терминов хип-хопа;
* умение определять ритм, темп, характер музыки.

**Учебно-тематический план второго года обучения**

**(120 часов)**

**1. (1 час).**Вводное занятие. Техника безопасности.

**2. (1 час).**Понятие «джем», «баттл». Понятие «флоу».

**3. (10 часов).** Обще-развивающие, базовые и силовые упражнения.

**4. (10 часов).** Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.

**5. (15 часов).** Изучение базовых элементов.

**6. (10 часов).** Упражнения на развитие ритмики и координации.

**7. (8 часов).** Работа с музыкой

**8. (8 часов).** Контрасты в хип-хоп танце.

**9. (15 часов).** Основные техники хип-хопа.

**10. (10 часов).** Базовые движения других стилей.

**11. (12 часов).** Импровизация

**12. (20 часов).** Хореография

**Итого:**  **120 часов**

**Содержание второго года обучения**

**Тема 1 (1 час).**Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория – 1 час.

Знакомство с педагогом. Правила поведения в клубе и в зале. Основные правила по технике безопасности на занятиях и во время выезда на соревнования.

**Тема 2 (1 час).**Понятие «джем», «баттл». Понятие «флоу».

Теория – 1 час.

Определение таких понятий как «джем» и баттл». Разные подходы к определению «флоу».

**Тема 3 (10 часов).** Обще-развивающие, базовые и силовые упражнения.

Практика - 20 часов.

Упражнения, направленные на развитие шеи и спины (повороты и наклоны головы, повороты и наклоны корпуса, мостик). Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава (круговые движения, подъемы и опускания на стопе). Упражнения, направленные на работу мышц корпуса (наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц, смещение грудной клетки в стороны и вперед-назад). Упражнения, направленные на работу мышц ног (различные прыжки). Силовые упражнения (отжимания, приседания, качание пресса). Упражнения кувырки, «колесо». Растяжка. Упражнения на растяжку необходимо выполнять на расслабленные мышцы. Во время выполнения упражнений не должно возникать болезненных ощущений.

**Тема 4 (10 часов).** Понимание «Groove», как основы хип-хоп танца.

Практика – 20 часов.

Новые виды грува – плавный, свинг (волна всем телом). Грув в топроке. Соединение разных видов грува.

**Тема 5 (15 часов).** Изучение базовых элементов.

Практика – 20 часов.

Изучение базовых элементов хип-хопа.

• NEW SCHOOL (2000 …)

1. Monestary
2. C-walk
3. Bank head Bounce
4. Walk-it-out
5. Harlem Shake
6. ATL Stomp
7. Tone-whop
8. Wreckin Shop
9. Heel-toe (ragga version)
10. Robocop (2 version)
11. Chiken head
12. Erby
13. Aunt Jackie
14. Pop, lock & drop it
15. Chicken noodle soup
16. Camel walk
17. Push-and-Pull
18. Trammps
19. Bounce rock skate
20. Filla
21. Golf
22. Bizmarkie
23. Beneton
24. Tone Wop
25. Chicken Head

**Тема 6 (10 часов).** Упражнения на развитие ритмики и координации.

Практика – 10 часов.

Музыкальные такты. Структура хип-хоп треков. Основные инструменты хип-хоп бита. Чувство музыки.

Упражнения на развитие координации:

1.Одновременная работа разных частей тела.

2.Работа частями тела в разных скоростях.

3.Самостоятельная проработка выученных связок в другую сторону.

**Тема 7 (8 часов).** Работа с музыкой.

Практика – 16 часов.

Внимание уделяется конкретным звукам. Учимся выделять основные звуки в музыке, последовательно прорабатывать их.

Основные упражнения:

1. Разнообразие в танце – смена трека – меняем свой танец.
2. Разделяем трек на составные части – основной бит, читка, мелодия. Обыгрываем отдельно каждую часть.
3. Цвет трека. Медитативное задание. С закрытыми глазами слушаем музыку, определяем для себя ее цвет, главное героя и сюжет. После танцуем все то, что увидели. Обсуждаем.
4. Выделяем танцем определенный ритмический рисунок.

**Тема 8 (8 часов).** Контрасты в хип-хоп танце.

Практика – 16 часов.

Использование контрастов для выполнения всех заданий. Контрасты в груве. Контрасты в базовых элементах.

Основные контрасты в хип хопе:

1. Скорость (медленная-средняя-быстрая)
2. Части тела (голова, руки, ноги и т.д.)
3. Амплитуда (широкие и узкие движения)
4. Положение в пространстве (перемещения, на месте)
5. Характер движений (плавные-четкие)
6. Эмоциональность (без эмоций-с использованием мимики и жестов)
7. Сила (расслабленный танец – обычный, средний – максимальный выплеск энергии)
8. Мягкость и жесткость в движениях.
9. Уровни (нижний, средний, основной, высокий).

**Тема 9 (15 часов).** Основные техники хип-хопа.

Практика – 30 часов

1. Инерция – танцевальные движения по принципу «маятника».
2. Манипуляция – управление одной частью тело другой. Контактная и бесконтактная.
3. Изоляция – отделение во время танца одной части тела от всего остального тела.
4. Пластика – проработка волн всех частей тела.
5. Полиритмия – движения одновременно разными частями тела в разных скоростях.
6. Работа в нижнем уровне – танец на полу.
7. Логичный танец – движение в одном характере или теме, меняющееся последовательно.

**Тема 10 (10 часов).** Базовые движения других стилей.

Практика – 20 часов

Изучение базовых движений смежных к хип-хопу стилей для развития собственного стиля, увеличения арсенала собственных движений.

Базовые движения брейкинга (элементы топ-рока и футворка).

Базовые движения хауса.

Базовые движения ВОГа и ВАКИНГа.

Базовые движения кинг-тата.

**Тема 11 (12 часа)**. Импровизация

Практика – 22 часа.

Упражнения на развитие импровизации:

1. Танец – настроение.
2. «Закрепки» - загадываем друг другу две части тела, которые скрепились, слиплись между собой. Танцуем в таком положении.
3. Танец от заданного начала и конца.
4. Танец без музыки, под собственное звуковое сопровождение.
5. Внимательность к деталям вокруг, самостоятельное придумывание новых техник.
6. Танец с предметами.
7. танец с воображаемыми предметами, передавание их.
8. Контактная импровизация.

**Тема 12 (20 часов).** Хореография

Практика – 20 часов.

Изучение танцевальных комбинаций.

**Требования к уровню подготовки после второго года обучения**

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

*Личностные*:

* умение строить отношения со сверстниками, работать в команде;
* владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

*Предметные:*

* умение составлять комбинации из базовых элементов хип-хопа;
* умение свободно импровизировать в рамках зала;
* знание основных техник хип-хопа, умение их применять
* знание основных базовых элементов других уличных стилей.

*Метапредметные:*

* умение самостоятельно приводить различные группы мышц в рабочее состояние;
* знание основных видов силовых упражнений;
* развитие инициативы принимать творческое участие в постановке номеров.

**Методическое обеспечение и условия реализации программы**

Для осуществления образовательной программы необходимы:

1. Просторный танцевальный класс, оборудованный зеркалами.
2. Магнитофон (USB).
3. Флэшки с музыкой для танцев.
4. Форма для занятий: тренировочный костюм, спортивная обувь.
5. Концертные костюмы и концертная обувь.
6. Гимнастические коврики.
7. Методические материалы – видео-уроки, учебники (использование в проведении занятия методов танцевальной терапии, проведение психологических тренингов, направленных на укрепление командного духа, развитие коммуникативных навыков и др.).
8. Схемы танцевального рисунка.

**Список литературы**

Книги

1. Беляевский А. «Хип-Хоп, как стиль жизни». Архангельск, 2012.
2. Вишнякова Н.Ф. «Конфликтология». – М.: Академия, 2010.
3. Володина О.В., Анисимова Т.Б. «Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, house», Ростов-на-Дону, 2011.
4. Еременко Н.И. «Деятельность социального педагога в образовательном учреждении», М. – 2012.
5. Левикова С.И. «Молодёжная субкультура»: Учеб. пособие/С.И. Левикова. – М.:ФАИР-ПРЕСС, 2006.
6. Новерр Ж-Ж, «Письма о танце», Изд-во «Лань», 2011.
7. Овчарова Р.В. «Справочная книга социального педагога». Изд-во «ТЦ Сфера», 2008.
8. Поляков С.С. «Основы современного танца», Ростов-на-Дону, 2014.
9. Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. «Общая педагогика». М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2010.
10. Соловьев-Спасский В. «Всадники без головы или рок-н-ролльный бэнд», СПб, изд-во «Скифия», 2007.
11. Щадриков В.Д. «Введение в психологию: способности человека». – М.: Логос, 2013.

Электронные ресурсы

1. https://vk.com/hip.hop.live – Живой хип-хоп
2. https://vk.com/vobrblaze - Онлайн журнал о танце и хип-хоп культуре!
3. [http://vk.com/streetdancer](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fvk.com%2Fstreetdancer) - Уличный танцор.
4. https://vk.com/dance.project – музыка для тренировок.
5. [https://vk.com/wall-80707245\_531](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_531) GROOVE – кач всем телом в основной ритм от VOBRа
6. [https://vk.com/wall-80707245\_740](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_740) Обучение основам грува от Панишева Артура: 1.баунс вниз, 2.баунс вверх, 3.двойной (DOUBLE TIME) БАУНС
7. [https://vk.com/wall-80707245\_308](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_308) Важные слова про грув от VOBRа
8. [https://vk.com/wall-80707245\_259](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_259) кач верхней часью тела (рокинг) от BAZZOMBIA
9. [https://vk.com/wall-80707245\_40](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_40) Четыре основных типа грува (UP, DOWN, BOUNCING, DROP)
10. [https://vk.com/wall-80707245\_2538](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2538) Четыре вида грува для начинающих
11. [https://vk.com/wall-80707245\_625](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_625) Как устроен ритм
12. [https://vk.com/wall-80707245\_143](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_143) Создай свой ритм!
13. [https://vk.com/wall-80707245\_164](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_164) Упражнения на развитие чувства ритма
14. [https://vk.com/wall-80707245\_668](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_668) Музыкальность. Базовые понятия ритма
15. [https://vk.com/wall-80707245\_2128](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2128) Как научиться чувствовать музыку?
16. [https://vk.com/wall-80707245\_88](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_88)Базовый Шаг THE WOP + LEAN (дополнительный «плавный» ГРУВ)
17. [https://vk.com/wall-80707245\_187](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_187) СВИНГ - новый вид ГРУВА (ВОЛНА ВСЕМ ТЕЛОМ)
18. [https://vk.com/wall-80707245\_130](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_130) КАЧ в ТОПРОКЕ (ГРУВ в Брэйке поможет понять КАЧ в Хип-Хоп Дэнс)
19. [https://vk.com/wall-80707245\_846](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_846) Сборник треков на отработку разных видов ГРУВА от VOBRа
20. [https://vk.com/wall-80707245\_2436](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2436) Музыкальные такты
21. [https://vk.com/wall-80707245\_2445](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2445) Структура хип-хоп треков
22. [https://vk.com/wall-80707245\_2449](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2449) Основные инструменты хип-хоп бита
23. [https://vk.com/wall-80707245\_2469](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fvk.com%2Fwall-80707245_2469) Чувство музыки

**Аннотация**

Программа «Хип-хоп» предназначена для педагогов дополнительного образования в кружках по хип-хопу для детей возраста 9-18 лет.

Цель программы - развитие музыкальных и танцевальных способностей детей и подростков, приобщение их к общей эстетической и танцевальной культуре посредством занятий в кружке «хип-хоп».

Программа решает задачиовладения системой знаний о хип-хоп культуре; овладения основными базовыми движениями хип-хопа; развития способностей выражать определенное эмоциональное состояние посредством танца; развития общих  музыкальных способностей, а также  образного и ассоциативного мышления; формирования умений строить отношения со сверстниками, работать в команде; формирования коммуникативной компетентности в общении со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми; формирования ценности  здорового и безопасного образа жизни.

Программа реализуется в форме тренировочных занятий; силовых упражнений; свободной тренировки; индивидуальных занятий; обсуждения шоу-программ, показательных выступлений; джемов; командных баттлов.

Программа рассчитана на 2 года.