Комитет по образованию
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
педагогический колледж № 1 им. Н. А. Некрасова Санкт-Петербурга
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом ГБПОУ
Некрасовского педколледжа № 1
Протокол от 31.08.2016 № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ
Некрасовского педколледжа № 1
Голядкина Т.А.
Приказ от 01.09.2016 № 187-а

Дополнительная
общеобразовательная (общеразвивающая) программа

«Студия брейк-данса»

Возраст - 15-18 лет
Срок реализации программы - 1 год

Составитель: Голиков А.О.,
педагог дополнительного образования
Консультант – Новожилова Н.С.,
методист ДД(Ю)Т Московского района

Санкт-Петербург
2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы «Студия брейк – данса» **художественная.**

Данная программа является модифицированной. Она составлена на основе учебно-методической литературы, целевых программ, освещающих вопрос молодежной политики, организации ее досугового времени и на основе запросов общества и его потребности в создании художественного и физкультурно-оздоровительного комплекса мероприятий для подростков и молодых людей с учетом их возрастных запросов.

Новизна программы основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях: компетентного, мобильного, с высоким уровнем организации. Данная программа позволяет внедрить новые педагогические технологии и использовать новые решения проблем воспитания здоровой современной личности, способной развивать коммуникацию и результативно взаимодействовать.

Актуальность программы. Подростковая культура требует внимательного отношения, в том числе и в системе молодежной политики. Молодежная культура все чаще заявляет о себе. Ускоряющиеся темпы жизни вытесняют подростков в ту сферу, где они находят возможность проявить себя, самореализоваться, найти единомышленников в организации досуга. От правильной и своевременной организации досуга и отдыха молодежи зависит развитие общества и правового государства в целом, поскольку досуг воспринимается, особенно юношеством, как основная сфера жизнедеятельности, и от удовлетворенности им зависит общая удовлетворенность жизнью молодого человека. Актуально создавать механизмы содействия самоорганизации молодежи как важнейшего направления государственной молодежной политики. В этом смысле молодежная субкультура – пространство для отработки новых технологий работы с молодежью, поддержки ее общественно полезных дел и инициатив.

Актуальность программы обусловлена необходимостью социальной адаптации подростков и молодежи. Дезадаптация подростков зачастую является следствием несформированности у них коммуникативной культуры, адекватной самооценки, позитивного опыта эмоционально – ценностного отношения к миру. Программа направлена не столько на получение знаний, информации по данным молодежным субкультурам, сколько на решение обозначенных воспитательных задач и проблем, на формирование соответствующей мотивации, физическое самосовершенствование.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена:

- Цикличностью: рассчитанная тематически на один год, она позволяет подросткам, желающим продолжить общение со сверстниками и совершенствоваться в мастерстве, посещать занятия не один год, участвуя в обучении вновь прибывших членов клуба в качестве помощников педагога, играющих тренеров и т.д., приобретая коммуникационные навыки. На втором и последующих годах усложняется пути подачи информации (самостоятельный поиск и трансляция ее другим членам объединения), идет нацеленность не только на получение новой информации и усовершенствования приобретенных навыков и умений, но и на использование их в творческой и проектной деятельности.
- Занятия проводятся во временных группах с переменным составом и разновозрастным контингентом.
- Программа нацеливает на гуманизацию отношений между людьми (детьми, педагогами и родителями)
- Используется метод создания ситуации успеха для каждого члена объединения через активное участие в различных фестивалях, конкурсах, шоу-программах.

Цель программы

Создание условий, способствующих рациональному использованию свободного времени подростков, укреплению психического и физического здоровья детей через занятия брейк-дансом.

Задачи

Обучающие:

- изучить элементы социальной адаптации подростков и молодежи в современном обществе;
- научить выполнению социальных ролей;
- овладеть основами современного спортивного танца,
- изучить отношение к данной субкультуре в современном обществе;
- овладеть способами удовлетворения информационных, эмоциональных и социальных потребностей подростков и молодежи.

Развивающие

- Способствовать физическому развитию и формированию морально-волевых качеств учащихся.
- Развить ловкость, силу, выносливость, гибкость средствами современного спортивного танца.
- Развить эстетический вкус средствами музыкальной культуры.
- Раскрыть и развить творческие способности детей посредством занятий брейк-дансом на основе включения в социально значимую деятельность.
- Создать условия для формирования гармоничных ценностных ориентаций подростков, развития духовной и интеллектуальной жизни молодежи средствами вовлечения их в личностно значимую, социально-ориентированную досуговую деятельность.
- Выработать у подростка привычку к самоотдаче, самообразованию, к самостоятельной работе над собой.

Воспитательные:

- расширить гражданское и патриотическое сознание молодежи, воспитать любви к большой и малой Родине, уважение к традициям общества и ответственности за их сохранение и приумножение; духовно-нравственное и интеллектуальное развитие молодежи.
- Способствовать обеспечению психологического комфорта.
- Воспитание у молодежи устойчивой неприязни к асоциальному поведению
- Профилактика безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних через вовлечение детей и подростков, находящихся в социально-опасном положении и находящихся в трудном жизненном положении в работу объединения.
- Пропаганда здорового образа жизни; формирование негативного отношения к употреблению табака, алкоголя, наркотиков; повышение уровня знаний молодежи (в том числе подростков) о вреде употребления табака, алкоголя, наркотиков, а также об опасности СПИДа;
- Воспитание правовой культуры молодых граждан.
- Создание ситуации успеха для каждого члена объединения через активное участие в различных фестивалях, конкурсах, шоу-программах.
- Воспитание толерантности, самоорганизованности, позитивных личностных качеств, лидерских качеств.
- Научить сочетать свои интересы с интересами коллектива.

Условия реализации

Программа предназначена для обучающихся педагогического колледжа (15-18 лет), реализуется в течение одного года.

К участию в освоении программы допускаются все обучающиеся, желающие повысить уровень физического развития, кроме освобождённых врачом по состоянию здоровья.

Срок реализации программы - 1 год, 216 часов.

Режим занятий – 2 раза в неделю, по 3 часа

Занятия проводятся в сформированных группах (по15человек)

Форма организации деятельности обучающихся на занятии – групповая.

Занятия по программе базируются на многообразии применяемых педагогом физических упражнений аэробики, гимнастики и танца, которые благотворно влияют на здоровье обучающихся; исключаются травмоопасные упражнения; в процессе обучения используются мультимедийные программы и видеозаписи, которые помогают обучающимся в процессе обучения; вырабатывается система постоянного контроля состояния здоровья обучащихся.

Ожидаемые результаты

В результате освоения программы обучающиеся должны

знать:

- основы современного спортивного танца
- правила поведения на танцполе;
- подбрать ритмический рисунок танца;
- элементы брейк-данса;

уметь:

- выполнять комбинации движений
- выполнения элементов брейк-данса;
- соединять элементы танцев с музыкальным сопровождением;
- правильно подобрать ритмический рисунок танца;
- работать в коллективе;
- соединять элементы танцев с музыкальным сопровождением;
- выполнять элементы брейк-данса;

понимать:

- данную субкультуру в современном обществе.
- способы удовлетворения информационных, эмоциональных и социальных потребностей подростков и молодежи.
- необходимость самоотдачи, самообразования, к самостоятельной работы над собой.
- необходимость уважения к традициям общества и ответственности за их сохранение и преумножение.
- необходимость навыков коммуникации социальной адаптации подростков и молодежи в современном обществе
- правила поведения на танцполе;
- правила работы с компьютерной аппаратурой;

Способ проверки накопленных знаний:

Обратная связь – ведение дневника занятий.

Основным показателем выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся являются:

- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.
- участие в выступлениях и конкурсах.

Форма подведения итогов реализации программы:

- концертное выступление;
- контрольные задания;
- открытое занятие;
- итоговое занятие;
- концерт (шоу-программа, дискотека и др.);
- участие в конкурсах и фестивалях.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование раздела/тем	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1.	**Комплектование группы**	**2**	**7**	**9**
2.	**Вводное занятие**	**2**	**1**	**3**
3.	**История брейк-данса в современном мире**	**2**	**19**	**21**
4.	**Создание музыкальных композиций в стиле рэп**	**2**	**1**	**3**
5.	**Физическо-акробатическая подготовка**	**44**	**44**	**88**
6.	**Современный спортивный танец Брейк-данс**	**44**	**45**	**89**
	6.1. Верхний брейк-данс	22	22	44
	6.2. Нижний брейк-данс	22	23	45
7.	**Итоговое занятие**	**2**	**1**	**3**
Итого:		**98**	**118**	**216**

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

1. Комплектование группы

Теория:

Участие в презентации ОДОД Некрасовского педколледжа №1

Практика:

Набор обучающихся. Комплектование группы.

2. Вводное занятие.

Теория:

Структура курса. Культура хип-хопа. История субкультуры. Инструктаж по технике безопасности на занятиях брейк-дансом. Техника безопасности при работе с компьютерным оборудованием.

Практика:

Выполнение подготовительных упражнений.

3. История брейк-данса в современном мире

Теория:

История культуры хип-хопа. Хип-хоп и закон. Ди-джеинг. Би-бойз (брейк-бойз). Рэп. Стрит-данс. Хип-хоп (музыка без вокала и танец в стиле рэп под музыку без вокала). Брейк (би-боинг). Верхний и нижний брейк. Граффити.

Практика:

Разминка по всем звеньям тела; растяжка (стрейтчинг); этапы развития гибкости: развитие суставной гибкости, развитие подвижности сустава, поддержание подвижности на достигнутом уровне; принудительное растягивание скелетной мускулатуры и многократное повторение упражнения.

Выполнение танцевальных движений и упражнений: uprock (BrooklynRock) toprock (Shuffle), downrock (Floorrock, Footwork, дорожка)

4. Создание музыкальных композиций в стиле рэп

Теория:

Компьютерное звуковое оборудование. Техника безопасности при работе на компьютере и музыкальных программ. Использование музыкальных композиций в стиле рэп для создания современного спортивного танца.

Практика:

Практические занятия по правильной работе с компьютерным звуковым оборудованием для создания музыкальных композиций в стиле рэп.

5. Физическо-акробатическая подготовка

Теория:

Техника безопасности при выполнении физическо-акробатических элементов. Силовая программа.

Практика:

Комплексы упражнений для увеличения мышечной массы и развития способности проявлять силу в различных движениях (упражнения на преодоление веса тела, парные упражнения на развитие силы). Комплексы упражнений для повышения общей быстроты движений. Комплексы упражнений на развитие общей выносливости. Комплексы упражнений на развитие общей гибкости (наклоны, повороты, вращения, сгибания и т.п.), пластичности. Растяжка. Комплексы упражнений на развитие координации. Перемещение с ноги на ногу. Крученые элементы и связки между ними. Фиксация положения тела.

Сложный комплекс акробатики. Подвижные игры.

6. Современный спортивный танец Брейк-данс

6.1 Верхний брейк-данс

Теория:

Создание общего предварительного представления об элементах спортивного танца.

Практика:

Овладение основами техники выполнения элемента. Уточнение представления об элементах. Устранение ошибок. Обеспечение самостоятельного выполнения элементов. Закрепление и совершенствование техники выполнения элементов до уровня прочного автоматизированного навыка. Выполнения элемента в различных условиях и модификациях. Комбинирование элементов. Стили верхнего брейка: Kingtuts, Robot, Poplocking. Элементы (уроки) верхнего брейка: Wave through a body (Волна сквозь тело), Dance (Передвижение по танцполу), Лунная походка (Moon Walking). Создание композиционного рисунка брейк-данса. Парный, командный танец.развитие пластики тела.

Парный танец, командный танец.

6.2 Нижний брейк-данс

Теория:

Создание общего предварительного представления об элементах спортивного танца..

Практика:

Овладение основами техники выполнения элемента. Уточнение представления об элементах. Устранение ошибок. Обеспечение самостоятельного выполнения элементов. Закрепление и совершенствование техники выполнения элементов до уровня прочного автоматизированного навыка. Выполнения элемента в различных условиях и модификациях. Комбинирование элементов. Стили нижнего брейка: Uprock и toprock, Footwork (футворк), Freeze, Power moves. Элементы (уроки) нижнего брейка: Backspin (кручение на спине),turtl ,Краб, Swipes (Свип), Свеча, вертолет(гелик), Headspin. Создание композиционного рисунка брейк-данса. Парный, командный танец.

7. Итоговое занятие

Теория:

Подготовка фестиваля

Практика:

Фестиваль по брейк-дансу.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Темы, изложенные в каждом из разделов подпрограмм, имеют сквозной характер изучения (в течение всего учебного года). Допускается не линейное, поэтапное прохождение материала, а циклическое, с включением тем из разных разделов.

Отработка каждого конкретного навыка может проводиться в течение всего периода реализации программы (включение его в разминку или задания из других тематических разделов).

При разработке конкретных планов занятий соблюдаются следующие правила: нарастание сложности заданий по содержанию и форме, переход от простых, мало информационных заданий и игр до сложных, комплексных заданий и игр.

В начале занятия дается устное задание, вовлекающее в работу всех обучащихся (вербальная игра). Наиболее сложное задание дается в первой половине занятия. Комплексная игра со всеми обучающимися проводится в конце занятия. Конкретное содержание вопросов игр согласуется с культурным уровнем подростков.

Большое внимание следует уделить самостоятельному поиску обучающимися информации, работе с книгой. Желательно предлагать изложение теоретического материала и проведения тренинговых занятий самим обучащимся на основе самостоятельно найденной информации. Позиция педагога при этом – консультационная, коррекционная.

Педагог должен стимулировать проектную деятельность обучащихся, предлагая социально значимые темы.

Желательно проводить фото-вернисажи с обзором различных тем и событий, фоторепортажи. Целесообразно оформить альбом творческих мероприятий. Из видеоматериалов по программе создается своеобразный банк:

- информационные видеоматериалы;
- интересные познавательные материалы. Их собирают дети, родители, педагоги и обмениваются. Мини-цель распространение интересной познавательной информации и формирование интереса к просмотру познавательной информации;
- методические видеоматериалы.

№ п/п	Раздел/ тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащения занятия
1.	Комплектование группы	лекция	Демонстрация, объяснение	Видеофильм	Список группы	Актовый зал,

2.	Вводное занятие.	Лекция, практическая работа	Познавательные: учебные дискуссии, опора на жизненный опыт. Практические: упражнение, тренинг, игра, наблюдение. Словесные: рассказ, беседа,	Наглядные пособия, таблицы, видеофрагмент	Анкета Тест	помещение со специальным покрытием; спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивная форма и обувь, CD-проигрыватель, компьютер, мультимедийная установка
3.	История брейк-данса в современном мире	Лекция, тренировка		видеофрагмент	тест	
4.	Создание музыкальных композиций в стиле рэп	Сюжетно-ролевые игры, наблюдение, практические занятия,.	Эмоциональные: Поощрение, создание ситуации успеха. Познавательные: опора на жизненный опыт. Социальные: создание ситуации взаимопомощи, взаимопроверка. Практические: упражнение, тренинг, Словесные: беседа,	Наглядные пособия, таблицы, схемы, видеозаписи	открытое занятие	
5.	Физическо-акробатическая подготовка	Практические занятия		видеозаписи	Создание композиции	помещение со специальным покрытием; спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивная форма и обувь, CD-проигрыватель, компьютер, мультимедийная установка
6.	**Современный спортивный танец Брейк-данс**					
	6.1 Верхний брейк-данс	Практическое занятие праздник	Эмоциональные: Поощрение, создание ситуации успеха. Познавательные: опора на жизненный опыт. Социальные: создание ситуации взаимопомощи, взаимопроверк	видеозаписи	Создание композиции, открытый урок	помещение со специальным покрытием; спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивная форма и обувь, CD-проигрыватель, компьютер, мультимедийная установка
	6.2 Нижний брейк-данс	Тренировка, праздник		видеозаписи	Создание композиции, открытый урок	
7.	Итоговое занятие	фестиваль		Костюмы, аудиозапис	соревнование	Актовый зал, CD-

			а. Практические: упражнение, тренинг, Словесные: беседа,	и		проигрыватель, компьютер, мультимедийная установка

ЛИТЕРАТУРА

Нормативные документы

международные документы

1. Конвенция ООН о правах ребенка
2. Всеобщая декларация прав человека
3. Положение Европейской хартии об участии молодежи в общественной жизни на местном и региональном уровнях (от 23 мая 2003 года)

федеральные документы

1. Конституция Российской Федерации
2. Федеральный закон от 19.04.1991 № 1032-1 «О занятости населения в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 10.12.1995 № 195-ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации»
4. Семейный кодекс Российской Федерации (ст. 121, 122, 123)
5. Федеральный закон от 19.05.1995 № 82-ФЗ «Об общественных объединениях».
6. Федеральный закон от 28.06.1995 № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений»
7. Основные направления государственной молодежной политики (одобрены постановлением Верховного Совета Российской Федерации от 03.06.1993 № 5090-1)
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 18 декабря 2006 г. № 1760–р «Стратегия государственной молодежной политики в Российской Федерации»
9. Указ Президента РФ от 16.09.1992 № 1075 «О первоочередных мерах в области государственной молодежной политики»
10. Федеральный закон от 24.06.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
11. Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
12. Указ президента Российской Федерации «О мерах государственной поддержки талантливой молодежи» от 6 апреля 2006 г.
13. Постановление Правительства Российской Федерации от 25 декабря 2004 года N 842 «О внесении изменений в порядок разработки и реализации федеральных целевых программ и межгосударственных целевых программ, в осуществлении которых участвует Российская Федерация».
14. Постановление Правительства Российской Федерации от 19 апреля 2005 г. №239 «Об утверждении Положения о разработке, утверждении и реализации ведомственных целевых программ»
15. Закон Российской Федерации «Об образовании»

16. Национальная доктрина образования в Российской федерации. *Постановление Правительства РФ N751 от 4.10.2000 «О Национальной доктрине образования» (с поправками)*
17. Национальный проект «Образование»
18. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года
19. Типовое положение учреждении дополнительного образования
20. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации до 2010 года. Принята Коллегией РФ 06.10.2004
21. Методические рекомендации по организации работы органов местного самоуправления в решении вопросов организации и осуществления мероприятий по работе с детьми и молодежью. *Приложение к письму Минобрнауки России от 30.05.2006 № АС-588/06*

Литература для педагогов, обучащихся и родителей

1. Агафонова И. Учимся думать. С.-Пб., МиМ – Экспрессо, 1996
2. Анашина Н.Ю. Интеллектуальные праздники, викторины. Ростов-н.Д., Феникс, 2004
3. Андреева И.Н., Голубкова Н.Я., Новикова Л.Г. Молодежная субкультура: норма и система ценностей//Социс, 1989, № 4
4. Артемьев А.И. Социология личности. – М., 2001. – 256 с.
5. Башкатов И.П. Психология неформальных подростково-молодежных групп. М., 2000. – 336 с.
6. Бестужев-Лада И.В. Какая ты, молодежь? – М., 1988. – 11 с.
7. Боженко Л.Ф. Досуг школьников// Социс, 1990, № 1
8. Борисова Е.Б. Влияние музыкальной среды на молодежь// Социология и общество. С.-Пб., 2000, 682 с.
9. Буданова Г. Свободное время: за и против подростков// Воспитание школьников, 1996, № 1
10. Вадченко Н.Л. Энциклопедия. 600 задач на сообразительность. – Донецк, ИКФ Сталекр, 1995
11. Волков Ю.Г., Шаповалов В.А. Социология молодежи: Учебное пособие. – Ростов-н-Д. 2001 – 576 с.
12. Геворкян Г.Х. Интерактивное искусство, виртуальная реальность и кибер-культура// Культура в современном мире: опыт, проблемы, решения. – Вып. 5 – М., 1996. С.23 – 45.
13. Громов А.В., Кузин А.С. «Неформалы: кто есть кто?» - М., 1996
14. Де Боно Э. Нестандартное мышление. – Минск, 2000
15. Исхакова Н.Р. Формирование общечеловеческих ценностей через музыкальную культуру// Социальные технологии. 2005, № 4, С. 25 – 28.
16. История и развитие хип-хоп культуры. – М., 2004
17. Калашников В.Э. Интеллектуальные игры. М., Инновационно-образовательный центр, 1997
18. Карелина А.А. Психологические тесты в 2-х томах. – М., Владос – 2000
19. Киселев С.В. Знаково-психологические мотивы граффити в молодежной субкультуре// Социс, 2005, № 9, С. 113 – 115.
20. Кон И.С. Подросток и сверстники// Психология подростка/ под ред. А.А. Реана. – С.-Пб, 2003
21. Котельникова Н.В. Молодежные субкультуры. – Краснодар, 2006. – 64с.
22. Кузнецова И.Ю. Молодежная политика и молодежная культура: социализация молодежи на рубеже веков. – Краснодар, 2000, 246 с
23. Левикова С.И. Молодежная субкультура: учебное пособие. – М., 2004
24. Лейтис Н.С. Способности и одаренность в детские годы – М. Знание, 1994

25. Мандель Б.Р. Игра как социокультурный феномен// Социальные технологии, 2005, № 4, С. 16 – 24
26. Молодежь и свободное время: реферативный сборник. – М., 1985, 215 с.
27. Омельченко Е.Л. Молодежные культуры и субкультуры. – М., 2000, 264 с
28. Острые проблемы воспитания: поиски решения. – М., 2003, 240 с.
29. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии. – М.: Издательский центр «Академия», 1998.
30. Полонский И.С. Социально-психологические основы воспитательной работы с подростками и юношами по месту жительства. – Курск, 1980
31. Попов П.А. Молодежная инициативное движение любителей музыки. – Тамбов, 1994, - 91с.
32. СтайнДж.М. Расширение возможностей интеллекта.М.–ЭКСМО-Пресс, 2001
33. Степанов В.Г. Психология трудных подростков. – М., 2004. – 560 с.
34. Цукарь А.Я. Уроки развития воображения. Новосибирск, 1997.
35. Чеснокова В.Ф. Проблема молодежных субкультур, возникающих на базе занятий искусством в свободное время// народное творчество. М., 1990
36. 126 эффективных упражнений по развитию вашей памяти. М., АСТ, 2000