ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 253
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ КАПИТАНА 1-ГО РАНГА П.И. ДЕРЖАВИНА

Принята
Педагогическим советом
ГБОУ школа № 253

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат [illegible]
Владелец: Фурсова Надежда Анатольевна
Действие: с 28.04.2025 по 28.04.2026

Приморского района Санкт-Петербурга
имени капитана 1-го ранга П.И. Державина
Протокол № 1 от 25.08.2026

Утверждаю
Директор ГБОУ школа № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
имени капитана 1-го ранга
П.И. Державина
_____ Н.А. Фурсова

«25» августа 2026 года
Приказ от 25.08.2026 № 262-ОД

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Брейк-данс»

Возраст обучающихся: от 6 до 17 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Безбородов Константин Владимирович,
Заведующий отделением дополнительного образования

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Брейк-данс» имеет **художественную направленность**. Программа предусматривает развитие у обучающихся чувства ритма, музыкального слуха, физических способностей, здорового образа жизни, нестандартного мышления, творческой индивидуальности, харизмы. Программа ориентирует обучающихся на дополнительную самостоятельную работу, направленную на развитие физических способностей своего тела для выполнения сложных акробатических и гимнастических элементов брейк-данса.

Актуальность программы

Актуальность и педагогическая целесообразность программы объясняется формированием высокого интеллекта и духовности. Программа предназначена для гармоничного развития способностей обучающихся в основах танцевального искусства. Танец способствует развитию чувства ритма, музыкального слуха у детей, выполнению движений под музыку. Кроме того, танец помогает детям доброжелательно относиться друг к другу, развивает чувство коллективного творчества. Через танец дети выражают душевное состояние, получают положительный эмоциональный заряд, энергию.

Отличительные особенности программы

Программа носит инновационный характер, так как в системе работы используются нетрадиционные методы и способы развития творчества детей и организации занятий: батл, джем, игровые методы обучения. В этом и есть отличительная особенность данной программы от уже существующих.

Адресат программы

В объединение «Брейк-данс» зачисляются все желающие дети и подростки, имеющие медицинскую справку и заявление от родителей (законных представителей).

Возраст учащихся — **от 8 до 18 лет**. Группы формируются по возрасту и уровню подготовки:

- 1 уровень (общекультурный) — дети 8–12 лет;
- 2 уровень (базовый) — дети 12–18 лет.

Психолого-педагогическая характеристика детей 8–12 лет: резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Ребёнок 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.

Психолого-педагогическая характеристика детей 12–18 лет: устремлённость в будущее, построение жизненных планов. Растёт желание помогать другим. В общении появляется потребность во внутренней близости, откровенности. Устанавливаются эмоциональные контакты со взрослыми на более высоком сознательном уровне.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы — **2 года**.

Объём программы:

- 1 год обучения (общекультурный уровень) — **72 часа**;
- 2 год обучения (базовый уровень) — **108 часов**.

Общий объём — **180 часов**.

Формы обучения

Форма обучения — **очная**.
Язык реализации: русский.

Условия набора и формирования групп: принимаются все желающие дети 8–18 лет, имеющие медицинскую справку и заявление от родителей (законных представителей). Группы формируются по возрасту и уровню подготовки. Наполняемость группы — не менее 10 человек (в соответствии с локальным актом образовательной организации).

Особенности реализации: программа реализуется в очной форме, без применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Модульный принцип не предусмотрен. Сетевая форма не используется.

Уровень освоения программы

- 1 год обучения — **общекультурный** (в соответствии с приложением № 2 к распоряжению № 1676-р);
- 2 год обучения — **базовый** (в соответствии с приложением № 2 к распоряжению № 1676-р).

Режим занятий

Продолжительность одного занятия — 45 минут.

- 1 год обучения — 2 раза в неделю по 1 академическому часу (72 часа в год);
- 2 год обучения — 3 раза в неделю по 1 академическому часу (108 часов в год).

Цель программы

Обучение детей танцевальному искусству (брейкингу), развитие способности к самовыражению языком танца.

Задачи программы

Задачи 1 года обучения (общекультурный уровень):

Личностные:

- воспитать трудолюбие и самодисциплину, настойчивость в достижении поставленной цели, наблюдательность, воображение и хороший вкус;
- привить уважение к творчеству других обучающихся;
- формировать культуру поведения и общения в социуме.

Метапредметные:

- развитие чувства гармонии, чувства ритма;
- развитие физических качеств, координации движения.

Предметные:

- формировать познавательный интерес к занятиям по «Брейк-дансу»;
- познакомить детей с историей возникновения брейк-данса и направлениями данного танца;
- познакомить детей с базовыми элементами различных направлений брейк-данса;
- познакомить детей с историей возникновения изучаемых элементов танца.

Задачи 2 года обучения (базовый уровень):

Личностные:

- способствовать формированию здорового образа жизни;
- способствовать воспитанию командных качеств;
- повышать общую культуру обучающихся;
- воспитывать чувство эстетики, умения видеть красивое в танцевальном образе, видеть элементы выразительности образа.

Метапредметные:

- развивать мотивацию к танцевальным занятиям;

- развивать творческое мышление, способность создания и реализации образа в танце;
- способствовать формированию оригинального танцевального стиля путём составления своих комбинаций и импровизации;
- совершенствовать технику выполнения базовых элементов брейк-данса различных направлений;
- составлять синхронные танцевальные композиции из элементов верхнего и нижнего брейк-данса.

Предметные:

- расширить знания в области истории брейкинга и хип-хоп культуры;
- совершенствовать развитие физических качеств и координации движений;
- осваивать элементы различных направлений брейк-данса как основы группового и индивидуального танца.

Планируемые результаты

Планируемые результаты 1 года обучения (общекультурный уровень):

Личностные:

- обладание терпением, вниманием, настойчивостью в достижении поставленной цели при изучении базовых элементов и танцевальных комбинаций;
- формирование культуры поведения в обществе;
- формирование правильного, позитивного и уважительного отношения к своим товарищам.

Метапредметные:

- формирование эстетического вкуса при выполнении танцевальных комбинаций;
- умение осваивать и совершенствовать танцевальные комбинации, развитие чувства ритма;
- развитие физических качеств при выполнении танцевальных комбинаций и элементов.

Предметные:

- знание истории развития брейк-данса и хип-хоп культуры;
- владение терминологией танца;
- знание названий направлений, видов и элементов брейк-данса;
- владение базовыми элементами различных направлений брейк-данса;
- понимание музыкального ритма;
- знание знаменитых и выдающихся танцоров.

Планируемые результаты 2 года обучения (базовый уровень):

Личностные:

- работа в группе, самостоятельное выполнение и составление танцевальных комбинаций;
- повышение уровня общей культуры поведения и общения;
- формирование здорового образа жизни;
- воспитание чувства прекрасного, умение видеть художественный образ в танце.

Метапредметные:

- развитие мотивации к танцевальным занятиям;
- развитие творческого мышления, способность создания и реализации образа в танце;
- совершенствование техники выполнения базовых элементов брейк-данса различных направлений;
- совершенствование развития физических качеств и координации движений;
- формирование оригинальных танцевальных стилей путём составления своих комбинаций и импровизации;
- чёткое выполнение ранее выученных движений;
- составление синхронных танцевальных композиций из элементов верхнего и нижнего брейк-данса.

Предметные:

- углублённое знакомство с историей брейкинга и хип-хоп культуры;
- освоение элементов различных направлений брейк-данса как основы группового и индивидуального танца;
- знакомство с известными танцорами, выступающими в данном направлении танца.

2. Учебный план 1 года обучения (общекультурный уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестации
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа, наблюдение
2	История брейк-данса. Построение танца	1	1	0	Фронтальный опрос
3	Разделы брейк-данса	1	1	0	Тест
4	Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка	5	0	5	Зачёты
5	Элементы Footwork	6	0	6	Зачёты
6	Элементы Uprock	3	1	2	Зачёты
7	Акробатические элементы брейк-данса	5	0	5	Зачёт
8	Элементы Toprock	6	0	6	Зачёты
9	Элементы Powertrics	12	0	12	Зачёты
10	Элементы Powermove	24	0	24	Зачёты
11	Связки и переходы	4	0	4	Зачёты, выступления

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестации
	элементов. Комбинации и импровизация				
12	Постановка танцевального номера	4	1	3	Концерты, итоговые занятия
	Итого	**72**	**5**	**67**	

3. Содержание программы 1 года обучения (общекультурный уровень)

Тема 1. Вводное занятие (1 ч)

Теория (1 ч): Режим работы группы, правила техники безопасности, поведения при возникновении различного рода чрезвычайных ситуаций, организация рабочего места.

Тема 2. История брейк-данса. Построение танца (1 ч)

Теория (1 ч): История возникновения брейк-данса, основы построения комбинаций танца, основные ритмы, музыкальное сопровождение.

Тема 3. Разделы брейк-данса (1 ч)

Теория (1 ч): Особенности каждого из стилей и направлений брейк-данса: Powertricks, Toprock, Uprock, Footwork, Powermove, Electric boogie, Kingtut, Funkstyle, Popping, Pop-locking.

Тема 4. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка (5 ч)

Практика (5 ч):

- упражнения на повышение физической силы, гибкости, выносливости, быстроты, на улучшение координации, бег;
- упражнения на бегу, отжимания, приседания, подъёмы на пресс;
- упражнения, повышающие гибкость спины, рук, шпагат;
- упражнения в парах.

Тема 5. Элементы Footwork (6 ч)

Практика (6 ч): Просмотр обучающего видео, интернет-ресурсов по теме, изучение элементов:

- 6-step; 5-step; 3-step;
- Циркуль; Обратный циркуль;
- Комбинации этих элементов.

Тема 6. Элементы Uprock (3 ч)

Теория (1 ч): Пояснение особенностей стиля, запреты.

Практика (2 ч): Просмотр обучающего видео. Стиль Uprock — танцевальная борьба (битва), в которой танцоры не касаются друг друга, инсценируя борьбу. Изучение связки элементов uprock.

Тема 7. Акробатические элементы брейк-данса (5 ч)

Практика (5 ч):

- Кувырки;
- Фляг вперёд — переворот тела с опорой на руки;
- Хождение на руках.

Тема 8. Элементы Toprock (6 ч)

Практика (6 ч): Просмотр обучающего видео, интернет-ресурсов по теме. Танцевальный стиль Toprock — вертикальная работа ногами (стоя). Изучение элементов:

- Crossstep; Kick; Indianstep; Free crossstep;
- Комбинации элементов.

Тема 9. Элементы Powertrics (12 ч)

Практика (12 ч): Просмотр обучающего видео, интернет-ресурсов по теме. Изучение элементов:

- Стойка на голове;
- Babyfreez — стойка на руке с упором локтём в пресс;
- 1-2 modern baby freez — вариации предыдущего элемента;
- Cricket stay — упрощённый Babyfreez;
- Upfreez — стойки с балансом на одной руке.

Тема 10. Элементы Powermove (24 ч)

Практика (24 ч): Просмотр обучающего видео, интернет-ресурсов по теме. Изучение элементов:

- Handgliding — кручения в позиции Cricket Freez на одной руке;
- Turtlejump — прыжки с переменой рук во время исполнения предыдущего элемента.

Тема 11. Связки и переходы элементов. Комбинации и импровизация (4 ч)

Практика (4 ч): Просмотр обучающего видео, интернет-ресурсов по теме. Связывающие элементы между направлениями нижнего брейк-данса. Практика импровизации Toprock, позиции рук и ног во время переходов между элементами.

Тема 12. Постановка танцевального номера (4 ч)

Теория (1 ч): Поведение во время исполнения танцевального номера.

Практика (3 ч): Постановка показательного танцевального номера, изучение танцевальных связок.

4. Учебный план 2 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестации
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа, наблюдение
2	Элементы Electric boogie	9	0	9	Зачёты/тест
3	Элементы Toprock	5	0	5	Зачёты
4	Элементы PowerTricks	22	0	22	Зачёты
5	Элементы Footwork	6	0	6	Зачёты
6	Акробатические элементы брейк-данса	20	1	19	Зачёты
7	Связки и переходы элементов, их комбинации	8	0	8	Зачёты, выступления
8	Импровизация	9	0	9	Зачёты, выступления
9	Движения Powermove	21	2	19	Зачёты
10	Постановка танцевального номера	7	1	6	Концерты, итоговые занятия
	Итого	**108**	**5**	**103**	

5. Содержание программы 2 года обучения (базовый уровень)

Тема 1. Вводное занятие (1 ч)

Теория (1 ч): Разъяснение правил техники безопасности и необходимого поведения при возникновении различного рода чрезвычайных ситуаций.

Тема 2. Элементы Electric boogie (9 ч)

Практика (9 ч):

- Waving; Handwave; Bodywave — танцевальные наборы движений, создающие впечатление прохождения по телу волн;
- Gliding; Moon walk — скольжения с перемещением;
- Standstop — движение, имитирующее замедление времени во время исполнения танца.

Тема 3. Элементы Toprock (5 ч)

Практика (5 ч): Нестандартные элементы, работа над ошибками. Постановка комбинационных связок. Синхронные комбинации элементов.

Тема 4. PowerTricks (22 ч)

Практика (22 ч):

- Powertricks line — связка элементов POWERTRICKS;
- Airbaby — замирание на одной руке с упором коленом в локоть опорной руки;
- Chair — замирание на одной руке с упором локтя опорной руки в поясницу;
- Double freezes — поочерёдное замирание на обоих руках в положении FREEZ.

Тема 5. Footwork (6 ч)

Практика (6 ч):

- Russian spin — движение по кругу вокруг своей оси с поочерёдной сменой ног;
- Комбинированный циркуль — циркуль обоими ногами в два направления посменно;
- Bodyglide — движение, выполняющееся падением на пол с прокруткой вокруг оси;
- Ups to topwork — связывающий элемент с топроком;
- Down to footwork — связывающий элемент с FOOTWORKS.

Тема 6. Акробатические элементы брейк-данса (20 ч)

Теория (1 ч): Объяснение техники исполнения элементов.

Практика (19 ч):

- Вертолёт — движение по кругу вокруг своей оси на руках с широко расставленными ногами;
- Прыжки в Break Dance;
- Обратный фляг — прыжок назад через голову с приземлением на руки;
- Рандат — связывающий элемент между колесом и флягом;
- Комбинации элементов.

Тема 7. Связки и переходы элементов, их комбинации (8 ч)

Практика (8 ч): Подсечка — простой элемент, позволяющий сделать красивый переход из положения стоя в положение Footwork. Отрабатываются силовые и технические переходы, позволяющие комбинировать различные элементы и соединять разделы танца в единую композицию.

Тема 8. Импровизация (9 ч)

Практика (9 ч): Главное требование импровизации — её танцевальность, использование определённого рисунка движений, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений. Умение рассчитывать свои физические возможности при комбинациях, рождаемых во время импровизации.

Тема 9. Движения Powermove (21 ч)

Теория (2 ч): Разъяснение техники выполнения элементов, разбор ошибок.

Практика (19 ч):

- Worm — прыжки, лёжа на полу с поочерёдным подниманием частей тела;
- Turtle jump — прыжки в положении baby-freez;
- Turtle — элемент, выполняемый за счёт перехода с руки на руку в положении turtle jump;
- Hammer — элемент turtle на одной руке;
- Backspin — скольжение на спине по кругу;
- Windmill — элемент backspin с переворотом вокруг своей оси;
- Swipes — движение с поочерёдной сменой ног и рук в горизонтальном положении над полом;
- Chair-glide — скольжение в положении chair;
- Down-Swipes — Swipes с заменой упора ладоней на локти;

- Swipes 2 foot — Swipes с одновременной перестановкой обеих ног.

Тема 10. Постановка танцевального номера (7 ч)

Теория (1 ч): Поведение обучающихся на сцене, основы выступления на сцене, нюансы.

Практика (6 ч): Постановка показательного танцевального номера.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Брейк-данс»
на 2026/2027 учебный год



Утвержден
Директор ГБОУ школа № 253
Приморского района Санкт-Приморского
имени капитана 1-го ранга П.И.
Державина _____ Н.А.
Фурсова
«25» августа 2026 года
Приказ от 25.08.2026 № 262-ОД

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий <*>
1 год, группа 1	01.09.2025	31.05.2026	36	72	72	2 раза в неделю по 1 академическому часу
1 год, группа 2	01.09.2025	31.05.2026	36	72	72	2 раза в неделю по 1 академическому часу
2 год, группа 1	01.09.2026	31.05.2027	36	108	108	3 раза в неделю по 1 академическому часу
2 год, группа 2	01.09.2026	31.05.2027	36	108	108	3 раза в неделю по 1 академическому часу

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 253
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ КАПИТАНА 1-ГО РАНГА П.И. ДЕРЖАВИНА

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат [illegible]
Владелец: Фурсова Надежда Анатольевна
Действие: с 28.04.2025 по 28.04.2026

Утверждена
Директор ГБОУ школа № 253
Приморского района Санкт-Приморского имени
капитана 1-го ранга П.И. Державина
_____ Н.А. Фурсова
«25» августа 2026 года
Приказ от 25.08.2026 № 262-ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Брейк-данс»

Возраст обучающихся: 6-17 лет

Автор-составитель:
Безбородов Константин Владимирович,

Заведующий отделением дополнительного образования

общекультурный уровень

Задачи:

Обучающие:

- формировать познавательный интерес к занятиям по брейк-дансу;
- познакомить с историей возникновения брейк-данса и направлениями танца;
- познакомить с базовыми элементами различных направлений брейк-данса.

Развивающие:

- развитие чувства гармонии, чувства ритма;
- развитие физических качеств, координации движения.

Воспитательные:

- воспитать трудолюбие и самодисциплину;
- привить уважение к творчеству других обучающихся;
- формировать культуру поведения и общения в социуме.

Планируемые результаты: (см. раздел 1).

Календарно-тематический план: оформляется отдельно на каждую учебную группу в соответствии с локальным актом образовательной организации.

Календарно-тематический план 1 года обучения

Режим: **2 занятия в неделю по 1 академическому часу**. Всего **72 занятия — 72 часа**.

№ занятия	Дата	Содержание занятия	Всего часов	Форма контроля
1	02.09.2025	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1	Беседа, наблюдение
2	04.09.2025	История брейк-данса. Построение танца	1	Фронтальный опрос
3	09.09.2025	Разделы брейк-данса	1	Тест
4	11.09.2025	ОФП. СФП	1	Зачёт
5	16.09.2025	ОФП. СФП	1	Зачёт
6	18.09.2025	ОФП. СФП	1	Зачёт
7	23.09.2025	ОФП. СФП	1	Зачёт
8	25.09.2025	ОФП. СФП	1	Зачёт
9	30.09.2025	Элементы Footwork: 6-step	1	Зачёт
10	02.10.2025	Элементы Footwork: 5-step	1	Зачёт
11	07.10.2025	Элементы Footwork: 3-step	1	Зачёт
12	09.10.2025	Элементы Footwork: Циркуль	1	Зачёт
13	14.10.2025	Элементы Footwork: Обратный циркуль	1	Зачёт
14	16.10.2025	Элементы Footwork: комбинации	1	Зачёт
15	21.10.2025	Элементы Uprock: теория	1	Фронтальный опрос

№ занятия	Дата	Содержание занятия	Всего часов	Форма контроля
16	23.10.2025	Элементы Uprock: практика	1	Зачёт
17	28.10.2025	Элементы Uprock: связки	1	Зачёт
18	30.10.2025	Акробатические элементы: кувырки	1	Зачёт
19	06.11.2025	Акробатические элементы: фляг вперёд	1	Зачёт
20	11.11.2025	Акробатические элементы: хождение на руках	1	Зачёт
21	13.11.2025	Акробатические элементы: комбинации	1	Зачёт
22	18.11.2025	Акробатические элементы: закрепление	1	Зачёт
23	20.11.2025	Элементы Toprock: Crossstep	1	Зачёт
24	25.11.2025	Элементы Toprock: Kick	1	Зачёт
25	27.11.2025	Элементы Toprock: Indianstep	1	Зачёт
26	02.12.2025	Элементы Toprock: Free crossstep	1	Зачёт
27	04.12.2025	Элементы Toprock: комбинации	1	Зачёт
28	09.12.2025	Элементы Toprock: закрепление	1	Зачёт
29	11.12.2025	Элементы Powertrics: стойка на голове	1	Зачёт
30	16.12.2025	Элементы Powertrics: Babyfreez	1	Зачёт
31	18.12.2025	Элементы Powertrics: 1-2 modern	1	Зачёт

№ занятия	Дата	Содержание занятия	Всего часов	Форма контроля
		baby freez		
32	23.12.2025	Элементы Powertrics: Cricket stay	1	Зачёт
33	25.12.2025	Элементы Powertrics: Upfreez	1	Зачёт
34	13.01.2026	Элементы Powertrics: комбинации	1	Зачёт
35	15.01.2026	Элементы Powertrics: закрепление	1	Зачёт
36	20.01.2026	Элементы Powertrics: повторение	1	Зачёт
37	22.01.2026	Элементы Powertrics: комбинации	1	Зачёт
38	27.01.2026	Элементы Powertrics: закрепление	1	Зачёт
39	29.01.2026	Элементы Powertrics: итоговое занятие	1	Зачёт
40	03.02.2026	Элементы Powertrics: повторение	1	Зачёт
41	05.02.2026	Элементы Powermove: Handgliding	1	Зачёт
42	10.02.2026	Элементы Powermove: Turtlejump	1	Зачёт
43	12.02.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
44	17.02.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
45	19.02.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
46	24.02.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
47	26.02.2026	Элементы Powermove:	1	Зачёт

№ занятия	Дата	Содержание занятия	Всего часов	Форма контроля
		закрепление		
48	03.03.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
49	05.03.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
50	10.03.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
51	12.03.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
52	17.03.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
53	19.03.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
54	24.03.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
55	26.03.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
56	31.03.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
57	02.04.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
58	07.04.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
59	09.04.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
60	14.04.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
61	16.04.2026	Элементы Powermove:	1	Зачёт

№ занятия	Дата	Содержание занятия	Всего часов	Форма контроля
		комбинации		
62	21.04.2026	Элементы Powermove: закрепление	1	Зачёт
63	23.04.2026	Элементы Powermove: повторение	1	Зачёт
64	28.04.2026	Элементы Powermove: комбинации	1	Зачёт
65	30.04.2026	Связки и переходы элементов	1	Зачёт
66	05.05.2026	Связки и переходы элементов	1	Зачёт
67	07.05.2026	Связки и переходы элементов	1	Зачёт
68	12.05.2026	Связки и переходы элементов	1	Зачёт
69	14.05.2026	Постановка танцевального номера	1	Наблюдение
70	19.05.2026	Постановка танцевального номера	1	Наблюдение
71	21.05.2026	Постановка танцевального номера	1	Наблюдение
72	26.05.2026	Итоговое занятие. Выступление	1	Итоговая диагностика

Организационно-педагогические условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Должность	Количество	Образование	Квалификация
Педагог дополнительного образования	1	Высшее или среднее профессиональное образование в области хореографии / физической культуры	Соответствует профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Материально-техническое обеспечение

- помещение площадью не менее 100 кв. м (желательно с зеркалами);
- музыкальный центр;
- DVD-проигрыватель;
- телевизор;
- набор танцевальных мелодий;
- гимнастические маты (желательно 10 шт.).

Доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям: имеется возможность выхода в интернет для подготовки педагога и демонстрации материалов.

Информационное обеспечение

Видеоматериалы: обучающий видеопроект «Breakadvice», обучающее видео по брейк-дансу, фильмы, официальное видео с соревнований «Битва года», IBE и прочих танцевальных фестивалей.

Аудиоматериалы: музыкальные композиции разных танцевальных стилей.

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса: очная.

Методы обучения и воспитания:

- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения.

Формы организации образовательного процесса:

- групповая;
- индивидуальная;
- работа по подгруппам.

Формы организации учебного занятия:

- беседа, обсуждения, игры;
- фестивали;
- практическое занятие;
- представление;
- соревнования;
- отчётный концерт.

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающие технологии.

Игры, применяемые на занятиях брейк-дансом:

1. **Игра «Препятствие»** — обучающиеся выстраиваются в колонну по одному, перед ними расположены различные предметы (стул, мяч, тумба и др.). Задача — по одному танцуя под музыку, пройти вокруг каждого предмета или в танце взаимодействовать с каждым предметом. Танцевальные действия могут быть ограничены конкретным элементом брейкинга.
2. **Игра «Джем»** — проводится в конце занятия. Все обучающиеся становятся в круг, каждый выходит в него и танцует. Обязательно должен быть использован разученный на тренировке элемент или связка. Учит держаться на сцене.

3. **Игра «Битва»** — все делятся на 2 команды. Преподаватель — судья. Под музыку по очереди выходят танцоры и показывают связки. Учит держаться на сцене.

4. **Игра «Танцуй в бит»** — все стоят по кругу и поочерёдно выходят в круг. Преподаватель меняет музыку, обучающийся должен подстроиться под изменённый ритм.

5. **Игра «Зеркало»** — группа делится по парам. Один ведущий, другой ведомый. Ведущий выполняет движения, ведомый повторяет.

6. **Игра «Лесенка»** — группа становится в круг. Один танцор выходит в центр и выполняет 10 оборотов одного элемента. Потом следующий — тоже самое. Затем по 20, 30 оборотов. Развивает танцевальную выносливость.

Оценочные материалы

Входной контроль: проводится в начале учебного года с целью выявления исходного уровня физической и танцевальной подготовки. Форма: вступительное испытание (нормативы на гибкость, силу, координацию).

Текущий контроль: проводится на занятиях в течение всего учебного года. Форма: педагогическое наблюдение, выполнение специальных упражнений, зачёты.

Промежуточная аттестация: проводится 2 раза в год — в декабре и мае. Форма: педагогическое наблюдение, зачёты, выступления.

Итоговый контроль: проводится в конце каждого года обучения. Форма: итоговое занятие, отчётный концерт, джем, фестиваль.

Диагностические методики: педагогическое наблюдение, анкетирование, тестирование физических качеств.

Критериальный аппарат: высокий, средний, низкий уровень.

Уровень	Баллы
Высокий	36–50
Средний	21–35

Уровень	Баллы
Низкий	0–20

Формы фиксации результатов: протоколы зачётов, карты наблюдений, портфолио достижений, видеозаписи выступлений.

Вступительное испытание по «Брейк-дансу»

№ п/п	Наименование упражнения	Норматив	Примечание
1	Гибкость. Складка	Коснуться руками голени — 2 балла; пальцами пола — 3; ладонями пола — 4; головой колен — 5	
2	Поперечный шпагат	40 см — 1 балл; 30 см — 2	
3	Продольный шпагат	20 см — 3 балла; 10 см — 4; 0 см — 5	
4	Гибкость плеч	120 см — 3 балла; 110 см — 4; 100 см — 5	
5	Координация. Bounce	Оценивается качество исполнения и координация от 1 до 5 баллов	
6	Kick	То же	
7	Front step	То же	
8	Акробатические навыки. Кувырок вперёд	Оценивается техника от 1 до 5 баллов	
9	Кувырок назад	То же	
10	Мост	То же	
11	Берёзка	То же	
12	Стойка на голове	То же	

№ п/п	Наименование упражнения	Норматив	Примечание
13	Стойка на плече	То же	
14	Стойка на руках	То же	
15	Стойка «Черепаха»	То же	
16	Силовые качества. Отжимания	Менее 10 раз — 1 балл; 10 — 2; 15 — 3; 22 — 4; 25 — 5	
17	Приседания	25 раз — 3 балла; 30 — 4; 35 — 5	
18	Пресс	25 раз — 3 балла; 30 — 4; 35 — 5	
19	Джем	Умение показать себя перед зрителями — от 5 до 10 баллов	

14. Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся».

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).

4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).

5. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

6. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Приказ Минпросвещения России от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

8. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

9. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"».

10. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

11. 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"».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания"».

13. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование» (утверждён президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).

14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций».

Литература для педагогов

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. — СПб., 1999. — 115 с.
2. Бесова М.А. Весёлые игры для дружного отряда. — Ярославль: Академия холдинг, 2004. — 195 с.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. — 160 с.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. — СПб.: Диамант — Золотой век, 1997. — 480 с.
5. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1991. — 93 с.
6. Минский Е.М. От игр к занятиям. — М.: Просвещение, 1982. — 192 с.
7. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен: учебное пособие. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб., 2003. — 272 с.
8. Хаустов В.В. Методическое пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. — Ростов-н/Д., 1999.

Литература для учащихся и родителей

1. Брейк-данс: от новичка до профессионала. — М.: АСТ, 2020.
2. Танцевальная культура XXI века: сборник. — СПб.: Питер, 2021.

Интернет-источники

1. https://minobrnauki.gov.ru — Министерство просвещения Российской Федерации.
2. https://edu.gov.ru — Министерство просвещения Российской Федерации.
3. https://dopportal.ru — Портал дополнительного образования.
4. https://breakdance.ru — Всё о брейк-дансе.