

**Учебно-тематический план.
Дошкольники (4-6 лет)**

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		Общее количество часов
		Теоретических	Практических	
1	Вводное занятие	1	–	1
2	История Break dance	2,5	–	2,5
3	(Разминка. Общеукрепляющие движения)	1,5	6	7,5
4	Элементы Break dance (первый этап отработки. (ознакомительный))			
4.1	WAVE – волны рук, тела	1	12	13
4.2	POPING – фиксация рук, тела	1	11	12
4.3	GLIDING – скольжение ногами	1	11	12
4.4	ROBOT – имитация робота	1	11	12
5	просмотр видео материалов (обсуждение)	7,5	7,5	15
6	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	17,5	58,5	76

**Содержание программы.
Первый год обучения.**

1. Вводное занятие.

Знакомство с группой. Ознакомление с программой. Инструктаж по правилам безопасности.

2. История Break dance.

История происхождения Break dance. Первые B BOYS (танцоры Break dance). Развитие Break dance и новые элементы.

3. Разминка (общеукрепляющие упражнения).

Значение разминки при обучении брейк-данса.

Практическая часть: Выполнение общеукрепляющих упражнений:

- Вращение головы.
- Поочерёдное вращение плечами.
- Поочерёдные махи руками.
- Вращение рук в локтях.
- Наклоны корпуса в стороны.
- Вращение корпусом.
- Вращение бёдрами.
- Вращение кистями.

4. Элементы Break dance:

4.1. WAVE – яркий, очень разнообразный, не с чем не сравнимый стиль – визитная карточка верхнего Break dance.

Практическая часть: Освоение стиля WAVE (волны).

4.2. POPING – стиль танца, основанный на технике хип-хопа, создающий эффект резкого вздрагивания в теле танцора.

Практическая часть: Упражнения на изучение стиля POPING (фиксация).

4.3. GLIDING – скольжение ногами, стопы и глайды (скольжение).

Практическая часть: Упражнения на изучение стиля GLIDING (скольжение).

4.4. ROBOT – Имитация робота. Несколько разновидностей исполнения: ROBOT – классическая постановка корпуса – вытянутые прямые руки, высоко посажена голова, с прямым корпусом, с прямыми ногами и с широко раскрытой грудью; ROBOT автомат - чёткие движения и чёткая фиксация; Био ROBOT - свойственная мягкость и перетирание между движениями.

Практическая часть: Упражнения на освоение стилей: робот-автомат, ROBOT (имитация робота), био ROBOT.

5. просмотр видео материалов, обсуждение

Совместное обсуждение

Практическая часть: демонстрация стилей различных танцоров.

6. Итоговое занятие.

Практическая часть: Открытое занятие. Подведение итогов.