

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ «СЭЯХЭТ» КИРОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ

Принята на заседании
педагогического совета
МБУДО «ЦДОД «Сэяхэт»
Протокол № _____

от « _____ » _____ 20 ____ г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО «ЦДОД «Сэяхэт»

М.Н.Захарова
Приказ № _____
от « _____ » _____ 20 ____ г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 4569B00048B2D091412389850E2BC919
Владелец: Захарова Марина Николаевна
Действителен с 16.12.2024 до 16.03.2026

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Брейк данс»

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 5-9 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Перепичаева Каролина Анатольевна,
Педагог дополнительного образования

Казань, 2024 г.

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Сэяхэт» Кировского района г. Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Брейк данс»
3.	Направленность программы	художественная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Перепичаева Каролина Анатольевна, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст обучающихся	5-9 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4.	Цель программы	создание условий для развития физических и творческих способностей через различные направления танца в стиле брейк-данс
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: групповые, индивидуально-групповые; фронтальные, индивидуальные. Методы: практические, наглядные, словесные.
7.	Результативность реализации программы	Сохранность контингента: количественная – 100%, качественная – 98% Динамика освоения программы прослеживается и отражена в достижениях учащихся
8.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
9.	Рецензенты	Силюянова С.М., Хаматшина Н.В.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Брейк-данс» имеет **художественную направленность**.

Программа составлена на основе следующих **нормативно-правовых документов и рекомендаций**:

1. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

6. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

7. Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

10. Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Сэяхэт» Кировского района г. Казани;

11. Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога дополнительного образования МБУДО «Центр дополнительного образования детей «Сэяхэт» Кировского района г. Казани.

Актуальность программы. Сегодня в педагогике остается актуальной проблема организации досуга подростков. Успешно организовать его на основе творческой деятельности возможно в условиях дополнительного образования, где единый целенаправленный процесс позволяет объединить воспитание, обучение и развитие личности в сфере свободного времени. В процессе творческой деятельности постоянно встречаются трудности, и от того, как подростки будут относиться к их преодолению, как они будут проявлять при этом волевые усилия, будет зависеть развитие воли как способности.

На занятиях в объединении ребята учатся не только красиво двигаться, но и вырабатывают такие качества характера, как коммуникабельность, взаимовыручка, контроль над собой, культуру общения не только с педагогом и учащимися, но и со зрителем.

Отличительная особенность программы. Данная программа направлена, прежде всего, на укрепление здоровья и формирование творческих способностей детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, средствами танцевального искусства – брейк-данс.

Цель программы: создание условий для развития физических и творческих способностей через различные направления танца в стиле брейк-данс.

Задачи программы:

Обучающие:

- дать представление о правилах исполнения брейк-данса;
- формировать познавательный интерес к занятиям по брейк-дансу;
- познакомить с базовыми элементами направления брейк-данс;
- сформировать музыкально-ритмические навыки;
- научить чувствовать и ощущать музыкальный ритм.

Развивающие:

- развить чувство ритма, темпа, координацию, гибкость, пластичность, исполнительские навыки в танце;
- развить креативное мышление, пространственное воображение, актёрские способности;
- развить внимательность и наблюдательность, фантазию через упражнения;
- развить двигательную активность и эмоциональную отзывчивость на музыку средствами танца.

Воспитательные:

- воспитывать чувство доброжелательности, товарищества;
- воспитывать чувство ответственности;
- приобщать ребёнка к здоровому образу жизни;
- воспитание культурной манеры поведения;
- развитие у обучающихся способности к самостоятельной и коллективной работе.

Адресат программы: обучение по программе рассчитано на возраст обучающихся от 5 до 9 лет, без отсутствия медицинских противопоказаний.

Общее количество учебных часов составляет 72 часа в год, что соответствует 72 занятиям в год.

Срок реализации программы – 1 год.

Основной формой проведения занятий является групповое практическое занятие, которое при необходимости включает теоретический

блок (в виде беседы, инструктажа, демонстрации техники и т.д.). Практическая часть занятия состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Формами организации образовательной деятельности являются:

- групповые;
- индивидуально-групповые;
- фронтальные;
- индивидуальные.

Методы проведения занятий:

- практические;
- наглядные;
- словесные.

Периодичность и продолжительность занятий соответствуют санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СП 2.4. 3648-20 (п. 2.10.2, 2.10.3, 3.6.2).

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся;
- развитие и функциональное совершенствование систем организма (органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной систем);
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- динамика показателей мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростных, силовых и координационных качеств;
- развитие чувства ритма, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- положительный психоэмоциональный настрой;
- формирование умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движении.

Метапредметные результаты:

- формирование ценностного отношения к собственному здоровью, сформированность здорового образа жизни;

- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- развитие волевых и нравственных качеств средствами физической культуры;
- сформированность устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культуры, умения и навыка самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Предметные результаты:

- представлять культуру брейк-данса, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- сформированность навыка понимания, техники исполнения любого движения;
- полученные знания и умения применять связки элементов под музыку на практике;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- умение безопасно выполнять физические упражнения и элементы;;
- умения на практике применять приёмы самоконтроля и саморегуляции;
- сформированность навыка самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности;
- умение бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности.

Формы подведения итогов реализации программы. Участие в показательных выступлениях, баттлах, отчётных концертах.

Учебно-тематический план

№	Тема	Количество часов	Из них	
			теория	практика
1.	Введение	3	3	-
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
1.2.	Определение основных понятий и названий в брейк-дансе.	1	1	-
1.3.	История хип-хоп культуры. Зарождение брейк-данса	1	1	-
2.	Общая и специальная физическая подготовка	14	-	14
2.1.	Общеразвивающие физические упражнения	7	-	7

2.2.	Специальные физические упражнения	7	-	7
3.	Изучение разделов танца	51	6	45
3.1.	Основы ритмики, изучение базовых элементов Топ-Рока (TopRock).	8	1	7
3.2.	Изучение базовых элементов Футворк (Footworck)	8	1	7
3.3.	Задание на импровизацию	8	1	7
3.4.	Изучение базовых стоек. Фризы (Freeze) и применение их в танце	8	1	7
3.5.	Изучение простейших силовых элементов Павер Мув (Power move).	8	1	7
3.6.	Постановка танцевального номера	11	1	10
4.	Открытое занятие, показательное выступление и подведение итогов реализации программы	4	-	4
4.1.	Открытое занятие	2	-	2
4.2.	Отчётное выступление	2	-	2
	Итого:	72	9	63

Содержание тем учебного курса

Раздел 1. Введение (3 ч.).

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Введение в программу. Постановка целей и задач на учебный год.

Знакомство с группой. Требования к одежде и обуви для занятий.
Антитеррористический инструктаж, безопасные подходы к месту занятий.

Тема 2. Определение основных понятий и названий в брейк-дансе.

Теория:

Тема 3: История хип-хоп культуры. Зарождение брейк-данса.

Теория: Введение в историю хип-хоп культуры и брейк-данса. Четыре направления хип-хоп культуры. Знание истоков, зарождение, особенности создания и креативного подхода к исполнению. Как хип-хоп культура и брейк-данс влияет на развитие личностного роста и образа жизни в целом.

Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка (14 ч.).

Тема 1. Общеразвивающие физические упражнения.

Практика: Упражнения общеразвивающего воздействия.

Упражнения на шею (укрепление задних и боковых мышц шеи),
упражнения на трицепс (разные виды отжимания: руки широко, узко, вместе).

Упражнения на пресс с подъемом тела, с подъемом ног, статические

удержания, боковой пресс, планка и ее разновидности (на руках, локтях, боком на руке и т.д.).

Упражнения на спину (лежа на животе подъем тела вверх и в сторону, упражнение «лодочка», лежа на спине поднятие и опускание таза).

Упражнения на ноги, приседания обычные, с весом, выпрыгивания вверх и в стороны, со сменой ног в прыжке, упражнение «пистолетик», прыжки на скакалке, бег, челнок.

Тема 2. Специальные физические упражнения.

Практика: Комплекс упражнений на растяжку мышц плечевого пояса, спины, пресса и ног.

Упражнения на плечевой пояс (растягивание рук за голову, упражнение с гимнастической палкой держа двумя руками и проводя на головой за спину и обратно, растяжка кистей).

Растяжка мышц брюшной полости и спины (складочка на ногах, сидя, упражнения «кошка», «кошка-кобра», «верблюд», «мостик»).

Растяжка мышц ног (складочка с широкими ногами, складочка в стороны, складочка с согнутыми ногами, растяжка передней стороны бедра, растяжка икроножных мышц, шпагат продольный и поперечный).

Раздел 3. Изучение разделов танца (51 ч.).

Тема 1. Основы ритмики, изучение базовых элементов Топ-Рока (TopRock).

Теория: Что такое ритмика? Что такое «грув»? Что значит «базовые элементы» и какие бывают? Улучшение и подходы к развитию оригинальности стиля.

Практика: Развитие ритма. Стоя и слушая музыку делаются приставные шаги влево, вправо и вперед назад в разные ритмические рисунки (медленно, быстро).

Изучение базового элементов:

Маршстен. (March step). Одной из ног делаем замах назад ногу согнув в колене и делаем ей пинок от колена, при этом слегка подпрыгиваем на стоящей

ноге в момент заведения ноги и пинка, так же все повторяется с другой ногой и может делаться без остановки. Руки сменяются поочередно крест на крест с ногами как при ходьбе. При освоении, пробуем под разный темп музыки.

Кроссмен. (Kross step). Ноги на ширине плеч, руки скрещены перед грудью, делается шаг вперед по небольшой диагонали, ноги немного пересекаются, руки в этот момент раскрываются и держаться параллельно полу. Возвращаемся в исходное положение и делаем шаг второй ногой вместе с раскрытием рук. При освоении, пробуем под разный темп музыки.

Сальсасмен. (Salsa step). Ноги на ширине плеч, делаем пинок сзади вперед ногой, руки выкидываем вперед. Обратно ставим ногу, руки подтягиваем к груди и второй ногой делаем шаг в сторону, руки вылетают в стороны. Все повторяется так же со второй ноги, которая вступила в сторону. При освоении, пробуем под разный темп музыки.

Индиансмен. (Indian step). Одной ногой делаем замах назад и пинок, подпрыгнув на второй ноге. Затем меняем ноги без замаха. Нога, оказавшаяся на весу, перепрыгивает вторую, а та отрывается от пола. Тоже самое повторяется в другую сторону. При освоении, пробуем под разный темп музыки.

Тема 2. Изучение базовых элементов Футворк (Footwork).

Теория: Техника безопасного выполнения элементов. Важность эстетики в разделе (footwork).

Важность правильной посадки. Особенности постановки рук и ног.

Практика: Правильная посадка: стойка на корточках, ноги на носках, колени выходят вперед, спина прямая (аналогично русским народным танцам).

Постановка рук: при хорошо растянутых пальцах, рука ставится на упор подушечек ладони указательного и среднего пальцев.

Упражнения на развитие техники и скорости ног. «Велосипед» (учащийся в упоре лежа сгибает поочередно ноги). Так же разновидность, когда учащийся в этом же положении меняет местами ноги в прыжке в одну и другую сторону.

Упражнение на переднее положение ног. Сидя на корточках, одна рука

стоит на полу в упор и держит тело, ноги выбрасываются вперед и обратно в исходное положение, происходит смена руки, ноги по новой выбрасываются вперед и обратно в исходное положение.

Изучение базовых элементов:

Кикаут(Kick out). В положении на корточках, левая рука сбоку на полу. Выпрямляем левую ногу, заваливаемся на левую сторону, высвободив при этом правую ногу и делаем ей резкий пинок, ставим обратно. Подбираем левую ногу к себе, и сменяем сторону, поставив правую руку и выпрямив правую ногу. Заваливаемся на правый бок и делаем пинок левой ногой. При освоении пробуем под разный темп музыки.

Тристен(Three step). В положении упор лежа, ноги на ширине плеч, колени согнуты, ноги на носках. Упираясь руками в пол, производиться небольшой прыжок ногами, при этом отрывается от пола правая рука. Приходим в позицию левая нога выпрямлена, сидим на правой, левая рука на полу, правая на весу. При втором прыжке сменяется нога и рука. Правая нога выпрямляется, правая рука ставиться на пол. В третьем прыжке производиться мах под себя правой ногой, ставятся обе руки, оказываемся в исходном положении. При освоении пробуем под разный темп музыки.

Фронтджамп(Front jump). Положение на корточках, одна рука стоит на полу сзади, ноги (вместе) выбрасываем вперед и резко возвращаем обратно. Производиться смена руки, ноги повторяют то же действие. При освоении пробуем под разный темп музыки.

Сальсафлор(Salsa floor). В положении упор лежа, ноги на ширине плеч, колени согнуты, ноги на носках. Левой ногой делаем шаг через правую ногу, при этом немного выкручиваем тело, оторвав от пола левую руку. Правой ногой возвращаемся в исходное положение. Затем левой ногой делаем шаг под правой ногой, выкрутив тело в другую сторону и отрывая правую руку от пола. Правой ногой возвращаемся в исходное положение. При освоении пробуем под разный темп музыки.

Тема 3. Задание на импровизацию.

Теория: Определение понятий: комбинация, импровизация, виды (типы импровизаций).

Практика: Изучение комбинаций.

Практика импровизации Top Rock;

Практика импровизации Foot work;

Практика импровизации Top Rock – Foot work.

Тема 4. Изучение базовых стоек. Фризы (Freeze) и применение их в танце.

Теория: Правильная постановка ладоней при исполнении фризов. Техника безопасности.

Практика: Изучение базовых элементов:

Краб. Сидя на коленях, правую руку выворачиваем пальцами вправо, сгибаем в локте и упираем в живот. Ставим руку на пол, упираемся лбом в пол, ноги поднимаем согнутыми.

Бэйбифриз (Baby freeze). Сидя на корточках, руки вместе с телом развернуты на 90 градусов вправо. Ладони вывернуты пальцами в стороны, локти сгибаются на 90 градусов. Руки ставим на пол, правым локтем упираемся себе в бок, на левый локоть ставится правое бедро. Потихоньку упираемся головой в пол, ноги разведены в стороны.

Чейрфриз (Chair freeze). Сидя на корточках, руки вместе с телом развернуты на 90 градусов вправо. Ладонь правой руки вывернута пальцами в стороны, локоть сгибается на 90 градусов. Правую руку ставим на пол, локтем упираемся в спину, голову потихоньку опускаем. Левую руку ставим за голову. Правую ногу (а именно ступню) закидываем на левую коленку.

Тема 5. Изучение простейших силовых элементов Павер Мув (Power move).

Теория: Техника безопасности при исполнении.

Практика: Изучение базовых элементов:

Кручение на спине (Back spin). Сидя на правом боку, ноги разведены, правый локоть на полу. Левая нога махнет по траектории круга, проходя мимо

правой ноги и дальше вверх, в этот момент ложишься на спину и махаешь правой ногой, начинается кручение на спине. Затем резко сводишь ноги и тянешь их к себе, так же и туловище тянешь к ногам, на спине должно быть минимальное сопротивление, что обеспечит хорошее кручение на спине.

Черепаха(Turtle). Сидя на коленях, руки вывернуты пальцами в стороны, в локтях сгиб 90 градусов. Встаешь на руку, упираясь животом в локоть, ноги и голова на весу. Плавно переходишь на другую руку, так же упираясь локтем в живот. Начинаешь ходить по кругу таким способом, переходя с руки на руку.

Тема 6. Постановка танцевального номера.

Теория: Как сделать свой «выход» хореографически красивым, точным.

Понятие «подача», сильные и слабые стороны соперника.

Изучение понятия «баланс», как выйти с элемента не травмируя себя.

Практика: Отработка точности движений под акцент, отработка точности под сильную музыкальную долю в треке.

Отработка движений в позиции на двух руках, на одной.

Отработка движений с помощью практического задания «Баланс».

Раздел 4. Открытое занятие, показательное выступление и подведение итогов реализации программы (4 ч.).

Тема 1. Открытое занятие.

Практика: Проведение открытого занятия с показательными сольными выступлениями, соревновательного характера (Battle). Демонстрация умение проявить свой танец (связки, стойки, нарботки, оригинальные движения, импровизация) в режиме «здесь и сейчас», под разную музыку.

Тема 2. Отчётное выступление.

Практика: Показательные групповые выступления на сцене с демонстрацией выученной и отработанной хореографической программой под конкретный трек.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

- хореографический или спортивный зал;
- аудио аппаратура;
- татами или маты;
- наколенники и налокотники;
- шапки для кручения на голове.

Методическое обеспечение образовательного процесса:

Основной формой работы является занятие, включающее упражнения тренировочного характера. Форма занятий – групповая. Занятия проводятся в разновозрастных группах, исходя из этого нагрузка даётся с учетом возраста и физической подготовки.

Схема построения занятия: подготовительная часть (разминка) - основная часть - заключительная часть. Различается содержание и время, отведенное на каждую из частей занятия.

Занятия с обучающимися младшего школьного возраста проводятся в форме игры, театрализации, развивающей беседы. Благодаря игре индивидуальность ребенка находит выражение в коллективном творчестве.

В образовательном процессе используются следующие игры:

1. «Тише едешь – дальше будешь» – проводится во время разминки. Ребята должны как можно быстрее преодолеть расстояние от одной линии до другой, но сделать это незаметно для ведущего. Выигрывает тот, кто раньше других достигнет линии и коснется командующего.

2. «Танцевальный октагон» – проводится на основном этапе занятий. Все обучающиеся становятся в круг и в свободном порядке вызывают друг друга на баттл;

3. «Загадай движения» (комбинацию) – проводится во время импровизаций. Ребята в случайном порядке по очереди задают всей группе движение либо танцевальную комбинацию;

4. «Зеркало» – проводится во время разминки. Вся группа делится по парам. Партнеры стоят лицом друг к другу. Один ведущий, другой ведомый. Ведущий выполняет различные движения, а ведомый должен их по возможности синхронно повторить и предугадать следующее движение.

5. «Джем» – проводится в рамках текущего контроля. Все обучающиеся становятся в круг, и каждый выходит в него танцевать. Эта игра учит держаться на сцене и выступать перед зрителем.

6. «Битва» – проводится как одна из разновидностей соревнования. Все обучающиеся делятся на две команды. Педагог выполняет функцию судьи. Под музыку по очереди из одной и из другой команды выходят танцоры и показывают танцевальные сеты.

7. «Танцуй в бит» – проводится в рамках текущего контроля. Все обучающиеся стоят по кругу и поочередно выходят в круг и танцуют под музыку. Педагог в это время меняет музыку, а обучающийся должен успеть подстроиться под измененный ритм и в танце обыграть его.

Правила проведения баттла.

1. Баттл проводится в двух форматах: соло, в команде;
2. Количество человек в команде не более 6 человек;
3. Продолжительность выступления – от 40 сек. до 60 сек, в зависимости от формата баттла и года обучения;
4. Команды соревнуются до тех пор, пока одна из них не сможет ответить выполнением равным по сложности комбинации элементов;
5. Запрещается касаться друг друга;
6. Нельзя нарушать очередность в баттле;
7. Не допускается байт (плагиат);
8. Запрещено использовать сложные неотработанные движения (трюки);
9. Необходимо соблюдать спортивную дисциплину и этикет.

Рекомендации к проведению импровизации.

Импровизация выполняется несколькими путями:

1. Импровизировать с музыкой, танцевать в разном ритме;

2. Из отработанных отдельных элементов делать комбинации, подчиняясь сиюминутным ощущениям и музыке;

3. Проявлять во время танца артистизм;

4. Творческое самовыражение;

5. Импровизировать с движением и пространством;

6. Поиск индивидуальности в движении;

7. Импровизировать с движениями сольно, в дуэте и группе.

Организационно-педагогическое обеспечение реализации программы:

Педагогическая деятельность по реализации Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Брейк данс» осуществляется лицами, имеющие высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».

Список используемой литературы

1. Брейк-данс и хип-хоп. URL: [<http://www.breakhop.ru/>] (дата обращения 20.05.2022г.). – Текст: электронный.
2. Володина О.В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев: Hip-hop, House. М., Феникс, -2005г.
3. Зайцев Г.К. Физическое воспитание и спортивная подготовка. - Л., 2004.
4. Коркин В.П. «Акробатика». – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 127 с., ил. – (Азбука спорта).
5. В.Н. Курысь. «Спортивная акробатика: теория и методика обучения прыжкам на акробатической дорожке» г. Ставрополь, 1994 г.
6. Кох И.Э. Основы сценического движения. – С-П.: «Планета музыки», 2010
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004 г.
8. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.- М.: «Владос», 2013.
9. Сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением». – Научный руководитель Н. М. Лаврухина. Под ред. О. А. Петрашевича. Мн. – Национальный институт образования. – 2005.

Лист согласования к документу № 76 от 14.04.2025
Инициатор согласования: Захарова М.Н. Директор
Согласование инициировано: 14.04.2025 14:25

Лист согласования					Тип согласования: последовательное
№	ФИО	Передано на визу	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Захарова М.Н.	14.04.2025 - 14:25		 Подписано 14.04.2025 - 14:25	-