

Управление образования города Хабаровск
муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
г. Хабаровск
«Центр развития творчества детей и юношества»

ПРИНЯТО
На заседании
педагогического совета
Протокол № 4
« 18 » 06 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
директор
МАУ ДО «ЦРТДиЮ»
 П.С. Ермизов
« 18 » 06 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Брейкинг»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: разноуровневая (стартовый, базовый, продвинутый)
Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:
Бухарова Жанна Александровна,
педагог дополнительного образования,
высшей квалификационной категории

г. Хабаровск, 2026 г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы и иные источники:

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07. 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
4. Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. 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»;
6. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Хабаровском крае (утв. Распоряжением правительства Хабаровского края от 05.08.2019 г. №645-рп);
7. Национальный проект «Молодёжь и дети» Указ президента России В. Путина от 7 мая 2024 года №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года (как часть национального проекта Федеральный проект «Всё лучшее детям»);
8. Распоряжение министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 1321 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края»;
9. Приказ краевого государственного автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр развития творчества детей (региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)» от 27 мая 2025 г. №220П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае»
10. Утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 28 февраля 2024 года. № 210 «Правила вида спорта «Брейкинг».
11. Устав МАУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества».

«Брейкинг» (Брейк-данс) - является ярким, спортивным, зажигательным и энергичным танцем с элементами хастла, акробатики, гимнастики и восточных единоборств. Брейкинг является частью международной молодежной культуры «Хип-хоп». Как отдельный вид танца он сформировался в 1973 году. Следует отметить, что хип-хоп – это культурное

движение, которое зародилось в США в 70-х гг., в одном из кварталов Нью-Йорка - Бронксе. Оно объединяет в себе несколько направлений: музыку, танцы, граффити (рисунок) и ди-джеинг. А также стиль одежды и слэнг. Хип-хоп является творческой формой самовыражения молодежи.

В России брейкинг появился в конце 80-х, но пользоваться популярностью среди молодежи начал во второй половине 90-х. Мода на данное танцевально-спортивное направление у подростков объясняется как его эмоциональной доходчивостью, так и остротой вызываемых переживаний, предельно активными выразительными двигательными возможностями, актерским мастерством и состязательной борьбой. Брейкинг – это и спорт, и танец и искусство.

Направленность: физкультурно-спортивная, направление – спортивная хореография, брейкинг.

Актуальность образовательной программы «Брейкинг» обусловлена востребованностью и популяризацией среди молодёжи международной культуры – «Хип-хоп», которая включает в себя современный танец – брейкинг, который несет в себе большой потенциал для развития физической культуры детей и возможностей для их творческого самовыражения. В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации № 895 от 13 октября 2017 года брейкинг включён во Всероссийский реестр в качестве дисциплины танцевального спорта, а международный олимпийский комитет включил брейкинг в программу в декабре 2016 года.

Отличительная особенность программы выражается в том, что она составлена на основании личного танцевального опыта педагога, изученного материала о Брейкинге и хип-хоп культуре по таким фильмам как The Freshest Kids, Style wars, Old school dictionary, BreakDance Step by Step, и полученной им информации на мастер – классах и лекциях от танцоров международного уровня (bboy Ken Swift, bboy Storm, bboy Freeze, bboy Thesis, bboy EI Nino, bboy Flea Rock, bboy Reveal, команда Топ 9, bgirl Надя, bboy Cheerito, bboy Alkolil, bboy Ян) по данному направлению. Все это способствует тому, что Брейкинг изучается по данной программе более углубленно, и каждый его элемент и стиль разбирается на занятиях детально.

Уровень программы – разноуровневая. Стартовый (1 год обучения), базовый (2 год обучения) и продвинутый уровень (3 и 4 годы обучения).

Форма организации содержания – комплексная.

Форма обучения – очная.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 7-17 лет с различными физическими данными при наличии медицинской справки с допуском на брейкинг или любой другой вид спорта.

«Стартовый» уровень рассчитан на 1 год и адресован обучающимся 7-10 лет, которые являются начинающими танцорами и не имеют физической подготовки и растяжки.

«Базовый» уровень адресован обучающимся 11-14 лет (но можно и более младшим, при хорошей физической подготовке и освоенном стартовом уровне) и рассчитан на 1 год.

«Продвинутый» уровень программы рассчитан на 2 года и адресован обучающимся 15-17 лет, которые освоили два предыдущих уровня, либо при хорошей физической подготовке, владеющими акробатическими и спортивными элементами, хорошей растяжкой, достаточными для овладения этого уровня.

Необходимый возраст для начала занятий брейкинг, является младший школьный возраст. Так как особо важными особенностями возрастного развития детей младшего школьного возраста является: относительно равномерное развитие опорно-двигательного аппарата, большая подвижность суставов, высокая эластичность связочного аппарата, достаточная естественная гибкость позвоночного столба. Младший школьный возраст – благоприятный период для развития практически всего физического здоровья ребенка в целом, главное это не упустить. Особенность среди детей среднего и старшего возраста в том, что нередко такие дети имеют необычное хобби, находят себя в экстремальных видах спорта или новейших направлениях современного танцевального спорта.

Объём программы: Данная программа рассчитана на 864 часа за 4 года обучения, из них на каждый год: 216 учебных часов и 42 часа каникулярных.

Срок освоения программы: 4 года.

Режим занятий: Занятия на первом уровне обучения проходят 2 раза в неделю по 3 часа – 6 часов в неделю. На последующих уровнях - 3 раза в неделю по 2 часа - 6 часов в неделю. Один академический час – 45 минут. Перерыв между занятиями - 10 минут.

Период	Продолжительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год
1 год обучения	3ч	2	6	43	258
2 год обучения	2ч	3	6	43	258
3 год обучения	2ч	3	6	43	258
4 год обучения	2ч	3	6	43	258
Итого					1032

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Брейкинг» может быть реализована, как в групповой, так и в индивидуальной форме с постоянным составом численностью 13 человек.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование физической культуры и творческого самовыражения детей и подростков посредством брейкинга.

Задачи «Стартового» уровня:

Личностные:

1. Формировать представление о здоровом образе жизни.

Метапредметные:

1. Развивать коммуникативные способности обучающихся.

-Предметные:

1. Формировать представление о брейкинге и его стилях.
2. Формировать умения исполнять основные элементы стилей брейкинга.

Задачи «Базового» уровня:

Личностные:

1. Формировать потребность у обучающихся в здоровом образе жизни.
2. Развивать стремление обучающихся к самовыражению в танцевальном спорте.

Метапредметные:

1. Формировать умение обучающихся к самооценке.
2. Развить коммуникативные способности обучающихся.

Предметные:

1. Формировать интерес обучающихся к данному виду танца.
2. Развивать у обучающихся физические качества.
3. Формировать умения исполнять базовые элементы стилей брейкинга.

Задачи «Продвинутого» уровня:

-Личностные:

1. Формировать профессиональное самоопределение, направленное на данный вид спорта.
2. Воспитать личностные качества будущего спортсмена.

-Метапредметные:

1. Формировать умения планировать и контролировать собственный тренировочный процесс.

-Предметные:

1. Развить и совершенствовать элементы стилей брейкинга и физические качества.
2. Формировать систему углубленных знаний о танцевальном спорте брейкинг.

Учебный план
Уровень «Стартовый»
1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел I «Основы брейкинга»	4	2	1	
2	Тема 1: «Техника безопасности. Понятие брейкинга и его направления»	2	1	1	Отчетное занятие/ оценочный лист, наблюдение
3	Тема 2: «История создания и развития брейкинга»	2	1	1	Отчетное занятие/Журнал посещаемости, наблюдение, оценочный лист
4	Раздел II «Топрок, гоудаунс, футворк, фриз»	102	24	88	
5	Тема 1: «Упражнения для подготовки»	22	2	20	Отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение
6	Тема 2: «Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фриз»	80	12	68	Батл, джем, отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости
7	Раздел III «Основы Павэр мува»	70	16	54	
8	Тема 1: «Элемент бэкспин»	30	6	24	Батл, джем, отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости
9	Тема 2: «Элемент бэли мил»	10	2	8	Батл, джем, отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости
10	Тема 3: «Основы акробатики»	30	8	22	отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости
11	Раздел IV «Отработка основ брейкинга»	40	4	36	
12	Тема 1: «Самостоятельная отработка элементов брейкинга»	38	2	36	Батл, джем/Лист самооценки, журнал посещаемости, наблюдение, анкета

13	Тема 2 «Тактика батла»	2	1	1	Батл./Наблюдение
		216	46	170	
Каникулярный период					
		42	6	36	
	Всего:	258	52	206	

Уровень «Базовый»
2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 «База брейкинга»	70	11	59	
2	Тема 1 «Техника безопасности. Топрок, футворк, фриз – комбо»	66	10	56	Батл, джем, отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости, оценочный лист
3	Тема 2 «Музыкальность, стиль, скорость, оригинальность»	4	1	3	Батл, джем, /наблюдение, журнал посещаемости
4	Раздел 2 «Павэр мув»	106	26	80	
5	Тема 1 «Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб»	86	20	66	Батл, джем, отчетное занятие/Оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости
6	Тема 2 «Акробатика»	20	6	14	отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости
7	Раздел 3 «Групповая подготовка к соревнованиям и показательным шоу»	40	4	36	
8	Тема 1 «Брейкшоу»	10	2	8	Показательное выступление/журнал посещаемости, наблюдение
9	Тема 2 «Самостоятельная подготовка к батлам»	30	2	28	Батл/Лист самооценки, журнал посещаемости
		216	41	175	
Каникулярный период					
		42	6	36	
	Всего:	258	47	211	

**Уровень «Продвинутый»
3 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 «Павэр мув».	106	20	86	
2	Тема 1 «Техника безопасности» Элементы флай, мачмил, хэдспин, найнти найн и сикстин»	106	20	86	Батл, джем, отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости
3	Раздел 2 «Сложные фризы»	30	4	26	
4	Тема 1 «Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке»	30	4	26	Батл, джем, отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости
5	Раздел 3 «Самостоятельная отработка элементов брейкинга»	80	4	76	
6	Тема 1 «Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов, павэр мува»	80	4	76	Батл, джем/Лист самооценки, журнал посещаемости
		216	28	188	
Каникулярный период					
		42	6	36	
	Всего:	258	34	224	

**Уровень «Продвинутый»
4 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 «Павэр мув комбо».	106	20	86	
2	Тема 1 «Техника безопасности. Комбо и связки из элементов павэр мува»	106	20	86	Батл, джем, отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости
3	Раздел 2 «Сложные фризы»	30	4	26	
4	Тема 1 «Комбо из фризов»	30	4	26	Батл, джем, отчетное занятие/наблюдение, журнал посещаемости
5	Раздел 3 «Самостоятельная отработка элементов»	80	4	76	
6	Тема 1 «Совершенствование и отработка элементов стилей и	80	4	76	Батл, джем/Лист самооценки, журнал

	создание комбо»				посеаемости
		216	28	188	
Каникулярный период					
		42	6	36	
	Всего:	258	34	224	

Содержание программы: Уровень «Стартовый» - 1 год обучения

Раздел I. «Основы брейкинга»

Тема 1 «Понятие брейкинга и его направления»

Теория: Правила поведения на занятиях и техника безопасности. Направления (стили) брейкинга – топрок, футворк, фриз, павэр мув. Основные элементы этих направлений.

Практика: Выполнение разминочного комплекса упражнений и основных элементов направлений брейкинга.

Форма контроля: наблюдение, оценочный лист

Тема 2: «История создания и развития брейкинга»

Теория: Страна, город и год зарождения танца брейкинг. Имена первых танцоров и команд. Хип-хоп культура и ее направления. Год, когда брейкинг впервые появился в России. Уровень брейкинга сейчас в мире и в нашей стране.

Практика: просмотр видео и фотоматериалов.

Форма контроля: наблюдение, оценочный лист

Раздел II. «Топрок, гоудаунс, футворк, фриз»

Тема 1: «Упражнения для подготовки»

Теория: Виды упражнений для топрока, футворка. Техника выполнения. Основные упражнения для достижения хорошей физической формы и подготовки к стилю Павэр мув. Упражнения для развития силы, выносливости, гибкости и скорости.

Практика: Выполнение упражнений и физическая подготовка танцора. Упражнения для шеи (наклоны, повороты). Кисти и локти (вращения). Плечевой пояс (вращения). Повороты и наклоны туловища (в обе стороны). Круговые вращения тазом (в обе стороны). Колени - вращения (в обе стороны). Ступни (перекаты с пятки на носок). Легкий бег на месте.

Прыжки на месте с приседанием. Бег на месте с поднятием колена вверх.

Бег на месте с захлестом ног назад. Выпады поочередно на обе ноги. Махи прямыми ногами поочередно вперед, назад, в стороны.

Упражнения для развития гибкости. Наклоны вперед. Складка с прямыми ногами. Складка с широкими ногами. Бабочка. Шпагат. Мостик.

Упражнения для развития силы и выносливости. Стойка в положении присед. Стойка в положении спичаг. Стойка в положении звездочка. Стойка в положении татл. Планка на локтях. Положение уголок. Отжим от пола.

Скручивание в упоре лежа.

Упражнение для топрока: «Кач». Упражнения для футворка: «Шафлс», «Байсикл», «Присед», «Присед пистолет».

Форма контроля: оценочный лист, наблюдение

Тема 2: «Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фриз».

Теория: Понятие танцевального стиля – топрок и названия его основных элементов. Понятие танцевального стиля – футворк и названия его основных элементов. Что такое «фриз»? Название и техника выполнения основных фризов брейкинга: бэби фриз, чеер фриз, руминиг, фриз на плече. Их вариации. Как правильно использовать «фриз» в танцевальной связке. Понятие «Гоу даунс». Основные заходы на футворк. Правила их использования в танце.

Практика: Изучение и отработка элементов топрока: Индиан стэп, Сайд стэп, Индиан стэп кроссовер, Стархоп, Сэйлор Стэп, Сальса рок, Бэк стэп, Кик стэп, Кик аут, Кик терн, Чарли рок, Крисс кросс. Отработка топрока на скорость. Игры. Изучение и отработка элементов футворка: Сисис, Рашн стэп, Сикс стэп, Кик аут, Эйр кикс, Кикс спин, Зулу спин, Эйт стэп, Тэн стэп, Кофиграйндер, Претзл. Выполнение и отработка гоу даунс: через колено с прокруткой, через колено, Ни дроп, Свип, Зигзаг, Корк скрю, заход из капоэйры, Глайд на колене, перешаг, кувырок вперед, змейка назад, и базовых фризов: Бэби фриз, Бэби фриз пистолет, Чеер фриз, Чеер фриз с прямыми вытянутыми ногами, Эйр бэби фриз, Эйр бэби с локтем, Эйр бэби на голове, фриз на плече, фриз на локте, фриз на голове. Игры (*Приложение 1*). Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: оценочный лист, наблюдение, журнал посещаемости.

Раздел III. «Основы Павэр мува»

Тема 1: «Элемент бэкспин»

Теория: Понятие элемента бэкспин и техника его выполнения.

Практика: Выполнение базовых упражнений для подготовки к бэкспину. Выполнение элемента бэкспин и отработка его до качественного исполнения.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Тема 2: «Элемент бэли мил»

Теория: Понятие элемента бэли мил и техника его выполнения.

Практика: Выполнение базовых упражнений для подготовки к бэли милу. Выполнение элемента бэли мил и отработка его до качественного исполнения.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Тема 3: «Основы акробатики»

Теория: Названия основных акробатических элементов, техника их выполнения и правила использования в брейкинге.

Практика: Выполнение основных акробатических элементов – мостик, колесо, рандат, кувырок, стойка на голове, стойка на руках возле стены.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Раздел IV «Отработка основ брейкинга».

Тема 1: «Самостоятельная отработка элементов брейкинга».

Теория: Как грамотно вести самостоятельную работу.

Практика: Выполнение основных элементов всех направлений брейкинга. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Тема 2 «Тактика батла».

Теория: Понятие «Батл» и виды батлов. Правила ведения батла.

Практика: Танцевальный батл.

Форма контроля: наблюдение.

Уровень «Базовый» - 2 год обучения

Раздел I. «База брейкинга»

Тема 1 «Топрок, футворк, фриз – комбо»

Теория: Понятие «Комбо». Понятие «Флоу», понятие «Транзишн», понятие «Флэйва». Как придумывать новые комбинации и грамотно делать переходы между элементами.

Практика: Отработка различных комбо из элементов топрока, футворка, фриз, танцевальный батл, джем.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, оценочный лист

Тема 2 «Музыкальность, стиль, скорость, оригинальность»

Теория: Понятие «Музыкальность». Понятие «Стиль». Понятие «Оригинальность». Как развить скорость на футворке? Как развить музыкальность и оригинальность стиля?

Практика: Упражнения на развитие музыкальности и оригинальность стиля. Упражнения на развитие скорости на футворке. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости.

Раздел II. «Павэр мув».

Тема 1 «Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, вэб».

Теория: Понятие элементов их разновидности и техника выполнения.

Практика: Изучение и отработка элементов павэр мува.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, оценочный лист

Тема 2 «Акробатика».

Теория: Названия акробатических элементов, техника их выполнения и правила использования в брейкинге.

Практика: Выполнение акробатических элементов – вытяжка, колесо с одной рукой, колесо через локти, стойка на руках, хождение на руках.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Раздел III. «Групповая подготовка к соревнованиям и показательным шоу».

Тема 1 «Брейкшоу».

Теория: Что такое шоу? Понятие «Рутина». Правила работы в команде. Как вести себя на сцене? Как придумывать связки? Правила поведения за кулисами.

Практика: постановка шоу, показательное выступление.

Форма контроля: журнал посещаемости, наблюдение.

Тема 2 «Самостоятельная подготовка к батлам»

Теория: Как грамотно готовится к батлам. Тактика батла.

Практика: Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: журнал посещаемости, наблюдение.

Уровень «Продвинутый» - 3 год обучения

Раздел I. «Павэр мув».

Тема 1 «Элементы флай, мачмил, хэдспин, найнти найн и сикстин».

Теория: Понятие элементов, вариации и техника их выполнения. Упражнения для подготовки тела к данным элементам.

Практика: Выполнение упражнений для подготовки тела. Изучение и отработка элементов. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, лист самооценки.

Раздел II. «Сложные фризы».

Тема 1 «Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке».

Теория: Вариации фризов и техника их выполнения. Упражнения для подготовки тела к данным элементам.

Практика: Выполнение упражнений для подготовки тела. Изучение и отработка сложных фризов. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, лист самооценки.

Раздел III. «Самостоятельная отработка элементов брейкинга».

Тема 1 «Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов, павэр мува».

Теория: Как грамотно работать над усовершенствованием элементов стилей брейкинга.

Практика: Выполнение основных элементов всех направлений брейкинга. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Уровень «Продвинутый» - 4 год обучения

Раздел I. «Павэр мув комбо».

Тема 1 «Комбо и связки из элементов павэр мува».

Теория: Виды комбо. Сложные и простые комбо.

Практика: Выполнение упражнений для подготовки тела. Изучение и отработка комбо: Свайпс-виндмил-свайпс, флай-виндмил-флай, хэдспин-коин друп, хэдспин-свайпс-виндмил, виндмил-вэб, виндмил-мачмил, бэкспин-виндмил, свайпс-найнтинайн. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, лист самооценки.

Раздел II. «Сложные фризы».

Тема 1 «Комбо из фризов».

Теория: Виды комбо. Сложные и простые комбо.

Практика: Выполнение упражнений для подготовки тела. Изучение и отработка комбо: Выход с фриза на голове в полубэк, заход с фриза на локте в чеер фриз и бэби фриз, выход с бэби фриза в локоть, выход с эир бэби фриза в полубэк, выход с фриза на голове в халобэк. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: наблюдение, журнал посещаемости, лист самооценки.

Раздел III. «Самостоятельная отработка элементов».

Тема 1 «Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо».

Теория: Как грамотно работать над усовершенствованием элементов стилей брейкинга.

Практика: Выполнение основных элементов всех направлений брейкинга. Танцевальный джем, батл.

Форма контроля: оценочный лист, журнал посещаемости, наблюдение.

Планируемые результаты «Стартового уровня»:

Личностные:

- Сформируют представление о пользе здорового образа жизни и физических упражнений;

Метапредметные:

- Осуществляют коммуникацию со сверстниками в образовательном процессе;

Предметные:

- Имеют представление о брейкинге и его стилях;

- Владеют основными элементами стилей брейкинга.

«Базового уровня»:

Личностные:

- ориентируются на здоровый образ жизни и регулярную физическую активность;

- демонстрируют готовность к самовыражению в танцевальном спорте.

Метапредметные:

- осуществляют рефлекссию, могут давать оценку своим действиям;

- осуществляют эффективную коммуникацию со сверстниками и взрослыми в образовательном процессе.

Предметные:

- демонстрируют устойчивый интерес к данному виду танцевального спорта;

- проявляют физические качества;

- владеют базовыми элементами стилей брейкинга.

«Продвинутого уровня»:

Личностные:

- ориентируются на профессиональные занятия данным видом танцевального спорта;

- демонстрируют дисциплину, ответственность, уверенность в себе, эмоциональную устойчивость;

Метапредметные:

- умеют самостоятельно распланировать тренировочный процесс;

Предметные:

- владеют элементами стилей брейкинга на профессиональном уровне;

- владеют углубленными знаниями о танцевальном спорте брейкинг.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И УЧЕБНЫЕ ФОРМАТЫ

Материально-техническое обеспечение занятий:

- спортивная форма и обувь у обучающихся;
- музыкальная аппаратура и флэш-носители;
- гладкое напольное покрытие (паркет или линолеум);
- буддо-маты.

Методическое обеспечение программы

Методы обучения:

1. Словесные (беседа, объяснение, убеждение, поощрение);
2. Наглядные (показ, пример);
3. Практические (упражнения);
4. Аналитические (сравнение, самоконтроль, самоанализ);

Формы организаций занятий:

1. Учебное тренировочное занятие с группой.
2. Индивидуальное тренировочное занятие с обучающимися;
3. Соревновательные.

Педагогические технологии:

1. Технология личностно-ориентированного обучения;
2. Информационно-коммуникационная;
3. Здоровьесберегающая;
4. Игровая.

Форма аттестации (контроля): Отчетные занятия, практические задания.

Формы представления результатов: отчетные занятия, показательные выступления, практические задания, соревнования.

Оценочные /контрольно-измерительные материалы

см. Приложение 1

1. Критерии оценки танцевальных умений и навыков;
2. Критерии оценки физических качеств;
3. Оценочный лист;
4. Анкета;

Анализ задач, результатов и способов оценивания программы.

Уровень «Стартовый»

Задачи	Ожидаемый результат	КИМ	Формы предоставления результата
Формировать представление о здоровом образе жизни	Иметь представление о пользе здорового образа жизни	Журнал посещаемости	Сохранность контингента более 90%
Развивать коммуникативные способности обучающихся	Осуществлять коммуникацию со сверстниками в образовательном	Журнал посещаемости, наблюдение	Совместная подготовка и участие в различных

	процессе		мероприятиях (не менее 70%)
Формировать представление о брейкинге и его стилях	Иметь представление о брейкинге и его стилях	оценочный лист	100% обучающихся дают верное определение танца и его стилей
Формировать умения исполнять основные элементы стилей брейкинга	Владеть основными элементами стилей брейкинга	Отчетные занятия Промежуточная и итоговая аттестация Наблюдение, оценочный лист выполнения практических заданий, анкета	Не менее 75 % обучающихся имеют средний и высокий уровень владения основными элементами брейкинга

Уровень «Базовый»

Задачи	Ожидаемый результат	КИМ	Формы предоставления результата
Формировать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни	Обучающиеся ориентированы на здоровый образ жизни, регулярную физическую активность	Журнал посещаемости	Сохранность контингента более 90%
Развивать стремление у обучающихся к самовыражению в танцевальном спорте	Демонстрировать готовность к самовыражению в танцевальном спорте	Журнал посещаемости	Участие в спортивных соревнованиях, конкурсах (не менее 50%)
Формировать умение обучающихся к самооценке своих танцевальных умений и навыков	Осуществлять рефлексия, давать оценку своим действиям	Лист самооценки	Не менее 75% дают объективную оценку собственных умений
Развить коммуникативные способности обучающихся	Осуществлять эффективную коммуникацию со сверстниками и взрослыми в образовательном процессе	Наблюдение	Совместная подготовка и участие в различных мероприятиях (не менее 70%)
Формировать интерес к данному виду танца	Демонстрировать устойчивый интерес к данному виду танца	Анкета Журнал посещаемости	Участие в соревнованиях, батлах (не менее 50%), сохранность контингента более 90%

Развивать у обучающихся физические качества	Проявлять физические качества	Промежуточная и итоговая аттестация Отчетные занятия Наблюдение, оценочный лист выполнения практических заданий	Не менее 75 % обучающихся имеют средний и высокий уровень физической подготовки
Формировать умения исполнять базовые элементы стилей брейкинга	Владеть базовыми элементами стилей брейкинга	Отчетные занятия Промежуточная и итоговая аттестация Наблюдение, оценочный лист, анкета	Не менее 75 % обучающихся имеют средний и высокий уровень владения базовыми элементами брейкинга

Уровень «Продвинутый»

Задачи	Ожидаемый результат	КИМ	Формы предоставления результата
Формировать профессиональное самоопределение, направленное на данный вид спорта	Обучающиеся ориентированы на профессиональные занятия данным видом танца	Журнал посещаемости	Сохранность контингента более 90%, участие в спортивных соревнованиях, батлах (не менее 90%)
Воспитать личностные качества будущего спортсмена	Обучающиеся дисциплинированы, ответственны, уверены в себе, эмоционально устойчивы	Журнал посещаемости, наблюдение	Участие в спортивных соревнованиях (не менее 90%)
Формировать умения планировать и контролировать собственную тренировочную деятельность	Умеют самостоятельно распланировать тренировочную деятельность	Журнал посещаемости, наблюдение	Сохранность контингента более 90%
Развить и совершенствовать элементы стилей брейкинга и физические качества	Владеют элементами стилей брейкинга на профессиональном уровне	Отчетные занятия Промежуточная и итоговая аттестация Наблюдение, оценочный лист, анкета	Не менее 90 % обучающихся имеют средний и высокий уровень владения элементами брейкинга
Формировать систему углубленных знаний о танце	Владеют углубленными знаниями о брейкинге	Отчетные занятия Наблюдение, оценочный лист	Не менее 90% обучающихся знают о брейкинге всё

Оценочные средства по каждому результату представлены в приложении 1.

Список литературы Для педагога

1. Бондаревская Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования. Ростов на Дону. 2000.
2. Гершунский Б.С. Образовательно-педагогическая прогностика. Теория, методология, практика. Учебное пособие. Москва. «Наука». 2003.
3. Канаев В.В. Жизнь. Эмоции. Брейк-данс. Новосибирск. 2013.
4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность: Гимнастика. Москва, «Просвещение», 2014.
5. Матавкин В.В. Учебно-методическое пособие по брейкингу. Вологда, 2018.
6. Матвеев Л.Т. Принципы регламентирующие деятельность по физическому воспитанию. ГЦОЛИФК. 1989.
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль. «Академия развития: Академия Холдинг»., 2004.
8. Михайлов В.В., Минченко В.Н. Теория и практика ф/к 1988 № 3. Проблемы спортивной тренировки «Ф. и С». 1989.
9. Мякинченко Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта. ТВТ Дивизион, Москва. 2008.
10. Полат Е.С., Бухаркина М.Ю., Моисеева М.В. и др. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: учеб. пособие для студ. пед вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров /.; под ред. Полат Е.С.- Москва. Издательский центр «Академия». 2002.
11. Сальникова Т.П. Педагогические технологии: Учебное пособие. М.:ТЦ Сфера. 2005.

Список литературы Для обучающихся

1. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность: Гимнастика. Москва, «Просвещение», 2014.
2. Матавкин В.В. Учебно-методическое пособие по брейкингу. Волгда. 2018.
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль. «Академия развития: Академия Холдинг»., 2004.
4. Михайлов В.В., Минченко В.Н. Теория и практика ф/к 1988 № 3. Проблемы спортивной тренировки «Ф. и С». 1989.
5. Мякинченко Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта. «ТВТ Дивизион», Москва. 2008.
6. Гровер Т., Шари У. Манифест великого тренера: как стать из хорошего спортсмена великим чемпионом. Москва. Эксмо. 2024.

Интернет-ресурсы:

1. Из Бронкса - на мировую сцену: краткая история брейкинга.
<https://www.redbull.com/ru-ru/history-of-breaking>
2. Статья о брейкинге. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Брейк-данс>
3. Краткая история советского брейк-данса.
https://arzamas.academy/mag/1095-ussr_dance

3. ВОСПИТАНИЕ

Цель воспитательной работы в рамках программы «Брейкинг»: развитие личности ребенка через приобщение к здоровому образу жизни, формирование у него общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и чувства ответственности за результат своего труда.

Задачи:

- формировать культуру здорового образа жизни и эмоционального благополучия
- формировать интерес к изучению достижений отечественного спорта
- развивать дисциплинированность и трудолюбие

Ожидаемые результаты:

- обучающиеся будут понимать ценность здоровья
- обучающиеся будут понимать значимость достижений отечественного спорта
- обучающиеся будут демонстрировать навыки работы в команде и ответственного поведения

Формы и методы воспитания:

- метод убеждения,
- метод положительного примера.

Направления воспитания:

- физическое воспитание,
- формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия;

Работа с родителями:

- родительские собрания,
- открытые занятия.

Диагностика результатов воспитательной работы:

- педагогическое наблюдение,
- опрос,
- беседа.

План мероприятий по воспитательной работе указан в приложении № 3.

4. ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Критерии оценки танцевальных умений и навыков 1 год обучения

Уровни	Низкий	Средний	Высокий
Стили брейкинга			
Топрок	- знает определение стиля - знает 5 элементов стиля - может выполнить 5 элементов	- знает определение стиля - знает 10 элементов стиля - может выполнить базовую связку - пытается держать форму стиля	- знает определение стиля - знает все элементы стиля - может выполнить базовую связку - держит форму стиля
Гоу даунс	- знает определение - знает 5 элементов - может выполнить 5 элементов	- знает определение - знает 8 элементов - может выполнять 8 элементов - может выполнить элементы в связке	- знает определение - знает все элементы - может выполнить все элементы - может легко выполнять элементы как отдельно, так и в связке
Футворк	- знает определение - знает 5 элементов - может выполнить 5 элементов	- знает определение - знает 8 элементов - может выполнять 8 элементов - пытается держать форму	- знает определение стиля - знает все элементы стиля - держит форму
Базовые фриззы	- знает определение - знает 3 фриза - может выполнить 3 фриззов	- знает определение - знает почти 7 фриззов - может выполнить фриззы как отдельно, так и в базовой связке	- знает определение - знает все фриззы - выполняет фриззы как отдельно, так и в связках.
Павэр мув	- знает определение - знает названия элементов - пытается выполнять элементы	- знает определение - знает названия элементов - может выполнить 2 элемента	- знает определение - знает названия элементов - выполняет все элементы

Оценочный лист к оценке танцевальных умений и навыков
1 год обучения

Стили брейкинга	Топрок	Футворк	Гоу даунс	Фризы	Павэр-мув
Уровни					
Низкий					
Средний					
Высокий					

2 год обучения

Уровни	Низкий	Средний	Высокий
Стили брейкинга			
Топрок	- знает понятие комбо - может выполнить 5 элементов в комбо	- знает понятие комбо - может придумать и выполнить комбо из 10 элементов	- знает понятие комбо - может легко придумать и выполнить комбо из элементов
Гоу даунс	- знает, как делать комбо - может выполнить 5 элементов в комбо	- знает, как делать комбо - может выполнить 8 элементов в комбо	- знает все элементы - может выполнить все элементы в комбо
Футворк	- знает, как делать комбо - может выполнить 5 элементов в комбо	- знает, как делать комбо - может выполнить комбо из 8 элементов - пытается держать форму стиля	- знает, как делать комбо - может легко выполнять разные комбо
Базовые фризы	- знает, как делать комбо - может выполнить 3 фриза в комбо	- знает, как делать комбо - может выполнить комбо из 5 фризов	- выполняет комбо из 8 базовых фризов
Павэр мув	- знает 3 вариации - пытается выполнять вариации элементов	- знает 5 вариаций - выполняет 5 вариации элементов	- знает все вариации - выполняет все вариации элементов

Оценочный лист к оценке танцевальных умений и навыков
2 год обучения

Стили брейкинга	Топрок (комбо)	Футворк (комбо)	Гоу даунс (комбо)	Базовые фриззы (комбо)	Павэр-мув
Уровни					
Низкий					
Средний					
Высокий					

Критерии оценивания физических качеств обучающихся
1 год обучения

Уровни	Низкий		Средний		Высокий	
Упражнения на силу и выносливость	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
Отжимания от пола (кол-во)	10	5	13	8-10	15-20	13-15
Скручивания (кол-во)	15	10	20	15	25	20
Футворк (кол-во за 1 мин)	15	10	20	15	25	20
Прыжки на скакалке (кол-во за 1 мин)	40	30	50	40	60	50
Уголок (на время)	15 сек	10 сек	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек
Стойка в планке (на время)	15 сек	10 сек	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек
Присед (на время)	15 сек	10 сек	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек
Спичаг (на время)	5-7 сек	3-4 сек	10 сек	5 сек	15 сек	7-10 сек
Звездочка (на время)	15 сек	10 сек	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек
Татл (на время)	5-7 сек	3-4 сек	10 сек	5 сек	15 сек	7-10 сек

2 год обучения

Уровни	Низкий		Средний		Высокий	
Упражнения на силу и выносливость	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки

Отжимания от пола (кол-во)	13	8-10	15-20	13-15	25	20
Скручивания (кол-во)	20	15	25	20	30	25
Футворк (кол-во за 1 мин)	20	15	25	20	30	25
Прыжки на скакалке (кол-во за 1 мин)	45	35	55	40	60	50
Уголок (на время)	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек	30 сек	25 сек
Стойка в планке (на время)	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек	30 сек	25 сек
Присед (на время)	20 сек	15 сек	25 сек	20 сек	30 сек	25 сек
Спичаг (на время)	7 сек	3-4 сек	10-13 сек	5-7 сек	15 сек	10 сек
Звездочка (на время)	20 сек	10 сек	25 сек	20 сек	30 сек	25 сек
Татл (на время)	7 сек	5 сек	10 сек	7 сек	15 сек	10 сек

Оценочный лист к оценке физических качеств

Физические качества	Выносливость	Сила	Быстрота
Уровни			
Низкий			
Средний			
Высокий			

Лист самооценивания обучающимися танцевальных умений и навыков (образец)

Уровень подготовки	низкий	средний	высокий
Стили брейкинга			
Топрок	- знаю определение стиля - знаю 5 элементов стиля: - могу выполнить 5	- знаю определение стиля - знаю 10 элементов стиля: - могу выполнить базовую связку	- знаю определение стиля - знаю все элементы стиля: - могу выполнить базовую связку

	элементов:	- пытаюсь держать форму стиля	- держу форму стиля
Гоу даунс	- знаю определение - знаю 5 элементов: - могу выполнить 5 элементов:	- знаю определение - знаю 8 элементов: - могу выполнить 8 элементов: - могу выполнить элементы в связке:	- знаю определение - знаю все элементы: - могу выполнить все элементы - могу легко выполнять элементы как отдельно, так и в связке:
Футворк	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...
Фризы	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...
Павэр мув	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...	- знаю... - могу...

Анкета для обучающихся

Цель: выявление уровня мотивации к дальнейшим занятиям брейкинг.

Целевая группа: обучающиеся объединения в возрасте от 9 до 15 лет.

Сроки проведения опроса: раз в полгода.

Вопросы, которые предлагаются обучающимся:

1. Нравится ли тебе посещать занятия по брейкингу?

2. Как ты считаешь, какие способности развил в тебе брейкинг?

3. Какую пользу тебе принесли занятия по брейкингу?

4. Чему ты научился?

5. Чему ты хочешь научиться?

6. Твои пожелания объединению и педагогу в частности.

**Игры и упражнения,
направленные на развитие различных качеств обучающегося
– памяти, выносливости, скорости, ловкости, силы и музыкальности**

1. «Делай как я!» (игра на развитие памяти и силы)

Количество участников – от 6 до 13 человек

Участники встают в круг, начинающий игру показывает первое движение из брейкинга (топрок), далее все, кто играют, выполняют это движение поочередно, по часовой стрелке. Далее, второй участник показывает новое движение (можно топрок, можно гоудаунс) и все участники поочередно выполняют уже эти два движения и тд. Если кто-то из участников забывает порядок движений, он выходит из игры и отжимается 10 раз (можно и без выходящих участников, просто на время играть).

2. «Футворк минутка»

(упражнение на развитие скорости и выносливости)

Обычно используется элемент 6 стэп, но можно сделать и на весь футворк. Педагог засекает минуту на секундомере, и обучающиеся (можно всей группой, можно поочередно) должны не останавливаясь выполнять заданный элемент. Важно не терять скорость и выполнять элемент красиво.

3. «Восьмерочка».(Упражнение на развитие музыкальности)

Все участники делятся на небольшие группы по 3-5 человек. Встают в круг. Включается музыка, сначала с медленным ритмом. Участники поочередно выходят в круг и танцуют топрок. Сначала 4 счета, а затем 8. На начальном этапе упражнения 4 или 8 счет все могут вместе хлопнуть, на 4 или 8 счет. Далее, музыка ставится с более быстрым ритмом. Можно это упражнение использовать и на футворк.

4. «Силовой лагерь»

(Игра-упражнение на развитие силы и выносливости и гибкости)

Можно использовать на целое занятие или на последнюю его часть. Педагог подбирает элементы, в зависимости от уровня подготовки обучающихся. Это могут быть – стойка на руках, на голове, шпагат, мостик, фризы, планка и тд. И все участники одновременно встают в этот фриз (если это был выбран фриз) и так играют до последнего участника, который является победителем. Все проигравшие отжимаются.

5. «Спортивная линия»

(упражнение на отработку техники и скорости элемента)

Обучающиеся встают друг за другом в линию (если детей много, можно в две линии) через весь зал, выдерживая расстояние между друг другом, выполняют элементы брейкинга или акробатики, которые задает педагог. Если детей много и зал небольшой, можно делать параллельно в две и три линии.

Календарно-учебный график

1 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
1			Понятие брейкинга и его направления. Техника безопасности.	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
2			История создания и развития брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
3			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
4			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
5			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
6			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
7			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
8			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
9			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
10			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
11			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
12			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
13			Упражнения для подготовки	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
14			Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фриззы.	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

			Гоудаунс, фризы.	занятие		наблюдение
50			Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фризы.	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
51			Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фризы.	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
52			Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фризы.	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
53			Основы топрока, футворка. Гоудаунс, фризы.	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
54			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
55			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
56			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
57			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
58			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
59			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
60			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
61			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
62			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
63			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
64			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
65			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
66			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное	2	Журнал посещаемости,

				занятие		наблюдение
67			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
68			Элемент бэкспин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение, оценочный лист
69			Элемент бэли мил	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
70			Элемент бэли мил	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
71			Элемент бэли мил	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
72			Элемент бэли мил	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
73			Элемент бэли мил	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
74			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист
75			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
76			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
77			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
78			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
79			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
80			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
81			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
82			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

83			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
84			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
85			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
86			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
87			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
88			Основы акробатики	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
89			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
90			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
91			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
92			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
93			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
94			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
95			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
96			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Лист самооценки, журнал посещаемости, наблюдение,

						анкета
97			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
98			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
99			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
100			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
101			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
102			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
103			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
104			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
105			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
106			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
107			Самостоятельная отработка элементов брейкинга	Учебное тренировочное занятие	2	Лист самооценки, журнал посещаемости, наблюдение, анкета
108			Тактика батла	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
109			Встаньте дети, встаньте в круг	Учебное тренировочное	2	Наблюдение

				занятие		
110			Рождественский проКач	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
111			Чем богат?	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
112			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
113			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
114			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
115			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
116			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
117			Разноцветное лето - граффити	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
118			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
119			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
120			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
121			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
122			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
123			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
124			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
125			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
126			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

127			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
128			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
129			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
Всего:					258	

Календарно-учебный график 2 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
1			Техника безопасности. Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
2			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
3			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
4			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
5			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
6			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
7			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
8			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
9			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
10			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
11			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
12			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

				занятие		наблюдение
30			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
31			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
32			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
33			Топрок, футворк, фриз - комбо	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
34			Музыкальность, стиль, скорость, оригинальность	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
35			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
36			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
37			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
38			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
39			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
40			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
41			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
42			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
43			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
44			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
45			Элементы свайпс, виндмил, коин дроп, дрилл, взб	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
46			Элементы свайпс,	Учебное	2	Журнал

				занятие		наблюдение
81			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист
82			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист
83			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист
84			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист
85			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
86			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
87			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
88			Акробатика	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
89			Брейкшоу	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
90			Брейкшоу	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
91			Брейкшоу	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
92			Брейкшоу	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
93			Брейкшоу	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
94			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
95			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
96			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
97			Самостоятельная подготовка к	Учебное тренировочное	2	Журнал посещаемости,

			батлам	занятие		наблюдение
98			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
99			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
100			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
101			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
102			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
103			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
104			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
105			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
106			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
107			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
108			Самостоятельная подготовка к батлам	Учебное тренировочное занятие	2	Лист самооценки, журнал посещаемости, наблюдение, анкета
109			Встаньте дети, встаньте в круг	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
110			Рождественский проКач	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
111			Чем богат?	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
112			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
113			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

114			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
115			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
116			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
117			Разноцветное лето - граффити	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
118			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
119			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
120			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
121			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
122			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
123			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
124			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
125			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
126			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
127			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
128			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
129			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
Всего:					258	

Календарно-учебный график

3 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
1			Техника безопасности. Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
2			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
3			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
4			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
5			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
6			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
7			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
8			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
9			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
10			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
11			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
12			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

			сикстин			
52			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
53			Элементы флай, мачмил, эхэдспин, найнти найн и сикстин	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
54			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
55			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
56			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
57			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
58			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
59			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
60			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
61			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
62			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
63			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
64			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
65			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
66			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
67			Халобэк, полубэк, эир чеер, фриз на одной руке	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
68			Халобэк, полубэк,	Учебное	2	наблюдение,

			эир чеер, фриз на одной руке	тренировочное занятие		оценочный лист, отчетное занятие
69			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение,
70			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
71			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
72			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
73			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
74			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
75			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
76			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
77			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Отчетное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение, оценочный лист
78			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

			павэр мува			
79			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
80			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
81			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
82			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
83			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
84			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
85			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
86			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
87			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
88			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фризов и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
89			Совершенствование	Учебное	2	Журнал

			футворка, фриз и павэр мува			
100			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
101			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
102			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
103			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
104			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
105			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
106			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
107			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
108			Совершенствование и отработка элементов топрока, футворка, фриз и павэр мува	Учебное тренировочное занятие	2	Лист самооценки, журнал посещаемости, наблюдение, анкета
109			Встаньте дети, встаньте в круг	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
110			Рождественский	Учебное	2	Наблюдение

			проКач	тренировочное занятие		
111			Чем богат?	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
112			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
113			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
114			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
115			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
116			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
117			Разноцветное лето - граффити	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
118			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
119			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
120			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
121			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
122			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
123			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
124			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
125			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
126			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
127			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное	2	Журнал посещаемости,

				занятие		наблюдение
128			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
129			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
Всего:					258	

Календарно-учебный график 4 год обучения

№ п/п	Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля
1			Техника безопасности. Комбо и связки из элементов павэр-мува	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
2			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
3			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
4			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
5			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
6			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
7			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
8			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
9			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
10			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
11			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
12			Комбо и связки из	Учебное	2	Журнал

47			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
48			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
49			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
50			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
51			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
52			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
53			Комбо и связки из элементов павэр	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
54			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
55			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
56			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
57			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
58			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
59			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
60			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
61			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
62			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
63			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

64			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
65			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
66			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
67			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
68			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение, оценочный лист
69			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение,
70			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
71			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
72			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
73			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
74			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
75			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
76			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
77			Комбо из фризов	Отчетное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение, оценочный лист
78			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
79			Комбо из фризов	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

80			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
81			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
82			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
83			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
84			Комбо из фриз	Учебное тренировочное занятие	2	наблюдение, оценочный лист, отчетное занятие
85			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
86			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
87			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
88			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
89			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
90			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
91			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
92			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
93			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение

107			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
108			Совершенствование и отработка элементов стилей и создание комбо	Учебное тренировочное занятие	2	Лист самооценки, наблюдение, анкета
109			Встаньте дети, встаньте в круг	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
110			Рождественский проКач	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
111			Чем богат?	Учебное тренировочное занятие	2	Наблюдение
112			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
113			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
114			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
115			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
116			Силовой лагерь	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
117			Разноцветное лето - граффити	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
118			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
119			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
120			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
121			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
122			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
123			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное	2	Журнал посещаемости,

				занятие		наблюдение
124			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
125			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
126			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
127			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
128			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
129			Игры, джемы, батлы	Учебное тренировочное занятие	2	Журнал посещаемости, наблюдение
Всего:					258	

Приложение 3

План воспитательных мероприятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы «Брейкинг» на 2026-2027 учебный год

Название мероприятия	Сроки и место	Категория участников	Ответственный
Родительское собрание «Задачи программы Брейкинг»	сентябрь	родители	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Инструктаж «Правила безопасности на тренировках и соревнованиях»	сентябрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Мастер-класс «Старшие младшим»	октябрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Беседа «Спорт и характер»	октябрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Концерт «День Матери»	ноябрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Индивидуальные консультации	ноябрь	родители	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Танцевальный батл и джем «Новогодний».	декабрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Граффити Скетч-батл.	декабрь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Рождественские посиделки	январь	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Родительское собрание по	январь	родители	Бухарова Ж.А.

итогах первого полугодия			Педагог ДО
Спортивные игры: «День защитника Отечества»	февраль	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Мастер-класс «Старшие младшим»	февраль	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Батл «Бони и Клайд» в честь 8 марта	март	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Международный День танца – все на джем!	апрель	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Международный день спорта	апрель	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Индивидуальные консультации	апрель	родители	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Беседа «Что я знаю о войне?»	май	обучающиеся	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Отчетный Батл Би Ап Крю	май	обучающиеся, родители	Бухарова Ж.А. Педагог ДО
Итоговое собрание «Наши успехи и планы»	май	родители	Бухарова Ж.А. Педагог ДО

Приложение 4

КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В БРЕЙКИНГЕ

Топрок – это один из базовых стилей брейкинга, который подразумевает ритмичные движения в такт музыки, состоящие из разнообразных шагов, поворотов, вращений в положении стоя.

Футворк - это передвижения ног вокруг своего тела с опорой на руки, выполняемое из положения «присед».

Гоу даунс - это заходы на футворк или павэр-мув, те элементы, которые помогают танцору спуститься на пол.

Фриз – замирание или остановка танцора в необычной позе. Может использоваться как на протяжении всего танца, так и в конце.

Павэр-мув – силовой стиль брейкинга, который включает в себя крутящиеся элементы или прыжки, требующие физической силы.

Батл – соревнования, как между отдельными танцорами, так и между командами. Существует много систем проведения танцевальных батлов по брейкингу.

Би-бой – танцор брейкинга мужского пола.

Би-герл – танцор брейкинга женского пола.

Никнейм или стритнейм – творческий псевдоним танцора, как более короткая альтернатива реальному имени

Связка или транзишн - представляет собой переход с одного элемента на другой, не теряя ни скорости, ни красоты исполнения.

Комбо (от слова комбинация) – это когда из движений составляется небольшая танцевальная композиция.

Танцевальный Джем (Jam, круг, сайфер) – Танцоры встают в круг, и каждый по очереди выходит в центр этого круга и танцует брейкинг. Используется для практики танцоров. Не является соревнованием.

Рутина – когда два и более танцоров выполняют в процессе танца взаимодействия или танцуют одинаковые движения одновременно.