В 8 классе самое большое количество часов на уроках хореографии выделяется изучению Хип - Хопа. Это модное танцевальное направление, вызывающее огромный интерес у ребят. Дети на занятиях получают новые теоретические и практические знания из мира Хип-Хоп культуры, развивают координацию движения, чувство ритма, физическую подготовку, дыхательную систему.

Предлагаю вам план вводного урока.

**Тема:** «Знакомство с танцевальным стилем Хип-Хоп, как представителем целой Хип–Хоп культуры»

**Цель урока:** Познакомить учащихся с основными этапами развития Хип-Хоп культуры.

**Задачи:** 1. Приобретение учащимися теоретических знаний.

2. Познакомить детей с Хип-Хоп музыкой.

3. Научить слышать ритм танца.

4. Сформировать у детей представление о спортивном и

уличном Хип-Хоп стилях.

5. Заинтересовать учащихся танцевальным

направлением Хип-Хоп.

**Оборудование урока:** Мультимедиа для показа презентации, бумбокс, CD – диски с современной Хип-Хоп музыкой.

**Ход урока:**

**1.** **Поклон.**

**2. Разминка.**

- Повороты головы.

- Разминка плечевой части и рук.

- Координация работы бока и бедра.

- Наклоны в стороны, вперёд и назад.

Растяжка сторон.

- Работа бедра в разных направлениях и ритмах.

- Работа стопы.

- Прыжки разного типа.

**3*.* Введение в историю возникновения и развития**

**Хип-Хоп культуры.** (Использование презентации)

а) *Где и когда родилась Хип-Хоп культура?*

Родилась в 1970-хх годах на улицах Северной

Америки, конкретно в Южном Бронксе (бедный

негритянский квартал).

Слово «Хип – Хоп» придумал диджей Африка Бамбаатаа.

б) *Кто является* о*снователями Хип-Хоп культуры.*

Основателями Хип – Хоп культуры считаются

диджей из Ямайки по прозвищу Кул Херк и диджей

Африка Бамбаатаа. Диджей – это «хозяин» музыкальной

системы, вокруг которой происходила молодёжная жизнь.

в*) Какое влияние на общество оказывала*

*популяризация Хип-Хоп культуры?*

Популяризация Хип-Хопа оказывала

положительное влияние на общество.

* Снизилась агрессивность разборок между уличными группировками. Отрицательная энергия реализовывалась в другой мирной форме.
* Хип-хоп культура представляла политически мотивированную альтернативу преступлениям, насилию.
* Хип-хоп танцевальные сражения требовали от молодёжи и детей **здорового образа жизни.** (Очень большая физическая нагрузка)
* Музыка и танец поистине являются универсальным средством для преодоления барьеров между людьми!
* Мир, любовь, братство, дружба, единство – понятия, связанные с Хип-Хоп культурой.

г) *Главные составляющие Хип-Хоп культуры*

- **РЭП** (речь, накладываемая на музыку)

одни из самых популярных исполнителей рэпа в мире и, в

частности, России.

«50 cent» Тимати



- **Граффити** (рисунок на стене)



- **Хип-Хоп мода** (банданы, напульсники, топы, кепки,

штаны, кофты с капюшоном и т. д.)



- **Брейк-данс**  (танец, исполняемый в перерывах-брейках-

между куплетами ди-джея)

Верхний брейк произошёл от лосанжелесской

пантомимы. Нижний брейк произошёл от американского

акробатического стиля.



- **Street – dance** (R&B, **Hip-Hop**, Raga, Locking и т.д .)

- **Уличные спортивные игры** (Паркур, стритбол, скейтинг)

**4. Спортивный Хип-Хоп.**

Хип-Хоп как танцевальное направление делится на

уличный и спортивный.

**Вопрос к учащимся**: Как вы думаете, чем

отличается уличный Хип-Хоп от спортивного?

* Каждое движение имеет своё название.
* Существуют правила по технике исполнения той или иной фигуры.
* Проводятся конкурсы и Чемпионаты разного уровня

по спортивному Хип - Хопу.

**5**. **Основные фигуры спортивного Хип - Хопа.**

После названия каждого движения нужно

показывать их ритмическое и техническое

исполнение.

(ученикам параллельно даётся задание: они должны

угадать, пользуясь своей интуицией, какие движения

относятся к основным, а какие к трюкам).

* «Основной шаг на месте и с продвижением». Исходное положение - ноги на ширине плеч, руки вытянуты впереди, колени прямые. На счёт «раз» при сгибании коленей, одна нога поднимается наверх, руки выходят в сторону подъёма ноги; на счёт «и» при опускании ноги колени выпрямляются, руки в исходное положение. Можно двигаться вперёд или в стороны. Счёт «раз и два и» (Продвижение происходит при опускании ноги)
* «Синкопированный поворот».

Исходное положение ног - стопы вместе, колени прямые,

руки опущены. В трёх прыжках поворачиваемся вправо

или влево на 180%. Счёт - «раз и два». На счёт «два»

ноги выводим на ширину плеч, колени немного сгибаем,

руки в стороны.

* «Раскладушка» - трюк. Исходное положение ног - стопы вместе, колени прямые, руки опущены. Опускаемся вниз на счёт «раз», упираясь одной рукой в пол, затем выбрасываем на счёт «два» обе ноги в сторону, как «ножницы», на внутреннюю часть стопы, свободная рука вытягивается наверх. Далее на счёт «три», собираемся как на счёт «раз» и на «четыре» исходное положение. Движение делается в разные стороны.
* «Выбивалка». Исходное положение - ноги на ширине плеч, руки опущены, колени прямые. На счёт «раз» при сгибании коленей одна нога, поднимаясь наверх, двигается навстречу противоположной руке, корпус немного наклоняется в сторону опорной ноги, другая рука выводится в сторону. На счёт «и» возврат в исходную позицию. На счёт «2 и» всё повторяем с другой ноги.
* «Пружинящий перескок». Исходное положение ног - стопы вместе, колени прямые, руки опущены. На счёт «раз» одна нога выходит в сторону, прямая, опорная нога сгибается, корпус поворачивается на 90 градусов в сторону опорной ноги, обе руки поднимаются наверх. На счёт «и» » возврат в исходную позицию. На счёт «2 и» всё повторяем с другой ноги. Всё движение выполняется в прыжках
* «Зебра». Исходное положение ног - стопы вместе, колени прямые, руки опущены. На счёт «раз» одна нога поднимается вперёд, прямая, корпус поворачивается на 45 градусов в сторону поднятой ноги, руки двигаются произвольно. На счёт «и» сгибаем поднятую ногу, колено наверх, стопа рядом с коленкой опорной ноги. На «два» выпрямляем ногу уже назад. На «и», меняя ногу, сгибаем поднятую ногу, колено наверх, стопа рядом с коленкой опорной ноги. На счёт «3» выпрямляется уже другая нога. На «и» сгибаем поднятую ногу, колено наверх, стопа рядом с коленкой опорной ноги. На счёт «четыре», поворачиваясь на 180 градусов, принимаем исходное положение. Тоже самое в обратную сторону. На счёт «и» опорная нога всегда сгибается. Всё движение выполняется в прыжках на каждом счёте.

**6. Показательное выступление.**

Можно пригласить любой танцевальный коллектив,

занимающийся направлением Хип – Хоп или показать

видеоматериал с танцевальных конкурсов.



**7. Поклон.**