

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгород

Принята на заседании
педагогического совета
от « 30 » августа 20 17 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« 31 » августа 20 17 г.
Приказ № 471



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа совершенствования
обучения восточному танцу

Направленность: художественная
Возраст учащихся: 13 – 18 лет
Срок реализации: 3 года
Уровень: продвинутый

Автор программы:
Севрюкова Мария Анатольевна
педагог дополнительного образования

г. Белгород, 2017

Лист регистрации образовательной программы

Принята на заседании педагогического совета от « 31 » августа 20 18 г. Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« 31 » августа 20 18 г.
Приказ № 416



Принята на заседании педагогического совета от « 30 » августа 20 19 г. Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« 30 » августа 20 19 г.
Приказ № 422



Принята на заседании педагогического совета от « 31 » августа 20 20 г. Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« 31 » августа 20 20 г.
Приказ № 265



Принята на заседании педагогического совета от « 30 » августа 20 21 г. Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« 30 » августа 20 21 г.
Приказ № 632



Принята на заседании педагогического совета от « ___ » _____ 20 ___ г. Протокол № _____

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« ___ » _____ 20 ___ г.
Приказ № _____

Принята на заседании педагогического совета от « ___ » _____ 20 ___ г. Протокол № _____

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« ___ » _____ 20 ___ г.
Приказ № _____

Принята на заседании педагогического совета от « ___ » _____ 20 ___ г. Протокол № _____

Утверждаю:
Директор МБУДО БДДТ
С.В. Андреев
« ___ » _____ 20 ___ г.
Приказ № _____

Изменения и дополнения к образовательной программе.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности ежегодно рассматривается и корректируется с учетом современных требований к общеобразовательным программам.

Август 2021г.

1. На основании утверждения Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. «Об утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности» для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») внести в Пояснительную записку данной программы дополнение в список нормативно-правовой базы:

- «Об утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности» для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») от 28.01.2021г.

2. Согласно ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации» ст.59 п.3 итоговая аттестация в учреждениях дополнительного образования, реализующих общеобразовательные общеразвивающие программы, не предусмотрена. На основании Локального акта Учреждения «Положение о контроле и аттестации учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода» внести коррективы:

- в Пояснительной записке общеразвивающей программы совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности в разделе «Формы подведения итогов» формулировку «итоговая аттестация» заменить на «промежуточная аттестация». Критерии диагностического оценочного материала итоговой аттестации перенести в критерии промежуточной аттестации второго полугодия последнего года реализации общеразвивающей программы совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности.

Изменения и дополнения рассмотрены на научно-методическом совете, Протокол №1 от 31.08.2021г. Принято решение о внесении изменений в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности.

Председатель НМС



И.С. Молочная

Изменения и дополнения к образовательной программе.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности ежегодно рассматривается и корректируется с учетом современных требований к общеобразовательным программам.

Февраль 2021г.

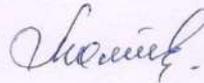
1. На основании Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. с 01.01.2021 года утратило силу постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

В связи с этим в Пояснительную записку данной программы внести изменения в список нормативно-правовой базы:

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20 от 28 сентября 2020г. №28.

Изменения и дополнения рассмотрены на научно-методическом совете, Протокол №7 от 29.01.2021г. Принято решение о внесении изменений в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу художественной направленности.

Председатель НМС



И.С. Молочная

Изменения и дополнения к образовательной программе

Данная общеобразовательная общеразвивающая программа совершенствования обучения восточному танцу ежегодно рассматривается и дополняется с учётом современных требований к общеобразовательным программам.

Сентябрь 2019 год

1. В Пояснительную записку данной программы внесены дополнения в раздел **Формы и режим занятий**.

Данная программа предусматривает к имеющимся формам организации образовательного процесса, формы работы, возможные при дистанционном и/или сетевом обучении.

2. Внесены изменения и дополнения в **Информационное обеспечение программы:**

http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса - «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».

Материал из Википедии <http://ru.wikipedia.org>

<http://psychlib.ru/mgppu/Gojs/GOJS-001.HTM> - электронная библиотека

Горшкова Е.В. «От жеста к танцу». М., «Гном и Д», 2004

http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot

<http://sportschools.ru/>

<http://www.horeograf.com/>

<http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>

CD диск – «Танцуют все», «Hip-Hop», « Rhapsody», «Бальные танцы», «ballet class music», «classical dance lessons», музыка для ритмики, брейк.

DVD – детская хореография разных стран 2 шт., современный эстрадный танец, народный танец – 3 шт., латинские танцы, полька, ансамбль «Батурай», Русский национальный балет «Кострома», курс разминки, цыганский танец, лезгинка постановка Романа Опришко, разминка хип –хоп.

Видео и медиосопровождение (видеопрограммы):

«Потанцуем» (автор Андрей Панфёнов - танцор международного класса);

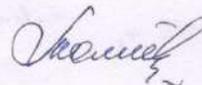
«Аэробика для детей» (автор Павел Самохвалов – старший преподаватель современного танца);

«Секреты Терпсихоры», Танцевальные занятия для детей от 6-10 лет в стиле Афро-Ждаз (автор Ольга Киенко);

«Секреты Терпсихоры», танцевальный фитнес для детей (автор Ольга Киенко).

Изменения и дополнения рассмотрены на научно-методическом совете, Протокол № 1 от 29.08.2019. Принято решение о внесении изменений в общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу.

Председатель НМС



И.С. Молочная

Изменения к образовательной программе

Данная общеобразовательная общеразвивающая программа совершенствования обучения восточному танцу ежегодно рассматривается и корректируется с учётом современных требований к общеобразовательным программам.

Декабрь 2018г.

1. В Пояснительную записку данной программы внесены дополнения и изменения в нормативно-правовую базу:

- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» в связи с тем, что

– Приказ Министерства образования и науки РФ №1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» **отменен и утратил силу.**

2. Возрастные особенности:

Дети 12-13 лет.

Для детей 9-10 лет большее значение начинают приобретать оценки их поступков и со стороны сверстников, появляется потребность выполнять определенную общественную роль. Детей увлекает совместная коллективная деятельность. В этом возрасте учащиеся склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех вызывает эмоциональный подъем.

Дети 13-15 лет.

Проявляют склонность к выполнению самостоятельных заданий и практических работ. Характерно яркое проявление в играх. В познавательной деятельности учащихся начинает интересовать не факты сами по себе, а их сущность, причины их возникновения. В мыслительной деятельности учащихся продолжают занимать большое место образы, представления. Вместе с самостоятельностью мышления развивается и критичность.

В области эмоционально-волевой сферы для учащихся характерны большая страстность, неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость в поведении. При встрече с трудностями возникают сильные отрицательные чувства, которые приводят к тому, что учащийся не доводит до конца начатое дело. В то же время он может быть настойчивым, выдержанным, если деятельность вызывает сильные положительные чувства.

Дети 16-18 лет

Старший школьный возраст — 16-17 лет (ранняя юность). Главное психологическое приобретение ранней юности — это открытие своего внутреннего мира, внутреннее «Я». Главным измерением времени в самосознании является будущее, к которому он (она) себя готовит. Ведущая деятельность в этом возрасте — учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечта и идеалы.

3. **Раздел: Формы и режим занятий**

Согласно Локальному нормативному акту МБУДО БДДТ данная общеобразовательная общеразвивающая программа совершенствования обучения восточному танцу, предусматривает работу с детьми-инвалидами, с детьми с ОВЗ, если данный вид деятельности не противопоказан состоянию здоровья таких детей. Данная программа также предполагает работу с талантливыми детьми.

Предусматривается обучение учащихся по индивидуальному учебному плану в связи с необходимостью полноценной доступной подачи учебного материала как в группах одного возраста, так и в разновозрастных группах, являющихся основным составом детского объединения.

4. **Раздел: Учебный график**

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Календарно-тематическое планирование, расписание занятий
1 год	1 сентября	31 мая	36	72	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе
2 год	1 сентября	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	

3 год	1 сентябрь	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	педагога Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУДО БДТ
-------	------------	--------	----	-----	-----------	---------------------------	--

5. В учебно-тематический план всех годов обучения добавлены **формы контроля и аттестации.**

**Учебно - тематический план I года обучения
I год обучения**

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.	2	2		Вводный контроль Устный Опрос
2	История танца	2	2		Устный опрос
3	Техника арабского танца	14			Практическая работа
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4	Практическая работа
3.2	Эстрадная арабская песня		2	6	Просмотр выученных элементов
4	Музыкально-ритмические упражнения	12			Практическая работа Устный Опрос
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4	Практическая работа
4.2	Работа с элементами Эстрадной арабской песни			6	Практическая работа
4.3	Работа по кругу			2	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	20		20	Практическая работа
5.1	Элементы классического танца.			20	Просмотр выученных элементов Устный Опрос
6	Учебно – тренировочная работа	70			Практическое задание

6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			28	Практическая работа
6.2	Танцевальный минимум			20	Устный Опрос
6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни.			22	Практическое задание
7	Арабские ритмы	10			Устный Опрос
7.2	Ритм «Беладжи», «Халиджи», «Дабка»		6	4	Устный Опрос
8	Актерское мастерство	10			Практическое задание
8.1	Понятие «Этюд»			2	Практическая работа Устный Опрос
8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни.		4	4	Практическая работа Устный Опрос
9	Постановочная работа	30			Практическая работа
9.1	Танец «Эстрадная песня»		2	12	Практическая работа
9.2	Танец «Мазагат»			16	Практическая работа
10	Музыкальные игры	4			Практическая работа Устный Опрос
10.1	Работа волосами			4	Практическая работа
11	Импровизация	20			Практическое задание
11.1	Импровизация под «Межансе»			6	Практическое задание
11.2	Импровизация под фольклорную музыку			6	Практическое задание
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8	Практическое задание
12	Общефизическая подготовка	20			Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»				Практическая работа Устный Опрос
13	Итоговое занятие	2			Устный Опрос Практическое задание
	Всего:	216	20	196	

Учебно-тематический план

2 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во	В том числе		Формы контроля/
			Теория	Практи-	

		часов		ка	аттестации
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.	2	2		Вводный контроль Устный Опрос
2	История танца	2	2		Устный опрос
3	Техника арабского танца	14			Практическая работа
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4	Практическая работа
3.2	Шоу Oriental		2	6	Практическая работа
4	Музыкально-ритмические упражнения	12			Практическая работа Устный Опрос
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4	Практическая работа
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка»			6	Практическая работа
4.3	Работа по кругу			2	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	20		20	Практическая работа
5.1	Элементы классического танца.			20	Практическая работа Устный Опрос
6	Учебно – тренировочная работа	70			Практическое задание
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			28	Практическая работа
6.2	Танцевальный минимум			20	Устный Опрос
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка».			22	Практическое задание
6.4	Работа с тростью			8	Устный Опрос
7	Арабские ритмы	10			
7.1	Ритм «Саиди», «Дабка»		6	4	Устный Опрос
8	Актерское мастерство	10			Практическое задание
8.1	Понятие «Этюд»			2	Практическая работа Устный Опрос
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»		4	4	Практическая работа Устный Опрос

9	Постановочная работа	30			Практическая работа
9.1	Танец «Шоу Oriental»		2	12	Практическая работа
9.2	Танец «Дабка»			16	Практическая работа
10	Музыкальные игры	4			Практическая работа Устный Опрос
10.1	Работа волосами			4	Практическая работа
11	Импровизация	20			Практическое задание
11.1	Импровизация под «Межансе»			6	Практическое задание
11.2	Импровизация под фольклорные стили			6	Практическое задание
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8	Практическое задание
12	Общезначительная подготовка	20			Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»				Практическая работа Устный Опрос
13	Итоговое занятие	2			Устный Опрос Практическое задание
	Всего:	216	20	196	

Учебно-тематический план 3 год обучения

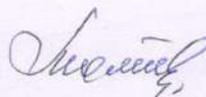
№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности	2	2		Вводный контроль Устный Опрос
2	История танца	2	2		Устный опрос
3	Техника арабского танца	14			Практическая работа
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4	Практическая работа
3.2	Oriental фьюжн		2	6	Практическая работа
4	Музыкально-ритмические	12			Практическая

	упражнения				работа Устный Опрос
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4	Практическая работа
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Морокко»			6	Практическая работа
4.3	Работа по кругу			2	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	20		20	Практическая работа
5.1	Элементы классического танца.			20	Практическая работа Устный Опрос
6	Учебно – тренировочная работа	70			Практическое задание
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			28	Практическая работа
6.2	Танцевальный минимум			20	Устный Опрос
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Морокко».			22	Практическое задание
6.4	Работа с реквизитом			8	Устный Опрос
7	Арабские ритмы	10			
7.1	Ритм «Морокко»		6	4	Устный Опрос
8	Актерское мастерство	10			Практическое задание
8.1	Понятие «Этюд»			2	Практическая работа Устный Опрос
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Морокко»		4	4	Практическая работа Устный Опрос
9	Постановочная работа	30			Практическая работа
9.1	Танец «Oriental фьюжн»		2	12	Практическая работа
9.2	Танец «Морокко»			16	Практическая работа
10	Музыкальные игры	4			Практическая работа Устный Опрос
10.1	Работа волосами			4	Практическая работа
11	Импровизация	20			Практическое задание
11.1	Импровизация под «Межансе»			6	Практическое задание

11.2	Импровизация под фольклорные стили			6	Практическое задание
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8	Практическое задание
12	Общефизическая подготовка	20			Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»				Практическая работа Устный Опрос
13	Итоговое занятие	2			Устный Опрос Практическое задание
	Всего:	216	20	196	

Изменения и дополнения рассмотрены на научно-методическом совете, Протокол № 5 от 12.12.2018г. Принято решение о внесении изменений в общеобразовательную общеразвивающую программу совершенствования обучения восточному танцу.

Председатель НМС



И.С. Молочная

Пояснительная записка

Восточный танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Стремление раскрыть способность детей, научить воспринимать искусство танца, развивать и повышать мастерство, привить вкус и любовь к прекрасному, помочь стать образованными, умеющими тонко чувствовать и сопереживать. Программа разработана специально для перспективных учащихся творческого объединения «Эдем» успешно освоивших дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу художественной направленности по обучению восточному танцу, и реализуется через содержание разделов и тем программ обучения классическим арабским танцем (Oriental, Belly dance), фольклорным стилям восточного танца, а также искусством танца – шоу Belly Dance. Программа предполагает работу с группой детей с целью реализации потребности учащихся высокого уровня в развитии своей индивидуальности и неповторимости танцевального почерка.

При разработке программы учтены методические рекомендации А. Каптюк в 2011 году, И. Черникиной в 2010 году, Н.Гусевой в 2008 году. Учтены все требования по изучению истории, техники и исполнения восточного танца для соревнований различного уровня, использованы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Инструктивно - методическое письмо «О развитии воспитательного компонента в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в 2014-2015 учебном году» (ОГАОУ ДПО БелИРО);
- Инструктивно - методическое письмо «Об основных направлениях воспитания и дополнительного образования в образовательных организациях области в рамках реализации ФГОС на 2015-2016 учебный год» (ОГАОУ ДПО БелИРО);
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода;

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242)
- Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Нормативно-правовой аспект (из письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844)

Новизна программы заключается в том, что процесс обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе совершенствования обучения восточному танцу позволяет углубленно освоить танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental), новые элементы фольклорного стиля «Дабка» и современные тенденции их исполнения.

Содержание программы заключается в комплексном изучении не только конкретно техники восточного танца, а также изучения основ классической хореографии, актерского мастерства, элементов общей физической подготовки детей.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время восточный танец приобрел значительную популярность среди различных возрастных групп, а особенно среди детей. К числу наиболее актуальных проблем относится неправильно сформированное мнение о детском восточном танце. Бытует мнение, что дети не должны танцевать в восточном стиле. Если танец своими корнями уходит далеко от Родины, это не значит, что он не имеет место быть. Существует множество иностранных танцевальных стилей, которые очень популярны в России. Наряду с ними, можно смело поставить восточный танец. Кроме того потребность разработки данной программы обусловлена проявлением повышенного интереса детей и подростков, родителей учащихся творческого объединения «Эдем» к выбору данного вида творческой деятельности, современным социальным заказом на организацию содержательного досуга детей и подростков, а также высокими достижениями учащихся на протяжении предыдущих лет занятий восточным танцем, результатами конкурсов, соревнований. Этим формируется особая образовательная среда и атмосфера заинтересованности всех участников образовательного процесса. Программа совершенствует мастерство и предполагает подготовку учащихся - танцоров высокого уровня и их участие в рейтинговых соревнованиях. Содержание программы соответствует возрастным особенностям учащихся.

Программа направлена на формирование и развитие у учащихся таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности. Развивается также и

познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

В образовательном процессе, предлагаемом программой, главная роль отводится эстетическому воспитанию. Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные умения и навыки. Кроме того, осваивая даже самый элементарный танцевальный материал, ребенок прикладывает немало усилий и терпения, что формирует в нем такие качества, как воля и упорство.

Таким образом, данная общеразвивающая программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством восточного танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, что и определяет художественно-эстетическую направленность дополнительной общеразвивающей программы.

Педагогическая целесообразность определена тем, что она приобщает каждого ребенка к творческой культуре в целом. Учащиеся обогатятся новыми знаниями из истории Древневосточных государств, разовьют творческое мышление и двигательную память, научатся участвовать в соревновательном процессе и соперничать друг другу.

Педагогическая целесообразность подчеркивает важность занятий учащихся данным видом творческой деятельности. Сегодня восточные танцы переживают стремительное развитие. Искусство восточного танца - это средство музыкального, пластического, спортивно-физического, духовного развития личности. Танцевальная мелодия, пластика жеста и движения органичны для природы человека, воспринимаются им и доставляют истинную радость индивидуального творчества. Потребность детей в музыкально-пластических занятиях необходима с раннего возраста, так как психофизический аппарат ребенка не только расположен к такому роду занятиям, но и нуждается в них.

Систематические тренировки в процессе обучения восточному танцу развивают мускулатуру, устраняют некоторые физические недостатки (сутулость, плоскостопие и др.), раскрепощают фигуру, развивают правильную осанку, красивую легкую походку, элегантные манеры. Человека, занимающегося восточными танцами, отличают логически оправданные, целесообразно завершенные грациозные движения, пластика, легкость, собранность. Он всегда подтянут, аккуратен, энергичен, хорошо владеет собой, наделен чувством прекрасного. Танцевальная этика предполагает и естественную культуру общения: простоту, скромность, внимание друг к другу, вежливость, чувство меры, доброжелательность, приветливость, умение считаться с интересами других и ответственность за

свои поступки. Танец способствует формированию положительных черт характера. Занятия восточным танцем являются эффективным средством организации досуга детей и формой отдыха.

Учащиеся творческого объединения «Эдем», имеющие достаточно высокий уровень подготовки, пробуют свои силы в постановочной работе. Они предлагают свои идеи при постановке танцев и сами занимаются постановочной работой, участвуя в различных мероприятиях Дворца, города, области.

Цель: совершенствование танцевальных навыков восточного танца на уровне творчества в процессе самореализации личности воспитанника.

Задачи 1 год обучения:

обучающие:

- обучить навыкам исполнения эстрадной арабской песни;
- ориентировать танцоров на успех, совершенствование исполнительского актерского искусства, пробуждение интереса к профессии;
- учить новым движениям восточного танца в соответствии с требованиями;
- учить ритмично двигаться, в соответствии с характером и темпом музыки;
- обучать правилам спортивных соревнований.

развивающие:

- развивать основы общей и специальной физической подготовки;
- развивать чувство ритма и музыкальность, моторно-двигательную и логическую память;
- развивать рабочий «аппарат» (опорно-двигательную систему) обучающихся;
- развивать художественно-эстетический вкус;

воспитательные:

- воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру;
- формировать коммуникативные навыки;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, эмоциональную отзывчивость на состояние других детей и людей.

Задачи 2-год обучения:

обучающие:

- закрепить практическое освоение технических навыков восточного танца;
- обучить навыкам исполнения шоу Oriental, и фольклорного стиля «Дабка»;
- нарабатывать технику танца;
- продолжить совершенствование теоретической и технической подготовки восточного танца;

развивающие:

- развивать художественно-эстетический вкус;
- развивать творческую инициативу и способности к самовыражению в танце;

воспитательные:

- воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру;
- формировать коммуникативные навыки;

- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, эмоциональную отзывчивость на состояние других детей и людей.

Задачи 3-год обучения:

обучающие:

- обучить навыкам исполнения Oriental фьюжн, фольклорного стиля «Марокко» совершенствовать базовую технику танцев;
- учить выполнять сложные элементы и соединения;
- обучать правилам соревнований;

развивающие:

- развивать умение ориентироваться в пространстве танцевальной площадки;
- развивать противостояние психологическим нагрузкам.

воспитательные:

- формировать умения подбирать костюм, макияж, прическу в соответствии с исполняемой композицией;
- воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что в процессе освоения искусства восточного танца задействованы все группы мышц, что способствует развитию пластики, грации, укреплению общей физической формы, формированию правильной осанки и походки у детей. В программу включен раздел «Учебно-тренировочная работа», которому отводится максимальное количество часов, способствующая закреплению основных элементов арабского танца. На первом, втором годах обучения уделяется внимание музыкальным играм, что позволяет поддерживать интерес учащихся к занятиям. Учащиеся третьего года обучения ближе знакомятся с фольклорными стилями арабского танца.

Программа насыщена репетиционно - постановочной работой, разучиваются новые танцевальные движения, максимально развивается творческий потенциал детей, совершенствуется актерское мастерство учащихся. При этом учебная нагрузка в неделю на одного ребёнка соответствует программным требованиям. Кроме того, детям подробно разъясняется музыкальный размер и построение музыки в каждом танце. И лишь после этого предполагается переход к изучению танцевальных фигур и составлению из них танцевальных вариаций (учебных, конкурсных). Большое внимание уделяется работе над индивидуальностью и имиджем.

Для достижения наивысших результатов в подготовке танцоров кроме общепедагогических принципов используются принципы организации учебно-тренировочного процесса характерные для восточных танцев: 1. Направленность на успешный результат. Максимальное развитие способностей учащихся и реализация их на соревнованиях. 2. Индивидуализация. Учет индивидуальных особенностей каждого танцора при проведении учебно-тренировочных занятий. 3. Цикличность и непрерывность. Повторение и развитие изученных танцев на новом

техническом уровне. Непрерывность образовательного процесса: проведение учебно-тренировочных сборов и семинаров в каникулярное время. 4. Опережающее развитие. 5. Моделирование. Активное моделирование соревновательной деятельности в учебно-тренировочном процессе.

Возраст обучающихся 6-18 лет

Срок обучения: 3 года

Количество учащихся – 10-18 человек.

Формы и режим занятий:

1 год обучения - групповая, 3 раза в неделю по 2 академических часа, всего 216 часов;

2 год обучения - групповая, 3 раза в неделю по 2 академических часа, всего 216 часов.

3 год обучения - групповая, 3 раза в неделю по 2 академических часа, всего 216 часов.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В конце первого года обучения учащиеся должны знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;
- стили фольклорных арабских танцев;
- особенности исполнения арабской Эстрадной песни.
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;

В конце первого года обучения учащиеся должны уметь:

- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в исполнении арабской эстрадной песни
- импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца;
- правильно различать фольклорные стили арабского танца.

В конце второго года обучения учащиеся должны знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;
- понятие «Табла соло» - танец под барабан;
- стили фольклорных арабских танцев;
- Ритмы фольклорных стилей арабского танца
- особенности исполнения шоу Oriental;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;

В конце второго года обучения учащиеся должны уметь:

- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в направлении шоу Oriental, фольклорного стиля «Дабка».
- уметь импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под «Табла соло»;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца;
- правильно владеть тростью, шалью, сагатами.

В конце третьего года обучения учащиеся должны знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;
- понятие «Табла соло» - танец под барабан;
- стили фольклорных арабских танцев;
- Ритмы фольклорных стилей арабского танца;
- особенности исполнения Oriental фьюжн»;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;

В конце третьего года обучения учащиеся должны уметь:

- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в Oriental фьюжн; и фольклорного стиля «Морокко».
- импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца;
- правильно различать фольклорные стили арабского танца.

Сформированы универсальные учебные действия:

Личностные:

- личностные учебные действия выражаются в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию;
- в развитии положительной мотивации учебной деятельности;
- в формировании целеустремленности и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей и жизненного оптимизма.

Регулятивные действия:

- планировать свои действия с творческой задачей и условиями её реализации;
- выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с

хореографическим искусством;

- учить мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;
- способность принимать и сохранять в памяти учебную цель и задачу;
- контролировать и оценивать свои действия и вносить соответствующие коррективы в их выполнение.
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей; адекватно оценивать свои возможности достижения цели;

Познавательные универсальные действия:

- включают приобщение к шедеврам мирового хореографического искусства, профессиональному музыкальному творчеству;
- способствуют формированию целостной художественной культуры, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе;
- развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социальное развитие учащегося, позволяют осуществлять самостоятельный поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий.

Коммуникативные учебные действия:

- формируют умение слушать и исполнять танцевальные композиции, способность встать на позицию другого человека, вести диалог;
- участвовать в обсуждении, значимых проблем жизни и продуктивно сотрудничать с учащимися детского объединения и педагогами;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию;
- инициативное сотрудничество (ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения);
- предлагать помощь и сотрудничество;
- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Формы подведения итогов.

Важнейшим элементом процесса обучения является контроль успеваемости учащегося, который должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются разные виды контроля:

- **контроль педагога** – по форме может быть фронтальным, групповым, парным, индивидуальным;
- **взаимоконтроль учащихся** – применяется при проведении практических, творческих и итоговых занятий;
- **самоконтроль** – применяется регулярно на учебных занятиях и в творческой деятельности. От осознания учащимся своих способностей зависит и его самоконтроль (самооценка), на основании которого возможен прогноз достижения высоких результатов.

Педагог детского объединения определяет не только конечную цель, но и отслеживает промежуточные результаты, благодаря которым он своевременно выявляет и предупреждает возможные отклонения от прогнозируемого результата.

Система отслеживания результатов образовательной деятельности включает в себя:

- **вводный контроль** – это предварительное выявление уровня подготовленности к выбранному виду деятельности. Вводный контроль проводится в начале учебного года при наборе в детское объединение согласно разработанным диагностическим материалам (Приложение);

- **текущий контроль** осуществляется педагогом на каждом занятии, результаты оцениваются педагогом при помощи вербального метода;

- **предварительный контроль** проводится в начале учебного года, начиная со 2 года обучения, с целью проверки качества сохранности знаний, умений, навыков, полученных на предыдущем году обучения (Приложение).

В систему отслеживания результатов в обязательном порядке входит аттестация учащихся:

- **промежуточная аттестация** осуществляется в процессе усвоения учебного материала за полугодие, по завершении основных разделов учебно-тематического плана. Промежуточная аттестация проводится два раза в год: декабрь и май согласно диагностическим материалам (Приложение);

Промежуточная аттестация может проводиться в форме контрольного занятия, результатов участия в турнирах и оценивается по трем уровням: высокий, средний, низкий;

- **итоговая аттестация** осуществляется в конце последнего года обучения для проверки знаний, умений и навыков. В соответствии с результатами итогового контроля определяется, насколько достигнуты результаты программы каждым учащимся, полнота выполнения программы: высокий, средний, низкий уровень. Формы итогового контроля могут варьироваться и включать в себя контрольное занятие, результаты участия в турнирах отчетный концерт.

Качество знаний определяется сформированными у учащихся *знаниями, умениями и навыками*. Качество знаний (конструктивный, репродуктивный, творческий уровень) отражается в карте сформированности качеств знаний учащихся. (Приложение)

МБУДО БДЦ

Учебный план

№	Разделы программы	1 год	2 год	3 год
		1	Введение	2
2	История танца	2	2	2
3	Техника арабского танца	14	14	14
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	12	12
5	Основы классической хореографии	20	20	20
6	Учебно – тренировочная работа	70	70	70
7	Арабские ритмы	10	10	10
8	Актерское мастерство	10	10	10
9	Постановочная работа	30	30	30
10	Музыкальные игры	4	4	4
11	Импровизация	20	20	20
12	Общесфизическая подготовка	20	20	20
13	Итоговое занятие	2	2	2
Всего:		216ч	216ч	216ч

Учебно-тематический план

1 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Введение в образовательную программу	2	2	
2	История танца	2	2	
3	Техника арабского танца	14		
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4
3.2	Эстрадная арабская песня		2	6
4	Музыкально-ритмические упражнения	12		
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4
4.2	Работа с элементами Эстрадной арабской песни			6
4.3	Работа по кругу			2
5	Основы классической хореографии	20		20
5.1	Элементы классического танца.			20
6	Учебно – тренировочная работа	70		
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			28
6.2	Танцевальный минимум			20
6.3	Танцевальные комбинации Эстрадной арабской песни.			22
7	Арабские ритмы	10		
7.2	Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка»		6	4
8	Актерское мастерство	10		
8.1	Понятие «Этюд»			2

8.2	Манера исполнения эстрадной арабской песни.		4	4
9	Постановочная работа	30		
9.1	Танец «Эстрадная песня»		2	12
9.2	Танец «Мазагат»			16
10	Музыкальные игры	4		
10.1	Работа волосами			4
11	Импровизация	20		
11.1	Импровизация под «Межансе»			6
11.2	Импровизация под фольклорную музыку			6
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8
12	Общефизическая подготовка	20		
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»			
13	Итоговое занятие	2		
	Всего:	216	20	196

Содержание изучаемого курса первого года обучения

Раздел 1. Введение в общеобразовательную программу.

Теория: Программа обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности, ПДД.

Раздел 2. История танца.

Теория: Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения фольклорных стилей арабского танца, отличительные черты костюма для исполнения этих стилей.

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental)

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов.

Практика: Разучивание сложных элементов:

1. Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми»
2. Неправильная восьмерка тазом с «шимми»
3. Маятники с «шимми»
4. Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах
5. «Сложная бочка»

6. Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской.

3.2 Эстрадная арабская песня.

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения эстрадной арабской песни. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для Эстрадной арабской песни. Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: .Верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми». Неправильная восьмерка тазом с «шимми». Маятники с «шимми». Ливанская тряска, на пятках, на полупальцах. «Сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской.

4.2 Работа с элементами эстрадной арабской песни.

Практика: Отработка элементов, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей: Характерная работа рук.

4.3 Работа по кругу

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Практика: Разучивание и отработка элементов классического танца, для развития и совершенствования навыков хореографии у учащихся.

- Деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции.
- Батман тандю из 1 позиции крестом.
- Батман тандю жете из 1 позиции крестом.
- Рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади).
- Батман релеве лян на 45 градусов - Батман фраппе - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум

Практика: Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки, удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка», «косточки».

6.3 Танцевальные комбинации эстрадной арабской песни.

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов эстрадной арабской песни. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритм «Белади», «Халиджи», «Дабка».

Теория:

BALADI / BELADI / BELEDI / БАЛЛАДИ / БЕЛИДИ

4/4

1 -+- 2-+- 3-+- 4-+- |

D-D-__T-D-__T-__|

Ритм Халиджи похож на Мальфуг, но играется более медленно с Думом посередине. Этот ритм можно играть вместе с Карачи, создавая полиритмию, редкую для восточной музыки.

1----+----2----+----

D-----D-----T---:

D---k-D---k-T-k-:

D-k-k-D-k-k-D-k-:

D-k-k-D-k-k-T-k-:

D---k-D---k-B-k-:

D-k-k-D-k-k-B---:

D-k-k-D---k-B---:

ДАБКА 4/4

Фольклорный ритм, часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. "Дабке"- арабский женский или мужской танец, танцуется в линии по 20-25 человек синхронно.

Читается он как: TD-TkT-D-TkT-Tk-

Практика: Работа с ритмом «Белади»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций.

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения эстрадной арабской песни.

Теория: Сценическое или драматическое исполнение популярной или современной лирической арабской эстрадной песни. -Костюм должен соответствовать данному стилю, т.е. не желательно использовать костюмы фольклорных стилей

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения эстрадной арабской песни.

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Эстрадная песня»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Эстрадная песня». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Классика». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Мазагат»

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций танца «Мазагат» Разучивание и отработка всех частей танца. Индивидуальное исполнение танца.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10. 1 Работа волосами

Практика: Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: восьмерки, сложные восьмерки, круги, перебросы, подкрутки.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе»

Практика: Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под фольклорную музыку.

Практика: Манера исполнения импровизации под фольклорную музыку. Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло»

Практика: Понятие «Табла соло» - танец, когда звучит один музыкальный инструмент – арабский барабан (Дарбука). Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: « Прогибы- Мостики».

Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «Бочки-Лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения общеобразовательной программы.

Учебно-тематический план

2 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Введение в образовательную программу	2	2	
2	История танца	2	2	
3	Техника арабского танца	14		
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4
3.2	Шоу Oriental		2	6
4	Музыкально-ритмические упражнения	12		
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка»			6
4.3	Работа по кругу			2
5	Основы классической хореографии	20		20
5.1	Элементы классического танца.			20
6	Учебно – тренировочная работа	70		
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			20
6.2	Танцевальный минимум			20
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»			22
6.4	Работа с тростью			8
7	Арабские ритмы	10		

7.1	Ритм «Саиди», «Дабка»		6	4
8	Актерское мастерство	10		
8.1	Понятие «Этюд»			2
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»		4	4
9	Постановочная работа	30		
9.1	Танец «Шоу Oriental»		2	12
9.2	Танец «Дабка»			16
10	Музыкальные игры	4		
10.1	Работа волосами			4
11	Импровизация	20		
11.1	Импровизация под «Межансе»			6
11.2	Импровизация под фольклорные стили			6
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8
12	Общепфизическая подготовка	20		
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»			
13	Итоговое занятие	2		
	Всего:	216	20	196

Содержание изучаемого курса второго года обучения

Раздел 1. Введение в общеобразовательную программу.

Теория: Программа обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности, ПДД.

Раздел 2. История танца.

Теория: Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения шоу Oriental. отличительные черты костюма для исполнения.

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental)

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов. Работа над мягкостью рук при исполнении элементов арабского танца.

Практика: Разучивание сложных элементов:

1. Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками
2. Бочка с тряской «шимми»

3. Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер»

4. Шаг накрест на тряске «шимми»

5. Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой.

6. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской.

3.2 Шоу Oriental.

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения шоу Oriental. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для шоу Oriental: Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками. Бочка с тряской «шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер». Шаг накрест на тряске «шимми». Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской.

4.2 Работа с элементами фольклорного стиля «Дабка».

Практика: Отработка элементов фольклорного стиля «Дабка», работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Основные шаги «Дабка»: Характерная работа рук.

4.3 Работа по кругу

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Теория: Беседа о пользе гимнастических упражнений, новых ощущениях от упражнений, о технике безопасности при их выполнении (дисциплина на занятии), правильном дыхании.

Практика: Упражнения на середине зала, исходное положение, стоя в 6 позиции ног (повороты и наклоны головы, вращение плечевыми суставами и руками, подъем и опускание рук, наклон корпуса вперед и в сторону с различной амплитудой).

Упражнения из положения, сидя на полу для стоп, для развития выворотности («лягушка», полушпагат), растяжка задней поверхности бедра и спины («складка», наклоны к ногам в различных положениях. Перекаты.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум

Практика: Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «шимми» и «бисер». Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе.

6.3 Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Дабка»

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

6.4. Работа с тростью.

Практика: Основные принципы работы с тростью. Правильное положение трости в руке. Разучивание и отработка основных приемов работы с тростью: вращение трости, балансирование тростью на голове, груди, бедре, удары тростью. Одновременная работа тростью с выполнением танцевальных элементов.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритмы «Саиди», «Дабка»

Теория: Ритм «Саиди» земной, тяжёлый, читается как D – t DD – t. Все движения акцентированы вниз, ими подчёркивается земное притяжение. На «дум» выполняются хлопки руками, «ключи», «бочки», возвратный шаг с «пружинкой», прыжки с ноги на ногу.

Ритм «Дабка», часто используемый в Ливане, Сирии и Ираке. "Дабке"- арабский женский или мужской танец, танцуется в линии по 20-25 человек синхронно. Читается он как: TD-TkT-D-TkT-Tk-

Практика: Работа с ритмом «Саиди», «Дабка»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций, как с тростью, так и без.

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения фольклорного стиля «Дабка»

Теория: «Дабка» - это земной и теплый танец. На первый взгляд манера исполнения тяжеловата, но это потому, что фокус действия – в нижней части тела.

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Дабка».

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Шоу Oriental»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Шоу Oriental». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Шоу Oriental». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Дабка»

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Дабка» Разучивание и отработка всех частей танца «Дабка». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Работа волосами

Практика: Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: подкручивание волос в партере, чистое исполнение прогибов с использованием работы волос.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе»

Практика: Понятие «Межансе». Разбор классической арабской музыки. Работа над основными проходками для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под фольклорные арабские стили.

Практика: Манера исполнения импровизации под музыку «шааби», «халиджи», «дабка», «саиди». Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло»

Практика: Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло» Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения общеобразовательной программы.

Учебно-тематический план

3 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Введение в образовательную программу	2	2	
2	История танца	2	2	
3	Техника арабского танца	14		
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)		2	4
3.2	Oriental фьюжн		2	6
4	Музыкально-ритмические упражнения	12		
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)			4
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Морокко»			6
4.3	Работа по кругу			2
5	Основы классической хореографии	20		20
5.1	Элементы классического танца.			20
6	Учебно – тренировочная работа	70		
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)			20
6.2	Танцевальный минимум			20
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Морокко»			22
6.4	Работа с реквизитом			8
7	Арабские ритмы	10		
7.2	Ритм «Морокко»		6	4
8	Актерское мастерство	10		
8.1	Понятие «Этюд»			2

8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Морокко»		4	4
9	Постановочная работа	30		
9.1	Танец «Oriental фьюжн»		2	12
9.2	Танец «Морокко»			16
10	Музыкальные игры	4		
10.1	Работа волосами			4
11	Импровизация	20		
11.1	Импровизация под «Межансе»			6
11.2	Импровизация под фольклорные стили.			6
11.3	Импровизация под «Табла соло»			8
12	Общефизическая подготовка	20		
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»			
13	Итоговое занятие	2		
	Всего:	216	20	196

Содержание изучаемого курса третьего года обучения

Раздел 1. Введение в общеобразовательную программу.

Теория: Программа обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности, ПДД.

Раздел 2. История танца.

Теория: Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения фольклорного арабского танца «Халиджи», отличительные черты костюма для исполнения стиля «Халиджи»

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental)

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов. Работа над мягкостью рук при исполнении элементов арабского танца.

Практика: Разучивание сложных элементов:

1. Восьмерки бедрами на 3 счета с тряской
2. Выполнение элемента «Спираль»

3. Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер» по восьмеркам.

4. Шаг накрест на тряске «бисер»

5. Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой.

6. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской.

3.2 Oriental фьюжн

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения Oriental фьюжн. Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для исполнения Oriental фьюжн. Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками. Бочка с тряской «шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер». Шаг накрест на тряске «шимми».

4.2 Работа с Oriental фьюжн.

Практика: Отработка элементов при исполнении Oriental фьюжн, работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей.

4.3 Работа по кругу

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Теория: Беседа о пользе гимнастических упражнений, новых ощущениях от упражнений, о технике безопасности при их выполнении (дисциплина на занятии), правильном дыхании.

Практика: Упражнения на середине зала, исходное положение, стоя в 6 позиции ног (повороты и наклоны головы, вращение плечевыми суставами и руками, подъем и опускание рук, наклон корпуса вперед и в сторону с различной амплитудой).

Упражнения из положения, сидя на полу для стоп, для развития выворотности («лягушка», полушпагат), растяжка задней поверхности бедра и спины («складка», наклоны к ногам в различных положениях. Перекаты.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум

Практика: Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «шимми» и «бисер». Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе.

6.3 Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Морокко»

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

6.4. Работа с реквизитом.

Практика: Основные принципы работы с реквизитом.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритм «Морокко»

Теория: Ритм СУМАИ : 6/7 - часто может встретиться в Морокканской музыке. Это 6-битовый ритм , особенно распространен в странах Иран и Марокко. Читается он как: D-T-kTD-T - D - D

Практика: Работа с ритмом «Сумаи»: отстукивание, прослушивание.

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения фольклорного стиля «Морокко»

Теория: На сегодняшний день в нашей стране стал самым известным марокканским стилем шикхат (Shikhat). Это традиционный свадебный танец, который исполняется старшими женщинами для невесты. Все действие происходит только в женском кругу.

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Морокко»

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Oriental фьюжн»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Oriental фьюжн». Работа над хореографическим рисунком танца.

Разучивание отработка всех частей танца «Oriental фьюжн». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Морокко»

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Морокко». Разучивание и отработка всех частей танца «Морокко». Индивидуальное исполнение танца.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Работа волосами

Практика: Работа волосами - это одно из самых загадочных движений в танце. Важно внимательно слушать музыку и на сильную долю слегка запрокидывать голову назад, а потом возвращать в исходное положение. Таким образом, получится эффект, как будто направляете подбородок вверх движением кисти. Кроме того, головой можно скользить из стороны в сторону, а также по кругу.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе»

Практика: Понятие «Межансе». Разбор классической арабской музыки. Работа над основными проходками для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под фольклорные стили.

Практика: Манера исполнения импровизации под фольклорные арабские стили. Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло»

Практика: Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло» Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Поперечный шпагат. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие для родителей. Подведение итогов усвоения общеобразовательной программы.

Методическое обеспечение

Восточный танец – это ритмические движения тела или частей тела, которые исполняются в определённой технике под музыку с целью выражения эмоций и служат средством передачи индивидуального характера.

Основные компоненты эстетической структуры восточного танца:

1. *Пластика.* В системе средств выразительности восточного танца первостепенную роль играет музыкально-пластический образ, воплощающий соединение духовного потенциала танцора и его телесной выразительности, обеспечивая, таким образом, становление одухотворённого мастерства.

Восточный танец относится к наиболее тонким пластическим формам танцевального искусства. Здесь способность танцевального движения к естественной, а не к иллюзорной выразительности должна вызывать живую ассоциацию у зрителей, каждый из которых способен, в той или иной степени спроецировать себя на паркете. Именно поэтому из этих двух составляющих выразительную силу тела обуславливает не столько двигательная, сколько его пластическая природа.

2. *Музыкальность.* Музыка является той составляющей танцевального искусства, которая позволяет наполнить его конкретным художественно-образным смыслом и определяется способностью танцора в соответствии со своими индивидуальными особенностями раскрыть заложенную в ней идею-настроение.

3. *Естественность.* Органичность в каждом движении танца и общем поведении на паркете – это требование к танцорам занимает особое место среди выше означенных компонентов, представляя универсальное требование к манере исполнения программы выступления.

Все эти характеристики взаимосвязаны и являются неразрывными компонентами, формирующими художественный образ танцора и коллектива.

Программа основывается на следующих *принципах*:

- *развивающий и воспитывающий характер обучения;*
- *системность и последовательность* в практическом овладении основами танцевального мастерства (разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся);
- *доступность*, (перед учащимся должны ставиться посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям, при этом, однако необходимо приучать учеников к преодолению трудностей);
- *наглядность* (использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы,

словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные и т.д.);

- *сознательность и активность* (воспитание осмысленного овладения техникой восточного танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач);
- *учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.*
- *здоровьесберегающего характера обучения;*
- *рациональное сочетание различных видов детской деятельности;*
- *обеспечение психологического комфорта;*
- *уважение личности танцора;*
- *сотрудничество между детьми, педагогами и родителями.*

Методы и формы работы

На занятиях используются следующие методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

- репродуктивный;
- словесный;
- наглядный;
- практический;
- стимулирование учебной деятельности;
- самостоятельной работы;
- контроль.

Словесный метод:

- рассказ (об известных исполнителях, музыке, танцевальных образах, т.д.);
- описание (перечисление и раскрытие признаков, характерных для того или иного движения);
- объяснение (изложение учебного материала, движения, которое будет исполняться);
- беседа (диалогическая форма изложения и освоения учебного материала).

Наглядно-демонстрационный метод:

- показ видеофильмов (записи конкурсов, концертных номеров),
- демонстрация альбомов, иллюстраций и др.

Объяснительно- иллюстративный:

- показ танцевальных движений с объяснениями и комментариями.
- семинары-практикумы с приглашением ведущих танцоров России и международного уровня.

Практический:

- упражнения – многократное повторение движений с целью формирования, отработки и совершенствования танцевальных умений и навыков.

Проблемно–поисковый:

- совместный с детьми поиск новых связок, танцевальных движений для создания более яркого танцевального образа.

Совершенствование танцевальных движений происходит путем практического показа и словесных объяснений. Так как двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней жизни человека: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д., то любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время.

Процесс усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей учащихся. В процессе обучения полученные ранее знания, умения расширяются и закрепляются на каждом этапе обучения.

Общий характер музыки – дети учатся слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике, музыкально-танцевальных импровизациях.

Темп – выполняются движения в различных темпах (подскоки, галоп, разные виды бега). Выбатывается умение не только сохранять заданный темп, но и ускорять и замедлять его вместе с музыкой, а также сохранять заданный темп после временного прекращения музыки.

Динамические оттенки – выполняются движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения.

Структура учебного занятия

Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация учащихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата).

Основные средства: музыкально-ритмические упражнения, элементы хореографии. Подбор упражнений предусматривает последовательное воздействие на голеностопные, коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на совершенствование ранее разученных фигур, композиций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Заключительная часть позволяет снизить нагрузку, снять утомление, повысить эмоциональный тонус или снять чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи следующего занятия. При этом педагог стремится к тому, чтобы итоговое суждение было сформулировано самими детьми, побуждает их к эмоциональной оценке занятия. В заключение дается оценка деятельности группы в целом и отдельных детей.

На занятиях отводится время для теоретической подготовки.

Типы занятий: вводное, изучение и первичное закрепление новых знаний, повторение и закрепление знаний и способов действия, обобщение и систематизация знаний, способов деятельности, проверка и оценка знаний и способов деятельности.

Ход занятия направлен на создание условий для активного участия всех учащихся в решении учебных задач; совмещения деятельности, протекающей при непосредственном участии педагога, с самостоятельной деятельностью учащихся.

Самостоятельная деятельность танцоров организуется на занятиях в целях закрепления знаний, отработки навыков и умений.

С целью сохранения здоровья танцоров и снятия эмоционального напряжения проводятся релаксирующие упражнения.

В ходе обучения используются следующие формы организации учебно-воспитательного процесса: *групповая, индивидуальная.*

Групповая – обучение ведется со всей группой.

Индивидуальная (работа с солистами) – предусмотрена для формирования индивидуального почерка каждого танцора и подготовки к концертным выступлениям и соревнованиям.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо иметь:

1. технические средства:

- просторный, хорошо отапливаемый зал со станками и зеркалами;
- специальное напольное покрытие, позволяющее воспитанникам свободно двигаться в танцевальной обуви;
- технические средства обучения: магнитофон с компакт-дисками, USB-выходом, фонограммы, видеоманитофон, видеотеку, ноутбук с доступом к сети Интернет;
- раздевалки, туалеты;

2. форма для занятий:

- танцевальная обувь;
- репетиционные костюмы.

Программа предполагает применение здоровьесберегающих технологий и соблюдение санитарно-эпидемиологических требований:

- соблюдение санитарно-эпидемиологических требований к помещению (проветривание помещения, влажная уборка, освещение, соответствие половому покрытию нормам и др.);
- проведение занятий по расписанию согласно возрастным особенностям детей;
- строить продуктивнее организацию занятий. Каждая степень изучения имеет свои специфические черты, свои сложности. Педагогу необходимо выстроить занятие с учетом возрастных особенностей учащихся, продуманно чередовать и распределять физическую нагрузку на определенную группу мышц и связок, сочетать силовые и танцевальные движения. Тренировочные занятия, и особенно выполнение танца, дают значительную спортивно-физическую нагрузку. С целью сохранения здоровья детей и снятия

эмоционального напряжения необходимо проводить релаксирующие упражнения.

Применяются следующие здоровьесберегающие технологии:

- **Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса** (*обстановка и гигиенические условия в кабинете; психологический климат на занятии; эмоциональные разрядки на занятии; наличие, место, содержание и продолжительность на занятии моментов оздоровления - физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек*)

- **Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности учащихся** (*правильная организация занятия; использование каналов восприятия; учет зоны работоспособности учащихся; распределение интенсивности умственной деятельности*)

- **Психолого-педагогические технологии** (*снятие эмоционального напряжения; охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни; витаминизация и аромотерапия; технологии музыкального воздействия; арттерапия - коррекция через творчество; комфортное начало и окончание занятия*)

На занятиях восточными танцами, учащиеся получают не только физическую нагрузку, но и обогащаются духовно и нравственно, получают эстетическое наслаждение и большой заряд положительных эмоций. Занятие восточным танцем формирует правильную осанку, тренирует мышечную силу, дает организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Происходит развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки, стопы; музыкально-двигательной памяти. Идет укрепление суставно-двигательного связочного аппарата, развитие природных физических данных, коррекция опорно-двигательного аппарата.

Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а педагогу эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

Список используемой литературы:

1. Абдуллина С.В., Здоровьесбережение в школе: опыт совершенствования учебно-воспитательного процесса / С.В. Абдуллина, А.Т. Тутатчиков // Вестн. Ин-та развития образования и воспитания подрастающего поколения при Челяб. гос. пед. ун-те. сб. № 16. 2003. С.123 -127.
2. Абдулина О.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования. М.: ГИИС, 2007. 300 с.
3. Айзман Р.И. Здоровье школьника и психолого-педагогические проблемы его коррекции. Новосибирск: Новосибир. гос. пед. ун-т, 2001. 15с.
4. Бабанский Ю.К. Интенсификация процесса обучения. М.: ИОВ, 2007. 344 с.
5. Базарова Н. Классический танец. М., Искусство, 2006. 282 с.
6. Бодалев А.А. О психологических основах воспитания личности. Вопросы психологии. М.: Астра, 2008. 434 с.
7. Брон Л. Самоучитель восточных танцев. Танец. М.: Феникс, 2010. 231 с.
8. Васильев А.М. Египет и египтяне. М.: Классика плюс 2008, 543 с.
9. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. М.: Просвещение, 2007. 322 с.
10. Красовская В.М, "О классическом танце"// Азбука классического танца: сб. ст.: Москва.: Изд-во Мир, 2010. С. 200-202
11. Кузьмина Н.В. Способности, одаренность, талант учителя. М.: Астрель, 2009. 345 с.
12. Мэтин Эд. История Турецкого танца с иллюстрациями: от архаического танца к крутящимся дервишам, от беллиденса к балету. М.: Анкара, 2007. 445 с.
13. Сеницына И.Е. В мире обычая. М.: Восточная литература. 2009. 125 с.
14. Валянский С.И., Калюжный Д. В. Путь на восток или без вести пропавшие во времени. М.: Крафт-Лен; АСТ: 2008. 314 с.

Список литературы для детей:

1. Коптюк. А. К. Учебно-методическое пособие «Танец живота». Изд-во Владпресс, 2011. 150 с.
2. Черникина И. Б. Учебно-методическое пособие «Техника выполнения арабского танца ». Изд-во АСТ Москва, 2010. 163 с.
3. Гусева Н. А. Учебно-методическое пособие «Belly Dance для детей ». Изд-во Харвест, 2008. 180 с.

МБУДО БДД

Мониторинг усвоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы совершенствования обучения восточному танцу

возраст учащихся – 6-18 лет

срок реализации – 3 года

Уровень усвоения учащимися образовательной программы:

- выше 80% - высокий уровень;
- от 60%-до 80% - средний уровень;
- ниже 40% - низкий уровень.

Диагностика результатов и контроль реализации образовательной программы:

- комплексы контрольных заданий и упражнений;
- опрос-беседы по терминологии курса;
- проведение открытых занятий и мастер-классов;
- участие в разработке и реализации социально-значимых проектах;
- проведение отчётного концерта;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня.

Результаты оцениваются по единой десятибалльной системе:

- 1 б. – отсутствие знаний и умений по данной теме;
- 2-3 б. – практическое задание не выполнено;
- 4-5 б. – допущено много ошибок при выполнении практического задания;
- 6 б. – с некоторыми практическими заданиями не справился;
- 7 б. – практическое задание выполнил, но несколько раз обращался за помощью к педагогу;
- 8 б. – практическое задание выполнил, есть маленький недочёт;
- 9 б. – выполнил всё задание без ошибок;
- 10 б. – выполнил всё задание без ошибок, проявил творческий подход к заданию.

Вывод: показателями результативности:

- успешное освоение воспитанниками образовательной программы;
- увлечённое отношение воспитанников к избранной деятельности;
- активное участие в концертных программах, достижения воспитанников студии на различных конкурсах и фестивалях детского творчества;
- личный профессиональный рост.

Вводный контроль
первый год обучения
детское объединение «Студия восточного танца «Эдем»»
(оценивается от 0 до 10 баллов)

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Постановочная работа	Артистизм	Партерная гимнастика	Комплексы ОФП	Итого

Педагог __Севрюкова М.А. __

Промежуточная аттестация
второй год обучения
детского объединения «Студия восточного танца «Эдем»»
(оценивается от 0 до 10 баллов)

№ п/п	Ф.О. учащегося	Комплекс ОФП	Классический экзерсис	Партерная гимнастика	Предметная подготовка	Импровизация	Концертная деятельность	Итог

Педагог_Севрюкова М.А_

Предварительный контроль
 третий год обучения
 детского объединения «Студия восточного танца «Эдем»»
 (оценивается от 0 до 10 баллов)

№ п/п	Ф.О. учащегося	Теоретические знания	Элементы классического экзерсиса	Предметная подготовка	Сольное выступление	Актерское мастерство	Постановочная работа	Участие в концертной деятельности, в конкурсах	Итог

Педагог_Севрюкова М.А. ____

Промежуточная аттестация
 третий год обучения
 детского объединения «Студия восточного танца «Эдем»»
 (оценивается от 0 до 10 баллов)

№ п/п	Ф.О. учащегося	Теоретические знания	Элементы классического экзерсиса	Предметная подготовка	Актерское мастерство	Постановочная работа	Участие уча-ся в концертной деятельности, в конкурсах	Итог

Педагог_Севрюкова М.А_____

Система критериев оценки сформированности качеств знаний учащихся

Уровни	Шкала оценок	К р и т е р и и		
		<i>Образовательный аспект</i>	<i>Воспитательный аспект</i>	<i>Развивающий аспект</i>
		Показатели		
Творческий	5 - 6	<p>Владеет программным содержанием материала: знает терминологию и умело пользуется терминами; знает особенности народных движений, характерные особенности положения рук в сольном, групповом танце, разбирается в схематических рисунках танца. Самостоятельно, четко, точно, грамотно выполняет комплексы упражнений для рук и для ног, танцевальные шаги, умеет распределять физические нагрузки. Гибок и пластичен. Свободно ориентируется в пространстве, эмоционально передает образы, импровизирует на заданную тему; грамотно выполняет движения в соответствии с музыкой, четко следует композиционному построению хореографической постановки. Движения уверенные, осанка подтянутая. Высокая результативность на муниципальном, региональном и международном уровнях.</p>	<p>Развита самостоятельность, умение дать адекватную оценку своей деятельности и деятельности своих товарищей. Сформировано осознание социальной значимости полученных знаний. Ярко выражена социальная активность, желание участвовать в жизни Дворца, города. Активно участвует в концертной деятельности. Высокий мотивационный уровень к собственной результативности и результативности коллектива.</p>	<p>Преобладает творческое мышление (быстро ориентируется в новой ситуации, легко применяет полученные знания на практике, вносит свои коррективы). Проявляет высокие свойства внимания Преобладает логическая память Сформированы умения организовывать свою деятельность, совершенствовать мастерство. Сформированы умения и навыки самообразовательной деятельности. Наблюдается стремление к творческой самореализации через самопознание и самооценку.</p>

Конструктивный	3 - 4 Владеет программным материалом, но недостаточно отработаны основные умения и навыки: частично допускает неточности при исполнении некоторых движений; не всегда эмоционально передает образы, не всегда уверенно ориентируется в пространстве, выполняет элементарные движения в соответствии с музыкой, не всегда следует композиционному построению. Владеет навыками культуры движения. Выполняет комплексы упражнений для рук и для ног, танцевальные шаги с незначительными ошибками, старается правильно распределять физические нагрузки. Недостаточно сформированы умения самостоятельно применять полученные знания в практической деятельности. Активное участие в концертной деятельности.	Достаточно полное понимание социальной значимости получаемых знаний. Устойчивый интерес к содержанию и эпизодический интерес к процессу деятельности. Достаточно сформирована самостоятельность, но умение дать адекватную оценку своей деятельности и деятельности своих товарищей сформировано в недостаточной степени. Ситуативно-позитивное отношение к ценностям окружающей действительности..	При осуществлении действий нуждается в некоторой помощи педагога (подсказки, напоминания). Проявляет в неполной мере свойства внимания при выполнении заданий педагога. Способность организовывать свою деятельность, совершенствовать приобретённые умения и навыки в целом сформирована, но не всегда проявляется.. Мотивация на самообразовательную деятельность развита недостаточно.
-----------------------	---	---	--

Репродуктивный	0 - 2	<p>Программным материалом владеет в недостаточной степени или на уровне субъективного жизненного опыта, движения не уверенные, осанка не подтянутая. Частично усвоен программный материал. Несложные задания выполняются самостоятельно, но по образцу или на основе усвоенного алгоритма. Не всегда передает образы, часто допускает ошибки при ориентации в пространстве, выполняет элементарные движения не всегда в соответствии с музыкой.</p>	<p>Наблюдается познавательный интерес к изучаемому материалу, но стремление повысить свои результаты отсутствует. Социальная значимость получаемых знаний и умений чаще всего не осознается. Интерес на уровне любопытства, проб своих возможностей, желания общения со сверстниками, побуждение к участию в деятельности посредством контроля со стороны, внешними стимулами. Ответственность за результативность своей деятельности не сформирована.</p>	<p>Репродуктивное мышление (выполнение заданий по образцу, после объяснения, получения инструкций), но в единичных случаях пытается выполнять задания самостоятельно. Преобладает механическая память. Способность организовывать свою деятельность, совершенствовать приобретённые умения и навыки, сформирована частично. В основном не сформированы умения организовывать свою деятельность: четко выполнять конкретные задания, отрабатывать умения и навыки.</p>
----------------	-------	---	--	---

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгород

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2021г.
Протокол № 4



Авторская общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Танцы Востока»

художественной направленности

Возраст учащихся: 7– 18 лет
Срок реализации: 5 лет
Уровень: базовый

Авторы программы:
Севрюкова Мария Анатольевна
педагог дополнительного образования
Филатова Ирина Степановна
педагог дополнительного образования
Попова Татьяна Олеговна
педагог дополнительного образования
Емельянова Галина Ивановна
методист

г. Белгород, 2021

Изменения и дополнения к образовательной программе.

Данная авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» ежегодно рассматривается и корректируется с учетом современных требований к общеобразовательным программам.

Август 2021г.

1. На основании утверждения Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. «Об утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности» для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») внести в Пояснительную записку данной программы дополнение в список нормативно-правовой базы:

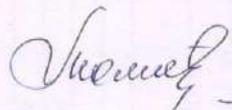
- «Об утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности» для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») от 28.01.2021г.

2. Согласно ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации» ст.59 п.3 итоговая аттестация в учреждениях дополнительного образования, реализующих общеобразовательные общеразвивающие программы, не предусмотрена. На основании Локального акта Учреждения «Положение о контроле и аттестации учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода» внести коррективы:

- в Пояснительной записке общеразвивающей программы «Танцы Востока» в разделе «Формы подведения итогов» формулировку «итоговая аттестация» заменить на «промежуточная аттестация». Критерии диагностического оценочного материала итоговой аттестации перенести в критерии промежуточной аттестации второго полугодия последнего года реализации общеразвивающей программы «Танцы Востока».

Изменения и дополнения рассмотрены на научно-методическом совете, Протокол №1 от 31.08.2021г. Принято решение о внесении изменений в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока».

Председатель НМС



И.С. Молочная

Рецензия
на авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу
«Танцы Востока»,
авторы программы: Севрюкова М., А., Филатова И. С., Попова Т. О.,
педагоги дополнительного образования, Емельянова Г.И., методист
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного
образования «Белгородский Дворец детского творчества»
г. Белгорода

Предлагаемая для рецензии авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» разработана для детского объединения «Школа танца «Эдем».

В рецензируемой программе учтены все структурные элементы программы. В пояснительной записке раскрыты цели и задачи, обеспечивающие процесс обучения, воспитания и развитие творческих способностей учащихся.

Педагогическая целесообразность программы направлена на приобщение каждого учащегося к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности.

Новизна и актуальность авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» заключаются в том, что, используя педагогические технологии, педагоги способствуют дальнейшему совершенствованию раскрытия творческого танцевального потенциала учащихся.

В содержании авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока», авторы раскрывают основные направления изучаемого материала, который включает теоретические и практические занятия по разделам программы.

Методологическая основа программы ориентирована на личностно значимую траекторию развития учащихся согласно принципам личностно-ориентированного подхода, создавая комфортные условия образовательной среды.

Обозначенные задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» разделены по годам обучения, также определены ожидаемые результаты, универсальные учебные действия.

При разработке авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока», авторами был разработан учебно-методический комплекс.

Структура и содержание программы соответствует предъявляемым требованиям к авторским общеобразовательным общеразвивающим программам учреждений дополнительного образования. Программа может быть рекомендована к практическому применению в системе дополнительного образования детей художественной направленности, а также в общеобразовательных учреждениях во внеурочной деятельности.

Рецензент:

Заместитель декана факультета
режиссуры, актерского искусства
и хореографии,
старший преподаватель
Белгородского Государственного
института Искусств и Культуры

М.А. Сиротюк

М.П.

Подлинность подписи	Сиротюк М. А.	
Заверяю:	Начальник управления	
№ 150	05	2021

Рецензия
на авторскую общеобразовательную
общеразвивающую программу
«Танцы Востока»

Авторы программы: Севрюкова Мария-Анатольевна, Филатова Ирина Степановна, Попова Татьяна Олеговна, педагоги дополнительного образования; Емельянова Галина Ивановна, методист.

Учреждение, реализующее программу: муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода.

Общая характеристика программы: Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» относится к художественной направленности, по форме организации работы – *групповая*. Возраст учащихся – 7-18 лет. Срок реализации – 5 лет. Уровень программы – *базовый*.

Предлагаемая для рецензии авторская программа носит целостный характер, в ней представлены ее основные структурные компоненты: пояснительная записка, календарный учебный график, учебный план, учебно-тематическое планирование, содержание изучаемого курса обучения.

В авторской общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцы Востока» представлен учебно-методический комплекс, представляющий формы, методы, педагогические технологии, основанные на богатом педагогическом опыте авторов, который призван обеспечить успешную реализацию образовательной деятельности.

Пояснительная записка содержит цели, задачи по развитию творческих способностей личности средствами танцевально-музыкального искусства. Содержание программы строится как синтез различных составляющих теоретического и практического знания и раскрывает основные темы занятий, их обоснование.

Новизна данной авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» четко обоснована и рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, что инициирует личностно-ориентированное образование.

Актуальность и педагогическая целесообразность данной программе четко описаны и направлены на удовлетворение у учащихся творческих потребностей в самовыражении, в формировании художественно-эстетического вкуса, в создании условий для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения.

Особое внимание авторами программы уделяется формам контроля и мониторингу результатов работы.

Наряду с образовательными задачами в программе грамотно прописано формирование у учащихся универсальных учебных действий (УУД), которые раскрывают личностные, познавательные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия, определяющие способность личности

учиться, порождающие широкую ориентацию учащихся в различных предметных областях познания и мотивацию к обучению.

Структура и содержание программы соответствует предъявляемым требованиям к общеобразовательным общеразвивающим программам учреждений дополнительного образования. Программа может быть рекомендована к практическому применению в системе дополнительного образования детей художественной направленности, а также в общеобразовательных учреждениях во внеурочной деятельности.

Язык и стиль изложения четкий, ясный, доказательный, логичный. Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» удовлетворяет всем методическим требованиям к разработке программ дополнительного образования, соответствует статусу «авторская».

Рецензент
Заместитель директора
МБУДО БДТ

А. И. Маматова

*Здание заместителя директора МБУДО БДТ
А.И. Маматовой удовлетворяю.*

Специально по кадрам [подпись] Елена Е.Ф.



Пояснительная записка

Данная авторская общеобразовательная программа «Танцы Востока» творческого объединения «Школа танца «Эдем» направлена на обучение, воспитание и развитие у учащихся техники восточного танца.

Данная программа - *художественной направленности*.

Уровень программы – *базовый*

Она включает в себя возможность ознакомить детей с классическим арабским (восточным) танцем (Oriental, Belly dance), фольклорными стилями восточного танца, а также искусством танца – шоу Belly Dance.

Программа разработана на основе методических пособий: Коптюк. А. К. Учебно-методическое пособие «Танец живота» 2011г., Черникина И. Б. Учебно-методическое пособие «Техника выполнения арабского танца» 2010г., Гусева Н. А. Учебно-методическое пособие «Belly Dance для детей », 2008 г.

В авторский вариант содержания программы, по организации образовательного процесса добавлены разделы по изучению базовых элементов восточных танцев, работа с реквизитом (шаль, сагаты, веера, трость, канделябры, крылья и др.), что усложняет работу танцора, но, в то же время, координирует движения всего тела. Также включены темы по актерскому мастерству, благодаря чему учащиеся начинают контролировать свои эмоции, выражение лица во время исполнения танца, а также мимикой подчеркивать то или иное движение, либо выражают смысл танцевальной постановки в целом.

Введены новые темы по изучению истории восточного танца, в частности, по фольклорным стилям такие, как «Хагала», «Феллахи», «Саиди», «Шааби», «Александрия», «Нубия» и другие.

В авторскую программу «танцы Востока» добавлены разделы «Арабские ритмы», т.к. для выполнения танцевальной техники необходимо понимать, какой ритм играет, и какие движения подойдут для исполнения, необходимо умение слышать и отбивать ритм, и раздел «Основы классической хореографии», т.к. правильная постановка корпуса, укрепление осанки, мышц рук и ног, всего корпуса, позволяет танцору выйти на новый, более высокий уровень танцевания. Добавлен раздел, «Импровизация» с применением современной техники под разные арабские ритмы, а не только под классические восточные ритмы.

В образовательном процессе, авторами используются такие современные технологии, как технология перспективно - опережающего обучения, в движениях танца и музыке, научить детей находить современные, перспективные варианты решения; применение игровых технологий в процессе обучения, где авторы моделируют с жизненными ситуациями или условными взаимодействия людей, вещей, явлений; Применение технологии проблемного обучения, основано на получении учащимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создаваемых авторами проблемных ситуациях.

Восточный танец - искусство, у которого есть свои принципы и фундамент, оно завоевало большое уважение и высокую оценку в мире и широко распространилось по свету. Искусство восточного танца имеет тенденцию развития в национальное искусство.

В настоящее время восточный танец приобрел значительную популярность среди различных возрастных групп, и особенно среди детей. Жизнь современного ребенка идет по напряженному графику, дети постоянно испытывают «двигательный дефицит». Даже дошкольники большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, телевизорами, компьютерами), что вызывает утомление определенных мышечных групп. Все это в совокупности приводит к нарушению осанки, искривлению позвоночника, развитию плоскостопия. Вместо возрастного развития основных физических качеств (быстроты, выносливости, гибкости и силы) начинаются проблемы со здоровьем (зажатость, стеснение своего тела, нарушение координации, обособленность от коллектива). Самый короткий путь преодолеть гиподинамию и снять эмоциональную закрепощенность ребенка, это раннее приобщение детей к искусству через игры, музыку, танец. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя.

Данная авторская общеобразовательная программа направлена на развитие мотивации к расширению культурного кругозора, знакомству и освоению различных стилей современного танца, на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством восточного танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, что и определяет художественно-эстетическую направленность авторской общеобразовательной программы. Она также призвана сформировать профориентацию на продолжение обучения в области хореографии.

Нормативно-правовой основой авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (МинПросвещения России) от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20 от 28 сентября 2020г. №28.

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Белгородский Дворец детского творчества» г. Белгорода.

Новизна данной авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» состоит в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на обучение и воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков современных восточных танцев.

Содержание авторской программы «Танцы Востока» заключается в *комплексном изучении* не только конкретно техники восточного танца, но также изучения актерского мастерства, элементов общей физической подготовки детей, основ классической хореографии, что позволяет учащимся овладеть опытом в разных направлениях, познакомиться с разными стилями и направлениями.

Новизна данной программы заключается в создании поэтапной системы открытия перед ребенком его личного спектра индивидуальных способностей, посредством восточного танца, а также его творческое развитие в коллективе, включение его в самостоятельный поиск развития собственных мыслительных и двигательных процессов.

Актуальность разработки авторской программы «Танцы Востока» нацелена на удовлетворение потребностей современных детей, больше двигаться и вести активный образ жизни. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создается мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие и т. д.

Отличительная особенность данной авторской программы состоит в самой идее восточного танца, предполагающей импровизацию, которая дает возможность учащемуся самостоятельно решать, какой танец будет создан сегодня, а какой завтра, в этом заключена свобода творчества.

Программа «Танцы Востока» не только способствует обучению различных стилей и направлений в танцевальном искусстве, но и дает возможность проявить свои творческие и художественные способности на практике.

Раскрепощение в танце — дело самое сложное. Актуальность программы, в психологическом аспекте, постепенно, достигая раскрепощения, мы меняемся внутренне. И проявляется это не только в творчестве, но и в жизни. Мы становимся более мягкими, спокойными, а значит наши взаимоотношения с окружающим миром более гармоничными.

В социальном аспекте учащиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения, приобретать жизненный опыт.

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее

ориентации на определенный возраст, физическую подготовленность и пол обучающихся.

Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные знания и навыки, в процессе овладения искусством танца, развивая художественную одаренность в области танцевально-исполнительского мастерства.

Реализация принципов обучения и воспитания создает условия для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащихся.

Цель данной авторской общеобразовательной общеразвивающей программы: развитие и формирование основ нравственно-эстетической культуры, через обучение искусству восточного танца и создание условий для самореализации.

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы первого года обучения:

обучающие:

- выработать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- освоить азы ритмики, азбуки восточного танца;
- обучить основам танца, танцевальной культуры Востока;
- изучить несложные элементы танца;
- обучать правилам спортивных соревнований;

развивающие:

- выявить задатки и развить творческие способности детей;
- воздействовать на интерес как личностно-психологическое состояние (ситуативное состояние);
- развивать трудолюбие, терпение, доброжелательность, дисциплинированность, целеустремленность;
- — развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности учащихся

воспитательные:

- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитывать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- воспитывать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания;
- . воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе.

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы второго года обучения:

обучающие:

- набирать технику танца;
- закрепить практическое освоение навыков постановочной и художественной работы средствами сценической и пластической выразительности;
- формировать умения и навыки использования в танце восточной атрибутики;
- использовать знания об истории танца и о танцевальных культурах для формирования способности быстро отличать стили;
- заучивание постановочного танца под определенную музыку.

развивающие:

- содействовать пробуждению образного мышления;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, развитию стопы;
- развивать чувства ритма;

воспитательные:

- воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру;
- воспитывать личностные качества, такие как воля, целеустремленность, создать творческий коллектив единомышленников;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, эмоциональную отзывчивость на состояние других детей и людей;
- формировать осознанное отношение к занятиям;

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы третьего года обучения:

обучающие:

- развивать актерское мастерство;
- совершенствовать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- совершенствовать имеющиеся навыки постановочной и художественной работы средствами сценической и пластической выразительности;
- развивать способности к танцевально-музыкальной импровизации;
- обучать правилам соревнований;
- разучить групповой танец под определенную музыку.

развивающие:

- развивать и укреплять костно-мышечный аппарат тела;
- развивать умение ориентироваться в пространстве танцевальной площадки;
- развивать противостояние психологическим нагрузкам;
- развивать слуховые навыки и навыки координации движений;
- развивать познавательный интерес.

воспитательные:

- совершенствовать умение слушать, воспринимать, оценивать музыку и умение различать ритмы;

- укреплять дружеские взаимоотношения в коллективе;
- воспитывать духовно-нравственную культуру личности;
- воспитывать уважительное отношение к культурам разных народов;
- формировать эстетическую и танцевальную культуру;
- совершенствовать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания;

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы четвертого года обучения:

обучающие:

- изучить ритмы и стили восточной музыки;
- освоить фольклорный танцевальный репертуар культуры Востока;
- разучить групповой фольклорный танец;
- обучить навыкам выполнения техники фольклорного арабского танца «Саиди».

развивающие:

- совершенствовать развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей учащихся;
- совершенствовать развитие опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, развитие стопы, выворотности ноги;
- развивать женственность, грациозность;
- развивать чувство раскрепощенности;
- развивать творческий потенциал;
- - развивать противостояние психологическим нагрузкам;
- развивать танцевальную манеру исполнения фольклорных стилей арабского танца.

воспитательные:

- воспитать любовь и уважение к себе;
- совершенствовать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания;
- воспитание любви и уважения к искусству;
- воспитать самодисциплину, ответственность, чувство коллективизма.

Задачи авторской общеобразовательной общеразвивающей программы пятого года обучения:

обучающие:

- продолжить формировать умение правильного и выразительного танцевального движения;
- продолжить совершенствовать умение работать над мимикой и жестами;
- продолжить совершенствовать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;

- обучить детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- обучить навыкам выполнения техники фольклорного арабского танца «Халиджи».

развивающие:

- продолжить развивать умение ориентироваться в пространстве танцевальной площадки;
- продолжить совершенствовать личные качества ребенка;
- продолжить формировать навыки двигательной импровизации музыки;
- развивать координацию движений, гибкость; пластику, общую физическую выносливость;
- продолжить совершенствовать умение работать на зрителя;
- продолжить развивать танцевальную манеру исполнения фольклорных стилей арабского танца;
- продолжить совершенствовать развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей учащихся;
- продолжить совершенствовать развитие опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, развитие стопы, выворотности ноги;

воспитательные:

- продолжить совершенствовать умение слушать, воспринимать, оценивать музыку и умение различать ритмы;
- продолжить укреплять дружеские взаимоотношения в коллективе;
- продолжить формировать умение подбирать костюм, макияж, прическу в соответствии с исполняемой композицией;
- продолжить совершенствовать личностные качества, такие как воля, целеустремленность, укрепить творческий коллектив единомышленников;;
- формировать общую культуру личности ребенка;
- продолжить содействовать дружелюбной атмосфере в группе, умению поддерживать друг друга в сложных ситуациях;
- . укреплять профилактику девиантного поведения и социальную адаптацию подростков.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что в процессе освоения искусства восточного танца задействованы все группы мышц, что способствует развитию пластики, грации, укреплению общей физической формы, формированию правильной осанки и походки у детей.

Авторская программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей.

Еще одной особенностью программы является интеграция комплекса специальных дисциплин: на первом, втором годах обучения уделяется внимание музыкальным играм, что позволяет поддерживать интерес учащихся

к занятиям. Обучающиеся третьего и последующих годов обучения ближе знакомятся с фольклорными стилями арабского танца.

Программа рассчитана на возраст учащихся – 7-18 лет.

Младший школьный возраст – важнейший этап в развитии личности. Это период начальной социализации ребенка, приобщение его к миру культуры, общечеловеческих ценностей, время установления начальных отношений с ведущими сферами бытия – миром людей, миром искусства, и собственным внутренним миром. Ребенок начинает проявлять манерничанье, кривлянье, демонстративные формы поведения, он стремится что-то показать своим поведением, придумывает новый образ, хочет показать то, чего нет на самом деле. Особое внимание заслуживает стремление включиться в общественную жизнь, занять определенную социальную позицию.

В основу обучения детей младшего школьного возраста, положено запоминание интересного, осуществляемое в естественной для детей данного возраста занимательной, игровой форме. Эта деятельность дополняется игрой в музыкальные ритмы, постановкой связки и танца под детские песни и песни очень ритмичные и т. д. При этом большое внимание уделяется формированию таких важных умений, как умение на месте выполнять предлагаемые упражнения, ходить по кругу, стоять в одной линии, различать ритм музыки, быструю и медленную музыку. Таким образом, осуществляется накопление фактических знаний и опыта познавательной и практической деятельности, необходимое для успешного освоения программы.

Для детей 10-13 лет большее значение начинают приобретать оценки их поступков и со стороны сверстников, появляется потребность выполнять определенную общественную роль. Детей увлекает совместная коллективная деятельность. Они обладают определёнными возрастными и личностными особенностями. В этом возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно - волевой и эмоциональной сфер личности. Развитие личности характеризуется появлением новых качеств и потребностей: расширяются знания. Период с 13 лет считается психологами наиболее оптимальным для развития как многих двигательных, так и творческих способностей. На занятиях хореографией у детей в этот период возрастают возможности для достижения поставленных творческих и двигательных задач.

Это подходящий период для подготовки учащихся к соревнованиям, они с готовностью получают и применяют знания о теоретических основах каждого из видов современного танца, о ритмах, стилях, одежде, истории возникновения.

Достижения этого возраста характеризуются развитием мышления, освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления), развивается умение делать выводы и анализировать, развивается воображение. Что просто необходимо при обучении импровизировать, видеть не отдельные движения, а весь танец целиком.

Дети 13-15 лет проявляют склонность к выполнению самостоятельных заданий и практических работ. Характерно яркое проявление в играх. В

познавательной деятельности учащихся начинает интересоваться не факты сами по себе, а их сущность, причины их возникновения. В мыслительной деятельности учащихся продолжают занимать большое место образы, представления.

Благодаря этим качествам учащиеся проявляют инициативу попробовать импровизировать самостоятельно, качественнее начинают выполнять домашние задания. Они лучше овладевают актерским мастерством и более эмоционально танцуют танец и танцевальные связки.

Дети 16-18 лет - старший школьный возраст — ранняя юность – также обладают определёнными возрастными и личностными особенностями. Главное психологическое приобретение ранней юности — это открытие своего внутреннего мира, внутреннее «Я». В этот период необходимо иметь в виду не просто возрастные, а половозрастные особенности, ибо половые различия весьма существенны и проявляются в специфике эмоциональных реакций, в структуре общения, в критериях самооценок и в соотношении этапов возрастных характеристик.

Главным измерением времени в самосознании является будущее, к которому он (она) себя готовит. Ведущая деятельность в этом возрасте — учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечта и идеалы.

Срок обучения: 5 лет;

Количество учащихся: от 6 до 20 человек.

Формы и режим занятий

Формы и режим занятий – групповые. Занятия проводятся для учащихся первого года обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (с обязательным 10-минутным перерывом после каждого часа). Всего 144 часа в год. Для учащихся второго и третьего года обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа (с обязательным 10-минутным перерывом после каждого часа). Всего 216 часов в год. Группы учащихся детского объединения, сформированы таким образом, что в каждой из них занимаются дети одного возраста.

В одной группе первого, второго и третьего годов обучения занимаются дети от 10 человек в одной группе. В группах четвертого и пятого годов обучения в группах занимаются дети от 6 человек в одной группе.

Формы работы: групповые занятия. **Групповые** занятия предполагают проведение тренингов, сводных занятий, беседы, просмотры, показы, выступления и т.п.

Данная авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» предусматривает работу с детьми-инвалидами, с детьми с ОВЗ, если данный вид деятельности не противопоказан таким детям по состоянию здоровья. Данная программа также предполагает работу с талантливыми детьми.

Методика работы по программе «Обучение современному танцу» предполагает формы обучения в дистанционном образовательном пространстве. Содержание программы по темам занятия размещаются педагогом в информационно-образовательной среде Enternet пространства в виде: видеороликов, музыкальных файлов, презентаций.

Выполнять задание педагога, учащиеся могут, в режиме отложенного времени (offline-занятия), с предоставлением ему – результатов учебно-тренировочных заданий. Педагог может транслировать свою учебную деятельность (onlin-чат, через мессенджеры), проверяя задания и корректируя работу учащихся, предоставляя информацию (ауди, видео-материал по вопросам хореографии. При выполнении задания, учащиеся могут обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом в чате.

В процессе обучения предусматривается дифференцированный подход к обучению учащихся. Возраст не влияет на содержание программы, а зависит от способностей и уровня подготовки детей. Содержание теоретической части одинаковое для групп всех возрастов, обычно занимает не более 30 минут от занятия и часто идет параллельно с выполнением практического задания, а практическая часть зависит от возрастных особенностей детей.

Формы занятий дополнены:

- прослушиванием аудиозаписей с музыкальными размерами, темпом и характером музыки.
- просмотром видео с выступлением учащихся коллектива и чемпионов современного танца;
- просмотром видео участников каждой группы с групповым номером, сольным номером и/или дуэта для проработки ошибок выступления и акцентирования правильно выполненных элементов, синхронности.

Данная программа предусматривает участие учащихся в различных видах деятельности:

- участие в городских мероприятиях;
- участие в спектаклях МБУДО БДДТ;
- участие в соревнованиях, конкурсах, фестивалях;
- участие в мастер-классах.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

В конце первого года обучения учащиеся должны:

знать:

- историю развития танца в странах Востока;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и на концертной площадке;
- простейшие элементы фигуры восточных танцев;
- основные принципы танцевальных передвижений;
- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;

- основы общей и специальной физической подготовки;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля;
- приемы музыкально-двигательной подготовки;

уметь:

- правильно выполнять базовую технику восточного танца;
- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- различать динамические изменения в музыке; создавать музыкально-двигательный образ;
- научиться внимательно слушать музыку;
- правильно владеть первоначальными основами актерского мастерства.

В конце второго года обучения учащиеся должны:

знать:

- историю становления классического арабского танца: из фольклорного танца в эстрадный танец;
- основы общей и специальной физической подготовки;
- виды музыкального сопровождения;
- основы начальной теоретической и тактической подготовки;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;
- основные ритмы арабского танца;
- правила соревнований.

уметь:

- уметь самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;
- уметь правильно владеть приемами музыкального движения, средствами пластики, выражать задаваемый образ;
- общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу;
- владеть основами актерского мастерства;
- отстукивать основные ритмы арабского танца и импровизировать под них.

В конце третьего года обучения учащиеся должны:

знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- стили фольклорных арабских танцев;
- особенности исполнения фольклорного арабского танца «Белади»;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- структуру изучаемых танцев;
- правила соревнований, критерии судейства;

уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в фольклорном стиле арабского танца «Белади»;
- импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца «Белади»;
- правильно различать фольклорные стили арабского танца.

В конце четвертого года обучения учащиеся должны:

знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;
- понятие «Табла соло» - танец под барабан;
- стили фольклорных арабских танцев;
- ритмы фольклорных стилей арабского танца «Белади» и «Саиди»;
- особенности исполнения фольклорного арабского танца «Саиди»;
- основные принципы работы с тростью;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля;
- структуру изучаемых танцев.

уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в фольклорном стиле арабского танца «Саиди»;
- уметь импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под «Табла соло»;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца «Саиди»;
- правильно различать фольклорные стили арабского танца «Белади» и «Саиди»;
- правильно владеть тростью.

В конце пятого года обучения учащиеся должны:

знать:

- понятия классический Belly dance (Oriental) и фольклорный арабский танец;

- понятие «Табла соло» - танец под барабан;
- стили фольклорных арабских танцев;
- ритмы фольклорных стилей арабского танца «Халиджи» и «Ираки»;
- особенности исполнения фольклорного арабского танца «Халиджи»;
- танцевальные элементы, соответствующие квалификационным требованиям;
- правила соревнований, критерии судейства;
- структуру изучаемых танцев.

уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнения для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в классическом стиле арабского танца;
- правильно исполнять все танцевальные элементы, изучаемого курса в фольклорном стиле арабского танца «Халиджи»;
- импровизировать под классическую инструментальную музыку арабского танца;
- импровизировать под фольклорную музыку арабского танца «Халиджи»;
- правильно различать фольклорные стили арабского танца «Халиджи» и «Ираки».

Сформированы универсальные учебные действия:

Личностные:

Личностными результатами подготовки является формирование следующих умений:

- личностные учебные действия выражаются в стремлении к реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию;
- развитие положительной мотивации к учебной деятельности;
- выражать свои эмоции, соблюдая этические нормы,
- умение ставить и реализовывать свою цель;
- формирование стойкого интереса к занятиям танцевального искусства;
- способность к оценке своих поступков и действий других людей;
- формирование ответственного отношения к обучению, организованности, трудолюбию, работоспособности;
- формирование жизненного оптимизма, целеустремленности и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей.

Регулятивные действия:

- уметь управлять своей деятельностью, планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцевальным произведением;

- осуществлять контроль и оценку результатов своей деятельности, анализировать причины успеха/неуспеха;
- выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с хореографическим искусством;
- учиться мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия с поставленной творческой задачей и условиями её реализации;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- учиться совместно с педагогом и учащимися давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии,
- формирование компетенции самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития.

Познавательные универсальные действия:

- способствуют формированию целостной художественной культуры, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе;
- включают приобщение к шедеврам мирового хореографического искусства, профессиональному танцевальному и музыкальному творчеству;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- обобщение своих знаний, умений и навыков, умение реализовывать их в разных видах компетенции здоровьесбережения:
- знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание об опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены;

Коммуникативные учебные действия:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- формируют умение слушать и исполнять танцевальные композиции, способность встать на позицию другого человека, вести диалог;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.
- уметь общаться с участниками образовательного процесса;
- уметь создавать атмосферу позитивного отношения в коллективе;.
- контролировать действия партнера,
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

Формы подведения итогов реализации авторской общеобразовательной общеразвивающей программы

Для оценки уровня освоения общеобразовательной программы учащимися используются следующие формы контроля:

В начале обучения проводится вводный контроль с целью выявить заинтересованность учащихся, их уровень знаний и способностей.

- **вводный контроль** (сентябрь) – контрольное занятие.
- **текущий контроль** (в течение всего процесса обучения).

Текущий контроль проводится на каждом занятии с целью выявить полученные знания по программе и отследить правильность выполнения практических заданий, поставленных перед учащимися. Текущий контроль определяет степень усвоения учащимися учебного материала, определение готовности учащихся к восприятию нового материала, повышение мотивации и заинтересованности учащихся в обучении. Оценивается текущий контроль вербальным способом.

- **промежуточный контроль** (декабрь) – контрольное занятие, результаты участия в турнирах.

Промежуточный контроль проводится в конце первого полугодия в форме контрольных занятий, участия в турнирах, конкурсах.

- **предварительная аттестация** (сентябрь) – проводится в начале учебного года, начиная со второго года обучения и подразумевает проверку сохранности знаний, умений, навыков, полученных на предыдущем году обучения.

- **итоговый контроль** (май) – отчётный концерт, открытое занятие, результаты участия в конкурсах.

По итогам освоения авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока» проводится *итоговая аттестация* (контроль). *Итоговый контроль* проводится с целью определения уровня ее усвоения, показывает уровень освоения детьми авторской программы, обучение предполагает воспитание хореографической культуры.

Под формами контроля понимается определенный уровень физического развития, музыкально-эстетической подготовленности; способность исполнять фигуры и танцы определенной степени сложности в техническом и хореографическом отношении на различных этапах процесса обучения, связанных с возрастом.

Для определения степени сформированности знаний, умений и навыков используется диагностический инструментарий по критериям оценки эффективности образовательного процесса.

В процессе занятия педагог осуществляет и оперативный контроль, который необходим для правильного понимания учащимися материала и грамотного исполнения движений, для определения скорости усвоения танцорами предлагаемого материала и выполнения соответствующей корректировки.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Календарно-тематическое планирование, расписание занятий
1 год	1 сентября	31 мая	36	72	144 часа	2 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУДО БДДТ
2 год	1 сентября	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУДО БДДТ
3 год	1 сентября	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию учреждения.
4 год	1 сентября	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию учреждения.
5 год	1 сентября	31 мая	36	108	216 часов	3 раза в неделю по 2 часа	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию учреждения.

Учебный план

№	Разделы программы	Количество часов по годам обучения				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Введение	2	2	2	2	2
2	История танца	4	2	2	2	2
3	Техника арабского танца	16	4	14	14	14
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	6	12	12	12
5	Основы классической хореографии	16	26	20	20	20
6	Учебно – тренировочная работа	26	70	70	70	70
7	Арабские ритмы	10	20	10	10	10
8	Актерское мастерство	6	10	10	10	10
9	Постановочная работа	20	44	30	30	30
10	Музыкальные игры	6	8	4	4	4
11	Импровизация	4	8	20	20	20
12	Общефизическая подготовка	20	14	20	20	20
13	Итоговое занятие	2	2	2	2	2
Всего:		144 ч	216 ч	216ч	216ч	216ч

**Учебно-тематический план
1 год обучения**

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока» 1-го года обучения. Цели и задачи.	2	2	-	Вводный контроль Устный Опрос
2	История танца	4	4	-	Устный опрос
2.1	Танцы стран Востока (Египет, Турция).	2	2	-	Устный опрос
2.2	Танцевальные костюмы народов стран Востока.	2	2	-	
3	Техника арабского танца	16	4	12	Практическая работа Устный опрос
3.1	Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца	4	4	-	Практическая работа. Устный опрос
3.2	Работа с элементами из группы «Пластика»	4	-	4	Практическая работа Устный опрос
3.3	Работа с элементами из группы «Удары»	4	-	4	Практическая работа. Устный опрос
3.4	Работа с элементами из группы «Тряски»	2	-	2	Практическая работа. Устный опрос
3.5	Танцевальные шаги	2	-	2	Просмотр выученных элементов Устный опрос
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	4	8	Практическая работа
4.1	Танцевальные точки зала	2	4	-	Практическая работа
4.2	Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»	10	-	8	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	16	4	12	Практическая работа Устный опрос
5.1	Основные позиции ног в хореографии. Координация	2	-	2	Просмотр выученных

	движений				элементов Устный опрос
5.2	Основные позиции рук в хореографии. Координация движений	2	-	2	Просмотр выученных элементов Устный опрос
5.3	Работа с хореографическими комбинациями	6	2	4	Просмотр выученных элементов
5.4	Координация движения	2	-	2	Просмотр выученных элементов
5.5	Повороты	4	2	2	Просмотр выученных элементов Устный опрос
6	Учебно – тренировочная работа	26	8	18	Практическое задание Устный опрос
6.1	Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации	2	1	1	Практическая работа Устный опрос
6.2	Работа по кругу и по диагонали танцевального класса.	4	2	2	Просмотр выученных элементов
6.3	Работа руками	2	1	1	Практическое задание Устный опрос
6.4	Танцевальные комбинации	10	2	8	Практическое задание
6.5	Танцевальные шаги в связке	8	2	6	Практическое задание
7	Арабские ритмы	10	2	8	Практическое задание
7.1	Базовые арабские ритмы	4	-	4	Практическая работа
7.2	Работа с основными арабскими ритмами.	6	2	4	Практическая работа
8	Актерское мастерство	6	2	4	Практическая работа
8.1	Понятие «Этюд»	2	-	2	Практическая работа Устный опрос
8.2	Упражнения актерского мастерства	4	2	2	Практическое задание
9	Постановочная работа	20	6	14	Практическая работа Устный опрос
9.1	Работа над танцем «Шахматы»	18	6	12	Практическое задание
9.2	Индивидуальная работа	2	-	2	Практическое

					задание
10	Музыкальные игры	6	2	4	Практическая работа Устный опрос
10.1	Музыкальные игры и фразы	6	2	4	Практическая работа Устный опрос
11	Импровизация	4	-	4	Практическое задание
12	Общефизическая подготовка	20	4	16	Практическая работа
12.1	Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса	4	-	4	Практическая работа
12.2	Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу	8	2	6	Практическое задание
12.3	Понятие «Растяжка»	8	2	6	Практическая работа
13	Итоговое занятие	2	-	2	Практическое задание
	Всего:	144 ч	42	102	

Содержание изучаемого курса первого года обучения

Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока»

1-го года обучения. Цели и задачи.

Теория: Авторская общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы Востока» 1 года обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 2. История танца.

2.1 Танцы стран Востока (Египет, Турция).

Теория: История развития танца в странах Востока. Особенности египетской танцевальной техники, в сравнении с турецкой, сходства и различия.

2.2 Танцевальные костюмы народов стран Востока.

Теория: История возникновения костюмов в странах Востока. Отличительные особенности

Раздел 3. Техника арабского танца.

3.1 Правила исполнения базовых элементов техники арабского танца.

Теория: Основное положение ног и рук в арабском танце. Значение хореографии для танцовщицы. Понятие «Изоляция» в арабском танце.

3.2 Работа с элементами из группы «Пластика»

Практика: Разучивание элементов пластики:

Работаем над развитием пластики боковых мышц живота: оттяжки бедрами и грудью.

1. Восьмерки: вперед – назад.
2. Круги: таз, грудь.
3. Маятник: сверху – снизу.
4. Восьмерка вперед с выносом.
5. Волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью.
6. Большой круг (бочка).
7. Тарелка.
8. Волна руками.

3.3 Работа с элементами из группы «Удары».

Практика: Разучивание элементов из группы «Удары»:

1. Удары бедром в сторону.
2. Удары вперед – назад.
3. Удар от живота назад (собачка).
4. Скрутка.
5. Удар в скрутке.

3.4 Работа с элементами из группы «Тряски».

Практика: Разучивание элементов из группы «Тряски»

1. Тряска коленями (шимми).
2. Тряска грудью.
3. Тряска ягодицами.
4. Тряска вверх – вниз.

3.5 Танцевальные шаги:

Практика: Изучение танцевального шага:

1. Приставной.
2. Возвратный (мамба).

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1. Танцевальные точки зала.

Теория : Рассказ об основных танцевальных точках зала. Правила работы по точкам.

4.2 Отработка элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски».

Практика: Упражнение «Звездочка». Работа по кругу. Отработка элементов из группы «Пластика», работая по кругу: восьмерки: вперед – назад; круги: таз, грудь; маятник: сверху – снизу; волны: волна назад общая, волна тазом, волна грудью; тарелка; волна руками. Отработка элементов из группы «Удары»: удары бедром в сторону; удары вперед – назад; удар от живота назад (собачка). Отработка элементов из группы «Тряски»: тряска коленями (шимми); тряска грудью. Интервалы.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Основные позиции ног в хореографии. Координация движений.

Практика: изучение позиций ног: I, II, III, IV, V, VI. Работа над выворотностью стопы и координацией движений.

5.2 Основные позиции рук в хореографии. Координация движений.

Практика: изучение позиций рук: подготовительная, I, II, III. Работа над правильной хореографией рук и координацией движений.

5.3 Работа с хореографическими комбинациями.

Теория : Рассказ об основных элементах, из которых можно формировать комбинации.

Практика: Разучивание и отработка хореографических комбинаций ног: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад. Разучивание и отработка хореографических комбинаций рук: I – port de bras. Работа над постановкой корпуса. Понятие «Внутренний стержень».

5.4 Координация движения.

Практика: Упражнения на координацию движений рук и ног.

5.5 Повороты.

Теория: Рассказ о правилах выполнения поворотов, об устойчивости.

Практика: поворот «Шене» - техника исполнения, правило о зрительной точке при повороте. Работа по диагонали танцевального класса.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Демонстрация движения, его музыкальная раскладка. Танцевальные комбинации.

Теория: Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Практика: Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание танцевальных комбинаций.

6.2 Работа по кругу и по диагонали танцевального класса.

Теория: Рассказ о выполнении движений по кругу и по диагонали танцевального класса.

Практика Тренировочные упражнения, выполняемые в кругу, умение держать круг, интервалы. Диагональ класса. Упражнения на диагонали, четкость линии, интервалы.

6.3 Работа руками.

Теория: Рассказ о правилах работы руками, их правильном положении.

Практика: Работа руками одновременно с выполнением танцевальных шагов, Выполнение движений одноименными и разноименными руками и ногами.

6.4 Танцевальные комбинации.

Теория: Рассказ об элементах, используемых в танцевальных комбинациях.

Практика: Разучивание и отработка танцевальных комбинаций с использованием элементов из групп «Пластика», «Удары», «Тряски»

6.5 Танцевальные шаги в связке.

Теория: Рассказ о правилах выполнения танцевальных шагов в связке.

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации с использованием танцевальных шагов: Приставной, возвратный (мамба).

Раздел 7. Арабские ритмы.

7.1 Базовые арабские ритмы.

Практика: Работа под базовые арабские ритмы: группа «Максумов»

7.2 Работа с основными арабскими ритмами.

Теория: Рассказ об основных арабских ритмах, озвучивание и прослушивание их.

Практика: Отстукивание и импровизация под ритмы: Максум, Балади, Саиди, Халиджи. Игра «Путаница ритмов».

Раздел 8. Актерское мастерство.

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Упражнения актерского мастерства.

Теория: Беседа о приемах актерского мастерства.

Практика: Упражнения на передачу чувств, при помощи мимики, жестов. Передача различных настроений.

Раздел 9. Постановочная работа.

9.1 Работа над танцем «Шахматы».

Теория: Рассказ об элементах и связках, на которых построен танец.

Практика: Разучивание и отработка I и II частей танца «Шахматы».

9.2 Индивидуальная работа.

Практика: Индивидуальное исполнение танца «Шахматы» в игровой форме. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Пластика», «Удары», «Тряски» в игровой форме.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Музыкальные игры и фразы.

Теория: Способы передачи музыкальных образов. Передача характера исполняемых танцев. Акцентировка музыкальных образов.

Практика: Музыкальные игры организующего характера «Медвежонок», «Часики», «Дискотека», «Танцуйте сидя», «Приглашение», «Перекасти поле».

Раздел 11. Импровизация.

Практика: Понятие «Импровизация». Индивидуальное исполнение импровизированных движений.

Раздел 12. Общефизическая подготовка.

12.1 Правильное положение головы, плеч, ног, корпуса.

Практика: Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Постановка корпуса. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.

12.2 Техника выполнения упражнений лежа и сидя на полу.

Теория: Беседа о правильном исполнении упражнений лежа и сидя на полу (положение плеч и поясицы). Беседа о правильном дыхании во время упражнений.

Практика: Упражнения для развития гибкости спины «ящерица», «лодочка». Махи, поднимания, удержания ног (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой). Махи ногами в положении лежа на спине, ритм дыхания

во время выполнения упражнений в партере, махи ногами в положении лежа на спине (с вытянутым подъемом и сокращенной стопой) в партере. Наклоны корпуса в различные стороны в положении сидя на коленях и лежа на полу.

12.3 Понятие «Растяжка».

Теория: Беседа о значимости растяжки для танцора. Чередование упражнений лежа и сидя на полу. Техника выполнения шпагатов.

Практика: Отведение и приведение ног в стороны. Работа на коврике в положении лежа. Упражнение на растяжку мышц тела. Выполнение упражнений в темпе музыки. Выполнение шпагатов на правую, левую ногу и поперечного. Работа на полу в парах в положении лежа.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 1 года обучения.

Учебно-тематический план 2 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока» 2-го года обучения. Цели и задачи.	2	2	-	Вводный контроль Устный опрос
2	История танца	2	2	-	Устный опрос
3	Техника арабского танца	4	-	4	Практическая работа Устный опрос
3.1	Работа с элементами из группы «Пластика»	2	-	2	Просмотр выученных элементов
3.2	Работа с элементами из группы «Удары»	2	-	2	Просмотр выученных элементов
4	Музыкально-ритмические упражнения	6	2	4	Практическая работа Устный опрос
4.1	Танцевальные проходки	2	-	2	Практическая работа
4.2	Работа по кругу	4	2	2	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	26	6	20	Практическая работа
5.1	Постановка корпуса	2	-	2	Практическая работа

5.2	Эластичность мышц	4	-	4	Практическое задание
5.3	Постановка шага.	2	-	2	Практическая работа
5.4	Позиции ног. Понятие «Плие».	14	6	8	Практическая работа
5.5	Повороты	2	-	2	Практическая работа
5.6	Повтор материала	2	-	2	Практическая работа Устный опрос
6	Учебно – тренировочная работа	70	12	58	Практическая работа Устный опрос
6.1	Танцевальные комбинации	8	2	6	Практическое задание
6.2	Работа руками	4	-	4	Практическое задание
6.3	Танцевальный минимум	8	-	8	Практическая работа
6.4	Танцевальные шаги, проходки	34	10	24	Практическая работа
6.5	Сложные танцевальные элементы	16	-	16	Практическое задание
7	Арабские ритмы	20	10	10	Практическая работа
7.1	Базовые арабские ритмы	2	-	2	Практическое задание
7.2	Работа с основными арабскими ритмами.	18	10	8	Практическая работа
8	Актерское мастерство	10	6	4	Практическая работа Устный опрос
8.1	Понятие «Этюд»	2	-	2	Практическое задание
8.2	Манера исполнения арабского танца	8	6	2	Практическое задание
9	Постановочная работа	44	16	28	Практическая работа Устный опрос
9.1	Танец «Барабаны»	16	2	14	Практическая работа
9.2	Танец «Постановка с шалью»	14	6	8	Практическая работа
9.3	Танец «Беладии с сагатами»	14	8	6	Практическое задание
10	Музыкальные игры	8	2	6	Практическое задание
10.1	Музыкальные игры и фразы	4	2	2	Практическое задание

10.2	Работа волосами	4	-	4	Практическое задание
11	Импровизация	8	-	8	Практическая работа Устный опрос
12	Общефизическая подготовка	14	6	8	Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	14	6	8	Практическая работа
13	Итоговое занятие	2	-	2	
	Всего:	216	64	152	

Содержание изучаемого курса второго года обучения

Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока»

2-го года обучения. Цели и задачи.

Теория: Программа обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности. Повторение пройденного материала 1-го года обучения.

Раздел 2. История танца.

Теория: История становления классического арабского танца: из фольклорного танца в эстрадный танец.

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Работа с элементами из группы «Пластика».

Практика: Разучивание элементов пластики: волны: волна вперед общая, волна тазом, волна грудью. Маятник сверху с точкой. Маятник с низу, с точкой.

3.2 Работа с элементами из группы «Удары»:

Практика: Разучивание танцевальных элементов: сбросы/забросы, ключ, подбивы, косточки.

Раздел 4 Музыкально ритмические упражнения.

4.1 Танцевальные проходки.

Практика: Разучивание танцевальных проходок: шаги с маятниками, с забросами, со сбросами, шаги накрест.

4.2 Работа по кругу.

Теория: Рассказ о правилах выполнения движений по кругу.

Практика: Работа руками – вращение кистью. Удары. Восьмерки. Тряска грудью. Волны. Подбивы. Забросы/сбросы. Шаги накрест.

Раздел 5. Основы классической хореографии

5.1 Постановка корпуса.

Практика: Работа над правильной постановкой корпуса, осанкой тела. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов.

5.2 Эластичность мышц.

Практика: Упражнения на развитие эластичности мышц.

5.3 Постановка шага.

Практика: Упражнения на постановку шага и выворотности стопы.

5.4 Позиции ног. Понятие «Плие».

Теория: Рассказ о позициях ног, их правильной постановке.

Практика: Разучивание demi plié - (деми плие) - неполное «приседание», grand plié-(гранд плие) - глубокое, большое «приседание». Позиция ног – I, II, III. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4. Demi – plié в I и II позиции. Grand demi – plié в I и II позиции. Relève по I и II позиции. Упражнения на середине зала.

5.5 Повороты.

Практика: Разучивание и отработка поворота Шене, умение держать точку при повороте.

5.6 Повтор материала.

Практика: Повтор пройденного материала за весь курс..

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1. Танцевальные комбинации.

Теория: Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Соединение нескольких элементов в элементарные танцевальные комбинации. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Практика: Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Разучивание и отработка танцевальной комбинации. Разучивание танцевальных проходов.

6.2 Работа руками

Практика: Работа по кругу и по диагонали танцевального класса. Работа руками одновременно с выполнением танцевальных шагов.

6.3 Танцевальный минимум.

Практика: Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, тарелочки волны, удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка». Выполнение смешанного танцевального минимума: из групп «Тряски», «Удары», «Пластика».

6.4 Танцевальные шаги, проходы.

Теория: Демонстрация шагов и проходов, правильное их исполнение.

Практика: Закрепление пройденного материала. Разучивание и отработка танцевальных шагов «Шоссе», «Верхняя волна», «Нижняя волна», «Боковой маятник», «Тарелочка», «Боковой кач», «Бисер», «Бисер в скрутке», «Взлет бедра», «Хагала», «Оттяжка с тряской» - левым/ правым бедром, «Укольчик», «2 акцента», «Мамба с качем», «Удар через спину», «Шааби», «Подставка».

6.5 Сложные танцевальные элементы.

Практика: Закрепление пройденного материала. Разучивание и отработка танцевальных элементов: твисты, сложные ключи, косточки на маятнике, «Шимми» на каждую ногу с подъемом рук, «хвостик», «обратная бочка», «обратная бочка на 2 стороны», «малая бочка» на месте, собачка в диагонали, «лошадка» в диагонали.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Базовые арабские ритмы.

Практика: Изучение базовых ритмов арабского танца.

1. Максум – слушать (дум-тек-тек-дум-тек);

2.Белади – слушать (дум-дум-тек-дум-тек)

7.2 Работа с основными арабскими ритмами.

Теория: Рассказ об основных арабских ритмах, их отличиях.

Практика: Отстукивание ритмов: «Максум», «Белади», «Саиди», «Халиджи», «Масмуди», «Мальфуф», «Чифтетели» и импровизация под них. Игра «Путаница ритмов».

Раздел 8. Актерское мастерство.

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами. Работа с художественными образами в танце. Расстановка правильных акцентов глазами, мимика лица, улыбка в танце.

8.2 Манера исполнения арабского танца.

Теория: Рассказ о манере исполнения классического и фольклорного арабского танца.

Практика: Разучивание упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами. Манера исполнения классического арабского танца. Манера исполнения фольклорного арабского танца. Манера и поведение на сцене. Расстановка правильных акцентов глазами, мимика лица, улыбка в танце.

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Барабаны»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальной техники, входящий в танец «Барабаны». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Барабаны». Индивидуальное исполнение танца «Барабаны» в игровой форме. Индивидуальное исполнение элементов из группы «Барабаны» в игровой форме.

9.2 Танец «Постановка с шалью».

Теория: Рассказ об элементах и связках, из которых построен танец.

Практика: Работа с шалью. Разучивание элементов и танцевальных комбинаций с шалью. Разучивание и отработка всех частей танца «Постановка с шалью».

9.3 Танец «Баляди с сагатами».

Теория: Рассказ об элементах и связках, из которых построен танец. Правила работы с сагатами.

Практика: Работа с сагатами. Разучивание элементов и танцевальных комбинаций с сагатами. Разучивание и отработка всех частей танца «Баляди с сагатами».

Раздел 10. Музыкальные игры

10.1 Музыкальные игры и фразы.

Теория: Музыкальные фразы. Способы передачи музыкальных образов.

Практика: Передача характера исполняемых танцев. Акцентировка музыкальных образов. Музыкальные игры «Танцуем сидя».

10.2 Работа волосами

Практика: Закрепление пройденного материала. Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами.

Раздел 11. Импровизация

Практика: Работа над импровизированными самостоятельными движениями. Импровизация под «межансе», «белади», «табла соло».

Раздел 12. Общефизическая подготовка.

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».

Теория: Рассказ о правилах выполнения элементов растяжки.

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики». Упражнение на развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы . 2-го года обучения.

Учебно-тематический план 3 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока» 3-го года обучения. Цели и задачи.	2	2	-	Вводный контроль Устный опрос
2	История танца	2	2	-	Устный опрос
3	Техника арабского танца	14	6	8	Практическая работа. Устный опрос
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	6	2	4	Практическая работа
3.2	Фольклорный стиль «Белади»	8	4	4	Практическая работа. Устный опрос
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	-	12	Практическое задание
4.1	Работа с элементами классического стиля	4	-	4	Практическое задание

	Belly dance (Oriental)				
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Беллад»	6	-	6	Практическое задание
4.3	Работа по кругу	2	-	2	Практическая работа
5	Основы классической хореографии	20	6	14	Практическая работа
5.1	Элементы классического танца.	20	6	14	Просмотр выученных элементов
6	Учебно – тренировочная работа	70	24	46	Практическое задание
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	28	10	18	Практическая работа
6.2	Танцевальный минимум	20	4	16	Практическое задание
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Беллад»	22	10	12	Практическая работа
7	Арабские ритмы	10	6	4	Практическое задание
7.2	Ритм «Беллад»	10	6	4	Практическая работа
8	Актерское мастерство	10	4	6	Практическая работа
8.1	Понятие «Этюд»	2	-	2	Практическое задание
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Беллад»	8	4	4	Практическая работа
9	Постановочная работа	30	2	28	Практическая работа
9.1	Танец «Классика»	14	2	12	Практическая работа
9.2	Танец «Фольклорный Беллад»	16	-	16	Практическая работа
10	Музыкальные игры	4	-	4	Практическая работа
10.1	Работа волосами	4	-	4	Практическое задание
11	Импровизация	20	6	14	Практическая работа
11.1	Импровизация под «Межансе»	6	2	4	Практическая работа
11.2	Импровизация под «Баллад»	6	2	4	Практическая работа
11.3	Импровизация под	8	2	6	Практическая

	«Табла соло»				работа
12	Общефизическая подготовка	20	6	14	Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	20	6	14	Практическая работа
13	Итоговое занятие	2	-	2	Практическое задание Устный опрос
	Всего:	216	64	152	

Содержание изучаемого курса третьего года обучения

Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока»

3-го года обучения. Цели и задачи.

Теория: Программа обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности. Повторение по программе пройденного материала 2-го года обучения..

Раздел 2. История танца.

Теория: Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения фольклорного арабского танца «Белади», отличительные черты костюма для исполнения стиля «Белади».

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental)

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов.

Практика: Разучивание сложных элементов: верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми»; неправильная восьмерка тазом с «шимми», маятники с «шимми», ливанская тряска, на пятках, на полупальцах, «Сложная бочка», шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской.

3.2. Фольклорный стиль «Белади».

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения элементов фольклорного стиля «Белади». Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для стиля «Белади»: «Каракатица», «Насаживания», шаг «Пружинка», «Бочка на пятках», «Каракатица на пятках», « Шаг с выносом бедра», «Ключ Белади», прыжковые элементы, «Шаг подхват». Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов.

Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: верхняя волна с «шимми», нижняя волна с «шимми», неправильная восьмерка тазом с «шимми», маятники с «шимми», ливанская тряска, на пятках, на полупальцах, «сложная бочка». Шаг «Триоли» - с волной, с ударами, с тряской.

4.2 Работа с элементами фольклорного стиля «Белади».

Практика: Отработка элементов фольклорного стиля «Белади», работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей: «Каракатица», «Насаживания», шаг «Пружинка», «Бочка на пятках», «Каракатица на пятках», « Шаг с выносом бедра», «Ключ Белади», прыжковые элементы, «Шаг подхват». Характерная работа рук.

4.3 Работа по кругу

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Теория: Рассказ о правильном исполнении элементов классического танца.

Практика: Разучивание и отработка элементов классического танца, для развития и совершенствования навыков хореографии у учащихся: деми и гранд плие из 1, 2 и 5 позиции; батман тандю из 1 позиции крестом; батман тандю жете из 1 позиции крестом; рон де жамб пар тэр из 1 позиции - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади); батман релеве лян на 45 градусов - батман фраппе - сильное ударяющее движение, развивает силу ног, быстроту, ловкость и подвижность колена; изучается вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Теория: Рассказ о правилах выполнении элементов на «шимми», о работе рук.

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов на «шимми». Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум

Теория: Рассказ о правильном выполнении элементов, составляющих танцевальный минимум.

Практика: Выполнение танцевального минимума: неправильные восьмерки, волны, тарелочки, удары тазом, грудью, твисты, сложные ключи, тряски «шимми», «бисер», «хвостик», «скрутка», «косточки».

6.3 Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Белади»

Теория: Рассказ о правильном выполнении элементов фольклорного стиля «Белади» и в какие комбинации их можно объединить.

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритм «Белади».

Теория: Более фольклорный вариант максума. Отличается двумя низкими ударами в первой части ритма. Звучит медленнее, тяжелее чем максум. Поэтому его называют «старомодным», «тяжеловесным». Его также называют масмуди сагир — короткий масмуди, потому что имеет такие же акценты, как "масмуди" но играется на 4/4 вместо 8/4. А ритм масмуди называют балади кабир — длинный балади.

BALADI / BELADI / BELEDI / БАЛЛАДИ / БЕЛИДИ

4/4

1 -+- 2-+- 3-+- 4-+- |

D-D-__T-D-__T-__|

Более фольклорный вариант максума, отличается двумя низкими ударами в первой части ритма. Звучит медленнее, тяжелее, чем максум. Поэтому его называют «старомодным», «тяжеловесным». Его также называют масмуди сагир — короткий масмуди, потому что имеет такие же акценты, как "масмуди" но играется на 4/4 вместо 8/4. А ритм масмуди называют балади кабир — длинный балади. Ритм может встречаться в любой музыке: классике, популярной и фольклорной музыке. Когда мы слышим слово «белади», не всегда бывает понятно, что имеется в виду. Для танцоров белади может означать фольклорный стиль танца (деревенский женский танец), либо это может быть разновидность ракс шарки (белади такасим или белади прогрессия). В музыке словом «белади» может называться такасим (соло музыкального инструмента без сопровождения ритма), либо ритм белади. Ритм белади может использоваться в фольклорных танцах саиди и некоторых др. А фольклорный танец белади может содержать другие ритмы. А сами арабы могут называть этим словом все, что им кажется родным и близким сердцу.

Практика: Работа с ритмом «Белади»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций.

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения фольклорного стиля «Белади».

Теория: Характерной чертой для стиля «Белади» являются тяжелые движения бедрами (удары, сбросы, ключи), приземистые бочки, пластика

животом. Есть особая манера исполнения, связанная с темой всякого белади — любовь к родине. Поэтому к танцовщице, выражающей соответствующие чувства, приходит «внутреннее вдохновение».

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Белади».

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Классика»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Классика». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Классика». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Фольклорный «Белади».

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Белади». Разучивание и отработка всех частей танца «фольклорный Белади». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Работа волосами

Практика: Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: восьмерки, сложные восьмерки, круги, перебросы, подкрутки.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе».

Теория: Рассказ о работе с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек.

Практика: Понятие «Межансе». Лексический багаж знаний, работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под «Белади».

Теория: Рассказ о правилах импровизации под музыку «Белади».

Практика: Манера исполнения импровизации под музыку «Белади». Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло».

Теория: Рассказ о правилах импровизации под музыку «Табла соло».

Практика: Понятие «Табла соло» - танец, когда звучит один музыкальный инструмент – арабский барабан (Дарбука). Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»

Теория: Рассказ о важности растяжки, о правильности выполнения движений.

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины: «прогибы - мостики». Упражнение на

развитие и укрепления поясничного отдела: «бочки-лодочки». Упражнения на мышцы пресса, упражнения на ягодичные мышцы и мышцы пресса.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 3-го года обучения.

Учебно-тематический план 4 год обучения

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Обучение современному танцу» 4-го года обучения. Цели и задачи	2	2	-	Вводный контроль Устный опрос
2	История танца	2	2	-	Устный опрос
3	Техника арабского танца	14	4	10	Практическая работа. Устный опрос
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	6	2	4	Практическая работа
3.2	Фольклорный стиль «Саиди»	8	2	6	Практическая работа
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	-	12	Практическая работа
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	4	-	4	Практическая работа
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Саиди»	6	-	6	Практическая работа
4.3	Работа по кругу	2	-	2	Практическое задание
5	Основы классической хореографии	20	8	12	Практическая работа
5.1	Элементы классического танца.	20	8	12	Просмотр выученных элементов
6	Учебно – тренировочная работа	70	22	48	Практическое задание
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля	20	10	10	Практическая работа

	Belly dance (Oriental)				
6.2	Танцевальный минимум	20	-	20	Практическое задание
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Саиди»	22	10	12	Практическое задание
6.4	Работа с тростью	8	2	6	Практическая работа
7	Арабские ритмы	10	6	4	Практическое задание
7.2	Ритм «Саиди»	10	6	4	Практическая работа
8	Актерское мастерство	10	4	6	Практическое задание
8.1	Понятие «Этюд»	2		2	Практическая работа
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Саиди»	8	4	4	Практическое задание
9	Постановочная работа	30	8	22	Практическая работа Устный опрос
9.1	Танец «Восточный вальс»	14	2	12	Практическая работа Устный опрос
9.2	Танец «Саиди с тростью»	16	6	10	Практическая работа Устный опрос
10	Музыкальные игры	4	-	4	Практическая работа Устный опрос
10.1	Работа волосами	4	-	4	Практическое задание
11	Импровизация	20	6	14	Практическое задание
11.1	Импровизация под «Межансе»	6	2	4	Практическое задание
11.2	Импровизация под «Саиди»	6	2	4	Практическое задание
11.3	Импровизация под «Табла соло»	8	2	6	Практическое задание
12	Общефизическая подготовка	20	2	18	Практическая работа
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	20	2	18	Практическая работа
13	Итоговое занятие	2	-	2	Практическое задание
	Всего:	216	64	152	

Содержание изучаемого курса четвертого года обучения

Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу 4-го года обучения «Танцы Востока». Цели и задачи.

Теория: Программа обучения: цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности. Повторение по программе пройденного материала 3-го года обучения.

Раздел 2. История танца.

Теория. Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения фольклорного арабского танца «Саиди», отличительные черты костюма для исполнения стиля «Саиди».

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental)

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов. Работа над мягкостью рук при исполнении элементов арабского танца.

Практика: Разучивание сложных элементов: бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками, бочка с тряской «шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер». Шаг накрест на тряске «шимми». Шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой. Шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской. Фольклорный стиль «Саиди».

3.2. Фольклорный стиль «Саиди»

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения элементов фольклорного стиля «Саиди». Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для стиля «Саиди»: основные шаги «Саиди»: в сторону, вперед. Правильная работа на пятках. Работа плечами. «Шаги накрест с ударом, тряской», «шаг Хагала», «шаг с ударом через спину». «Каракатица», «Насаживания», шаг «Пружинка», «Бочка на пятках», «Каракатица на пятках», «Шаг с выносом бедра», «Ключ Саиди», прыжковые элементы, «Шаг подхват». Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: бочка с поворотом и резким наклоном в пол + работа лопатками; бочка с тряской «шимми»; сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской

«Бисер»; шаг накрест на тряске «шимми»; шаг «Подставка» на тряске «шимми», «бисер» с ударом, в соединении с пластикой; шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской.

4.2 Работа с элементами фольклорного стиля «Саиди».

Практика: Отработка элементов фольклорного стиля «Саиди», работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Основные шаги «Саиди»: в сторону, вперед. Правильная работа на пятках. Работа плечами. Шаги накрест с ударом, тряской, шаг «Хагала», шаг с ударом через спину, «Каракатица», «Насаживания», шаг «Пружинка», «Бочка на пятках», «Каракатица на пятках», шаг с выносом бедра, «Ключ Саиди», прыжковые элементы, шаг подхват. Характерная работа рук.

4.3 Работа по кругу

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работа по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Теория: Беседа о выполнении элементов классического танца на середине зала.

Практика: Упражнения на середине зала, исходное положение, стоя в 6 позиции ног (повороты и наклоны головы, вращение плечевыми суставами и руками, подъем и опускание рук, наклон корпуса вперед и в сторону с различной амплитудой). Упражнения из положения, сидя на полу для стоп, для развития выворотности («лягушка», полушпагат), растяжка задней поверхности бедра и спины («складка», наклоны к ногам в различных положениях. Перекаты.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Теория: Беседа о правильном выполнении элементов танцевальных комбинаций классического стиля Belly dance.

Практика: Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум

Практика: Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «Шимми» и «Бисер». Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе.

6.3 Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Саиди».

Теория: Беседа о правильном выполнении элементов танцевальных комбинаций классического фольклорного стиля «Саиди».

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

6.4. Работа с тростью.

Теория: Рассказ об основных принципах работы с тростью.

Практика: Правильное положение трости в руке. Разучивание и отработка основных приемов работы с тростью: вращение трости, балансирование тростью на голове, груди, бедре, удары тростью. Одновременная работа тростью с выполнением танцевальных элементов.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритм «Саиди».

Теория: Египетский ритм, его название произошло от племени саиды. Ритм земной, тяжёлый, читается как D – t DD – t. Все движения акцентированы вниз, ими подчёркивается земное притяжение. На «дум» выполняются хлопки руками, «ключи», «бочки», возвратный шаг с «пружинкой», прыжки с ноги на ногу.

Практика: Работа с ритмом «Саиди»: отстукивание, прослушивание, исполнение танцевальных комбинаций, как с тростью, так и без.

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюд».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения фольклорного стиля «Саиди».

Теория: Характерной чертой для стиля «Саиди» - сила и достоинство. Никакой суеты. Весело, но без дикости и высоких прыжков. Это земной и теплый танец. На первый взгляд манера исполнения тяжеловата, но это потому, что фокус действия – в нижней части тела.

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Саиди».

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Восточный вальс»

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Восточный вальс». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Восточный вальс». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Саиди с тростью».

Теория: Техника выполнения элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Саиди». Правила работы с тростью.

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Саиди». Разучивание и отработка всех частей танца «Саиди с тростью». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Работа волосами.

Практика: Музыкальные игры: «Красота волос» - работа волосами: подкручивание волос в партере, чистое исполнение прогибов с использованием работы волос.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе».

Теория: Использование элементов при импровизации под «Межансе».

Практика: Понятие «Межансе». Разбор классической арабской музыки. Работа над основными проходками для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под «Саиди».

Теория: Использование элементов при импровизации под «Саиди».

Практика: Манера исполнения импровизации под музыку «Саиди». Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло».

Теория: Использование элементов при импровизации под «Табла соло»..

Практика: Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло». Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».

Теория: Рассказ о правильном выполнении шпагатов, планок, отжиманий.

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие. Подведение итогов усвоения программы 4-го года обучения.

**Учебно-тематический план
5 год обучения**

№	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцы Востока» 5-го года обучения. Цели и задачи.	2	2	-	Вводный контроль Устный опрос
2	История танца	2	2	-	Устный опрос
3	Техника арабского танца	14	4	10	Практическая работа. Устный опрос
3.1	Классический Belly Dance (Oriental)	6	2	4	Практическая работа
3.2	Фольклорный стиль «Халиджи»	8	2	6	Практическое задание
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	-	12	Практическая работа. Устный опрос
4.1	Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental)	4	-	4	Практическая работа
4.2	Работа с элементами фольклорного стиля «Халиджи»	6	-	6	Практическая работа
4.3	Работа по кругу	2	-	2	Практическое задание
5	Основы классической хореографии	20	-	20	Практическая работа. Устный опрос
5.1	Элементы классического танца.	20	-	20	Практическая работа
6	Учебно – тренировочная работа	70	18	52	Практическая работа. Устный опрос
6.1	Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental)	20	6	14	Практическое задание
6.2	Танцевальный минимум	20	-	20	Практическая работа. Устный опрос
6.3	Танцевальные комбинации фольклорного стиля	22	10	12	Практическая работа

	«Халиджи»				
6.4	Работа с галабеей	8	2	6	Практическая работа
7	Арабские ритмы	10	6	4	Практическая работа. Устный опрос
7.2	Ритм «Халиджи»	10	6	4	Практическое задание
8	Актерское мастерство	10	4	6	Практическая работа. Устный опрос
8.1	Понятие «Этюд»	2	-	2	Практическое задание
8.2	Манера исполнения фольклорного стиля «Халиджи»	8	4	4	Практическое задание
9	Постановочная работа	30	16	14	Практическая работа. Устный опрос
9.1	Танец «Рассвет»	14	6	8	Практическое задание
9.2	Танец «Халиджи»	16	10	6	Практическое задание
10	Музыкальные игры	4	-	4	Практическое задание
10.1	Работа волосами	4	-	4	Практическое задание
11	Импровизация	20	6	14	Практическая работа. Устный опрос
11.1	Импровизация под «Межансе»	6	-	6	Практическое задание
11.2	Импровизация под «Халиджи»	6	2	4	Практическое задание
11.3	Импровизация под «Табла соло»	8	2	6	Практическое задание
12	Общефизическая подготовка	20	6	14	Практическая работа. Устный опрос
12.1	Упражнение на разные группы мышц. Понятие «Растяжка»	20	6	14	Практическая работа
13	Итоговое занятие	2	-	2	Практическое задание
	Всего:	216	64	152	

Содержание изучаемого курса пятого года обучения

Раздел 1. Введение в авторскую общеобразовательную общеразвивающую программу 5-го года обучения «Танцы Востока». Цели и задачи.

Теория: Программа обучения: Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности. Повторение по программе пройденного материала 4-го года обучения.

Раздел 2. История танца.

Теория: Беседа о классическом стиле Belly dance (Oriental), о фольклорных стилях арабского танца. Особенности исполнения фольклорного арабского танца «Халиджи», отличительные черты костюма для исполнения стиля «Халиджи».

Раздел 3. Техника арабского танца

3.1 Классический Belly Dance (Oriental).

Теория: Беседа о правильном исполнении классических элементов арабского танца. Чистота исполнения элементов. Работа над мягкостью рук при исполнении элементов арабского танца.

Практика: Разучивание сложных элементов: восьмерки бедрами на 3 счета с тряской, выполнение элемента «Спираль», сложное выполнение тряски «Шимми», одновременно с тряской «Бисер» по восьмеркам, шаг накрест на тряске «Бисер», шаг «Подставка» на тряске «Шимми», «Бисер» с ударом, в соединении с пластикой, шаг «Шоссе» - с ударами, с тряской,

3.2. Фольклорный стиль «Халиджи».

Теория: Беседа об отличительных особенностях исполнения элементов фольклорного стиля «Халиджи». Чистота исполнения элементов. Манера исполнения.

Практика: Разучивания элементов, характерных для стиля «Халиджи»: основные шаги «Халиджи», правильная работа на полупальцах, работа плечами, «шаги накрест», «шаг с приподанием на пятку», «шаг с тряской». Характерная работа рук.

Раздел 4. Музыкально-ритмические упражнения.

4.1 Работа с элементами классического стиля Belly dance (Oriental).

Практика: Отработка элементов классического стиля Belly dance (Oriental), работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов, Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала: Бочка с поворотом и резким наклоном в пол+ работа лопатками. Бочка с тряской «Шимми». Сложное выполнение тряски «Шимми» одновременно с тряской «Бисер». Шаг накрест на тряске «Шимми».

4.2 Работа с элементами фольклорного стиля «Халиджи».

Практика: Отработка элементов фольклорного стиля «Халиджи», работа над чистотой и амплитудой исполнения элементов. Выполнение каждого элемента со сменой танцевальной точки зала. Выполнение элементов со сменой плоскостей. Основные шаги «Халиджи». Характерная работа рук.

4.3 Работа по кругу.

Практика: Отработка танцевальных элементов классического и фольклорного стилей, работая по кругу. Чередование элементов с увеличением темпа.

Раздел 5. Основы классической хореографии.

5.1 Элементы классического танца.

Практика: Упражнения на середине зала, исходное положение, стоя в 6 позиции ног (повороты и наклоны головы, вращение плечевыми суставами и руками, подъем и опускание рук, наклон корпуса вперед и в сторону с различной амплитудой). Упражнения из положения сидя на полу для стоп, для развития выворотности («лягушка», полушпагат), растяжка задней поверхности бедра и спины («складка», наклоны к ногам в различных положениях. Перекаты.

Раздел 6. Учебно-тренировочная работа.

6.1 Танцевальные комбинации классического стиля Belly dance (Oriental).

Теория: Составление сложных танцевальных комбинаций классического стиля Belly dance.

Практика: Разучивание и отработка сложных танцевальных комбинаций. Работа над развитием пластичности и грациозности рук. Отработка комбинаций в медленном, затем быстром ритме. Индивидуальная сдача комбинаций.

6.2 Танцевальный минимум.

Практика: Выполнение танцевального минимума: все элементы из группы «Пластика» по 40 счетов, добавляя танцевальные элементы «Шимми» и «Бисер». Выполнение танцевальных элементов из групп «Удары» и «Тряски» по 40 счетов, в медленном и быстром темпе.

6.3 Танцевальные комбинации фольклорного стиля «Халиджи».

Теория: Составление танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Халиджи».

Практика: Разучивание и отработка танцевальной комбинации, с выполнением всех элементов фольклорного стиля. Отработка танцевальной комбинации, акцентируя внимание на работу рук. Особенности работы руками при исполнении фольклорного танца. Индивидуальная сдача танцевальной комбинации. Работа над ошибками.

6.4. Работа с галабеей.

Теория: Рассказ об основные принципах работы с галабеей.

Практика: Правильное положение рук. Разучивание и отработка основных приемов работы с галабеей.

Раздел 7. Арабские ритмы

7.1 Ритм «Халиджи».

Теория: Этот ритм используется в странах Персидского залива (Саудовская Аравия, Оман, ОАЭ). Халиджи танцуют женщины, обычно в группах. Публично исполняется редко по религиозным соображениям, т.к. Халиджи нередко называют «Танцем волос». Ритм Халиджи похож на Мальфуф, но играется более медленно с Думом посередине. Этот ритм можно играть вместе с Карачи, создавая полиритмию, редкую для восточной музыки.

1----+---2----+---
D-----D-----T---:
D---k-D---k-T-k-:
D-k-k-D-k-k-D-k-:
D-k-k-D-k-k-T-k-:
D---k-D---k-B-k-:
D-k-k-D-k-k-B---:
D-k-k-D---k-B---:

Практика: Работа с ритмом «Халиджи»: отстукивание, прослушивание. Отличительные особенности от ритма «Ираки».

Раздел 8. Актерское мастерство

8.1 Понятие «Этюды».

Практика: Разучивание и отработка этюдов, упражнений актерского мастерства в процессе занятий танцами.

8.2 Манера исполнения фольклорного стиля «Халиджи».

Теория: Исполняя стиль «Халиджи» важно держаться на одном уровне и плавно скользить по полу. А чтобы достичь этого, ни в коем случае нельзя хромать, скакать или подпрыгивать. «Халиджи» исполняется на слегка согнутых коленях, т.е. на мягких ногах. Корпус во время танца чуть-чуть наклонен вперед. Одна нога – ведущая и стоит на полной стопе, а вторая стоит на полупальцах. Позиция ног, в основном, перекрестная. Ведущая нога задает направление движения, и следует ступать как бы пяткой вперед.

Практика: Отработка танцевальных комбинаций с правильной манерой исполнения стиля «Халиджи».

Раздел 9. Постановочная работа

9.1 Танец «Рассвет».

Теория: Техника выполнения поворотов и элементов из первой части танца. Понятие «Хореографический рисунок».

Практика: Разучивание танцевальных элементов, входящих в танец «Рассвет». Работа над хореографическим рисунком танца. Разучивание отработка всех частей танца «Рассвет». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

9.2 Танец «Халиджи».

Теория: Техника выполнения элементов и поворотов из первой части танца.

Практика: Разучивание элементов и танцевальных комбинаций фольклорного стиля «Халиджи». Разучивание и отработка всех частей танца «Халиджи». Индивидуальное исполнение танца в игровой форме.

Раздел 10. Музыкальные игры.

10.1 Работа волосами.

Практика: Работа волосами - это одно из самых загадочных движений в танце. Важно внимательно слушать музыку и на сильную долю слегка запрокидывать голову назад, а потом возвращать в исходное положение. Таким образом, получится эффект, как будто направляете подбородок вверх движением кисти. Кроме того, головой можно скользить из стороны в сторону, а также по кругу.

Раздел 11. Импровизация

11.1 Импровизация под «Межансе».

Теория: Основные проходки и элементы для использования в импровизации

Практика: Понятие «Межансе». Разбор классической арабской музыки. Работа над основными проходками для использования в импровизации под музыку «Межансе». Работа с вариативностью движений, со сменой плоскостей и точек. Работа над импровизацией.

11.2 Импровизация под «Халиджи».

Теория: Основные проходки и элементы для использования в импровизации под музыку «Халиджи».

Практика: Манера исполнения импровизации под музыку «Халиджи». Работа над импровизацией.

11.3 Импровизация под «Табла соло».

Теория: Основные проходки и элементы для использования в импровизации под музыку «Табла соло».

Практика: Работа над основными проходками для использования в импровизации под «Табла соло» Ритмический рисунок во время исполнения импровизации. Работа над импровизацией.

Раздел 12. Общефизическая подготовка

12.1 Упражнения на разные группы мышц. Понятие «Растяжка».

Теория: Понятие «Растяжка». Правила выполнение шпагатов, приседаний, мостиков, планок.

Практика: Растяжка. Выполнение шпагатов на правую и левую ноги. Поперечный шпагат. Работа над растяжкой мышц спины. Отжимания на коленях. Приседания на двух ногах. Ягодичный мостик двумя ногами. Планка на полу под углом 45 градусов. Боковая планка с коленей.

Раздел 13. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие. Подведение итогов усвоения 5-го года обучения и всей авторской общеобразовательной общеразвивающей программы.

Методическое обеспечение

В работе с учащимися педагог следует принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала, особенно важен начальный этап обучения, когда закладываются основы хореографических навыков; предполагается изучение азбуки музыкального движения и обучение элементам танца стран Востока через освоение ритмических упражнений и игр:

Освоение позиций рук, элементарных навыков координации движений; правильная постановка корпуса, ног, рук, головы; развитие выворотности и натянутости ног, гибкости корпуса, укрепления физической выносливости; развития музыкальности, умения связывать движения с ритмом и темпом музыки.

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Процесс обучения построен от простого к сложному и учитываются индивидуальные особенности: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень их подготовки.

На втором, третьем и четвертом году обучения идет процесс формирования опорно-двигательной системы учащихся. Дети впервые пробуют свои силы на сцене, для них предполагается постановка несложных танцевальных номеров, большое внимание уделяется технике исполнения комбинаций, большое внимание уделяется работе над сценической выразительностью, освоением манеры исполнения движений. Усложняется танцевальный репертуар.

На пятом году обучения идет процесс закрепления умений и навыков, приобретенных за пять лет обучения: работа над сценическим мастерством; учащиеся принимают участие в постановочной деятельности, получают допрофессиональную подготовку.

Работа над качеством исполняемого движения в танце, вариации, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой, - важнейшими средствами хореографической выразительности - проводится последовательно на протяжении всех лет обучения и является предметом постоянного внимания педагога.

Для достижения цели, задач и усвоения содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические **принципы:**

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- первичность постановки корпуса, осанки, апломб, формы рук
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Традиционный метод широко используется при обучении - танцевальные движения, позы, переходы и рисунки танца разучиваются постепенно от простого к сложному: объясните и покажите движения или элементы сами, затем тоже пусть повторяют учащиеся.

Метод разучивания по частям: разделите движение на простые части и разучите каждую часть отдельно с последующей группировкой частей в нужной последовательности в единое целое.

Целостный метод разучивания, этим методом удобно разучивать простые движения, а также сложные движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части - проучите движение целиком в замедленном темпе.

Временное упрощение этот метод применяется для разучивания особенно сложных движений: Упростите форму сложного движения, а затем движение постепенно усложняйте, приближаясь к законченной форме. Обратите внимание при повторении и закреплении и на характер и манеру исполнения того или другого движения.

Учащиеся должны знать специализированную терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность учащихся и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из направлений деятельности современных образовательных учреждений является сохранение здоровья детей.

На занятиях восточными танцами детям обеспечиваются условия обучения (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В авторской программе используются такие современные технологии, как технология перспективно - опережающего обучения (чтобы уменьшить объективную трудность некоторых вопросов программы, надо опережать их введение в учебный процесс), игровые технологии (в процессе обучения игра моделирует жизненные ситуации или условные взаимодействия людей, вещей, явлений), Технологии проблемного обучения (проблемное обучение основано на получении учащимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создающихся для этого проблемных ситуациях)..

Изучение материала «от простого к сложному» в авторской программе выражается, например, в изучении такого элемента танца, как «Ключ». Для его изучения требуется сначала изучить элемент «Сброс», к которому учащиеся переходят после изучения элемента «Косточки», для отработки которого требуется отработать элемент «Скрутка бедрами», и понятие «Изоляция» и наработать понятие «Затянутый носок».

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников. Педагог на занятиях по обучению современному танцу использует следующие **здоровьесберегающие технологии:**

- Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса (обстановка и гигиенические условия в кабинете; психологический климат на занятии; эмоциональные разрядки на занятии; наличие, место, содержание и продолжительность на занятии моментов

оздоровления - физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек).

- Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности учащихся (правильная организация занятия; использование каналов восприятия; учет зоны работоспособности учащихся; распределение интенсивности умственной деятельности).

- Психолого-педагогические технологии (снятие эмоционального напряжения; охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни; витаминизация и аромотерапия; технологии музыкального воздействия; арттерапия - коррекция через творчество; комфортное начало и окончание занятия).

Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а педагогу эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Для успешной реализации программы разработаны и рекомендуются для применения, следующие дидактические материалы: иллюстрационный и демонстрационный материал:

- видео материалы ведущих коллективов и танцоров;
- иллюстрации с изображением танцевальных костюмов;
- фотографии танцевальных коллективов;

раздаточный материал:

- карточки для творческих заданий,
- реквизит для танцевальных постановок;

материалы для проверки освоения программы:

- итоговые занятия,
- отчеты коллектива.

Структура занятия состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация учащихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата).

В основной части музыкально-ритмические упражнения, различные формы ходьбы и бега; элементы хореографии. Подбор упражнений предусматривает

последовательное воздействие на голеностопные, коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на:

- развитие и совершенствование основных физических качеств;
- формирование правильной осанки; воспитание творческой активности;
- совершенствование ранее разученных фигур, композиций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, бального танца; танцевальные композиции; постановочная работа

Заключительная часть решает задачи:

- снижение нагрузки,
- снижение утомляемости,
- повышение эмоционального тонуса или снятие чрезмерного возбуждения,
- подведение итогов занятия
- определение задач следующего занятия.

При этом педагог стремится к тому, чтобы итоговое суждение было сформулировано самими детьми, побуждает их к эмоциональной оценке занятия. В заключение дается оценка деятельности группы в целом и отдельных детей.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

На занятиях отводится время для теоретической подготовки.

Учитывая возрастные особенности учащихся, обычные занятия целесообразно чередовать с занятиями такого плана, как:

Занятие-беседа. Детям дается общее представление об основных этапах развития танцевального искусства, формируется понятие о видах и стилях современного танца, выразительных средствах. Беседы ведутся в доступной, живой, увлекательной форме;

Занятие-игра. Методические приемы таких занятий многообразны и варьируются в зависимости от:

- наличия различных видов деятельности: музыкальные игры, танцы, упражнения;
- особенности содержания и построения игры, танца, упражнения и комплекса программных умений;
- последовательности усвоения одного и того же навыка;
- последовательности разучивания отдельных игр, и т.д.

Занятия направлены на развитие у учащихся пластической выразительности, творческой активности, вовлечение всех детей в импровизационную деятельность.

Занятие-экскурсия. С группами учащихся проводится экскурсия на сцену, во время которой они знакомятся с секретами «закулисья» и сцены, получают понятия о театральном свете, о поведении во время концерта, массовых мероприятий, приобретают навыки ориентации в пространстве зал–сцена.

Типы занятий: вводное, изучение и первичное закрепление новых знаний, повторение и закрепление знаний и способов действия, обобщение и систематизация знаний, способов деятельности, проверка и оценка знаний и способов деятельности.

Ход занятия направлен на создание условий для активного участия всех детей в решении учебных задач; совмещения деятельности, протекающей при непосредственном участии педагога, с самостоятельной деятельностью детей.

Самостоятельная деятельность детей организуется на занятиях в целях закрепления знаний, отработки навыков и умений. Для контроля учащихся проводятся упражнения, музыкальные игры.

С целью сохранения здоровья детей и снятия эмоционального напряжения проводятся релаксирующие упражнения.

В ходе обучения используются следующие формы организации учебно-воспитательного процесса: групповая, индивидуальная.

Групповая – обучение ведется со всей группой.

Индивидуальная – предусмотрена для формирования индивидуального почерка каждого танцора и подготовки к соревнованиям.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо иметь:

1. Технические средства:

- просторный, хорошо отапливаемый зал со станками и зеркалами;
- специальное напольное покрытие, позволяющее учащимся свободно двигаться в танцевальной обуви;
- технические средства обучения: музыкальный центр с компакт-дисками, USB-выходом, аукс (разъем для подключения внешнего носителя), фонограммы, видеомагнитофон, видеотеку, ноутбук с доступом к сети Интернет.
- . репетиционные костюмы.

2. Форма для занятий:

- танцевальная обувь;
- репетиционные костюмы

Информационное обеспечение.

<https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%20%C2%AB%D0%B2%D0%B>

[E%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%C2%BB&path=wizard&parent-reqid=1623757518478048-4946083314343297481-balancer-knoss-search-yp-vla-2-BAL-2030&wiz_type=vital&filmId=14369123442825309677](https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%20%C2%AB%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%C2%BB&path=wizard&parent-reqid=1623757518478048-4946083314343297481-balancer-knoss-search-yp-vla-2-BAL-2030&wiz_type=vital&filmId=14369123442825309677)

[https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80-](https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%20%C2%AB%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%C2%BB&path=wizard&parent-reqid=1623757518478048-4946083314343297481-balancer-knoss-search-yp-vla-2-BAL-2030&wiz_type=vital&filmId=3545943744472135681)

https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%20%C2%AB%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%C2%BB&path=wizard&parent-reqid=1623757518478048-4946083314343297481-balancer-knoss-search-yp-vla-2-BAL-2030&wiz_type=vital&filmId=3545943744472135681

<https://my.mail.ru/mail/nina080569/video/154/155.html>

https://my.mail.ru/mail/korolevadubna/video/_myvideo/64.html

<https://my.mail.ru/mail/nina080569/video/154/165.html>

<https://my.mail.ru/mail/nina080569/video/154/189.html>

видеоматериал, видеоуроки

- диски с записью выступлений известных танцоров, чемпионов мира, России.

- Мастер-класс восточного танца от Ирины Роман

- диски с записью мастр-классов других знаменитых танцоров.

- Постановка Махмуда Реды. Хаггала.

- Мастер-класс ЯСМИН «СТАРОЕ БЕЛЕДИ ПО - НОВОМУ»

- Мастер-класс Людмилы Бугровой

- Мастер-класс Анастасии Сафоновой.

В целях вызвать интерес к танцам, в частности, восточным, и приобретения учащимися новых качеств – артистизма, коммуникабельности, умения преподнести себя, чувства коллективизма, развития своих творческих способностей и фантазии, в целях обретения гибкости и пластичности отношения к окружающему миру (что приобретается вместе с гибкостью и пластичностью тела), пропаганды здорового образа жизни, используются научно-познавательные и учебные фильмы:

Фильмы:

1) «Шаг вперед» (фильм 1-й, 2-й, 3-й, 4-й);

2) «Клон»;

3) «Алладин»;

4) «Великолепный век»;

5) «Держи ритм»;

6) «Тренер»-2018, Россия;

7) «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее».

Презентация на тему «Восточные танцы» Ирина Румянцева и Милена Князева

Список литературы для педагога

1. Абдуллина С.В., Здоровьесбережение в школе: опыт совершенствования учебно-воспитательного процесса / С.В. Абдуллина, А.Т. Тутатчиков // Вестн. Ин-та развития образования и воспитания подрастающего поколения при Челяб. гос. пед. ун-те. сб. № 16. 2003. С.123 -127.
2. Бабанский Ю.К. Интенсификация процесса обучения. М., Спектр, 2010.
3. Базарова Н. Классический танец. М., Искусство, 2016 г.
4. Айзман Р.И. Здоровье школьника и психолого-педагогические проблемы его коррекции. Новосибирск: Новосибир. гос. пед. ун-т, 2001. 15с.
5. Красовская В.М, ст. "О классическом танце", в кн. Н. Базарова, В.Мей "Азбука классического танца", СПб., 2015г.
6. . Кузьмина Н.В. Способности, одаренность, талант учителя. - Л., 2017 г.
7. Абдулина О.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования. - М., Сфера, 2017.
8. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», СПб, 2000.
9. М.В. Левин «Гимнастика в хореографической школе». М, 2014 г.
10. Учебно-методическое пособие Людмилы Мажаровой «Методика обучения современной бальной хореографии», 2014.
11. Бодалев А.А. «О психологических основах воспитания личности» // Вопросы психологии. – 2017г.
12. Прибылов Г. "Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов".-М. «Галерея», 2020.
13. Горшкова Е. Выразительные движения. Танец души. / Ред. сост. Баскаков В.Ю. М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2016.
14. Громова Е., Громов Ю., Гавликовский Н., Запесоцкий А., Звездочкин В., Ивановский Н., Муськина Е., Неугасова Т., Сапогов А., Тарасова Н., Фадеева С. "Основы подготовки специалистов-хореографов: хореографическая педагогика", учебное пособие. 2-е издание, СПбГУП, 2016.

Интернет-ресурсы:

<http://tantsyem.ru/metodika-prepodavaniya-horeograficheskix-disciplin/spisok-literatury-2/>

<https://portalpedagoga.ru/servisy/publik/publ?id=6978>

<http://spisok-literaturi.ru/istoriya-sozdannyh-spiskov-literatury/spisok-literaturyi-na-temu-tanets-balet-horeografiya-soderzhaschiy-slova-ritmika-detskiy-sad-214066.html>;

<https://mirznanii.com/a/277148-22/metodika-prepodavaniya-khoreograficheskikh-disciplin-uchebno-metodicheskoe-posobie-dlya-spetsialnosti-sotsialno-kulturnaya-deyatelnost-i-narodnoe-khudozhestvennoe-tvorchestvo-spetsializatsii-khoreograficheskoe-tvorchestvo-kirov-22/>

Список литературы для учащихся:

1. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», Гном-Пресс, 2016.
2. Учебно-методическое пособие Кауль Н., «Как научиться танцевать.
3. Спортивные бальные танцы»: Метод. пособ. / Кауль Н. - Ростов на Дону: Феникс, 2017.
4. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение, 2019 г.
5. Брон Л. Самоучитель восточных танцев. Танец. М.: Феникс, 2010. 231 с.
6. Васильев А.М. Египет и египтяне. М.: Классика плюс 2008, 543 с.
7. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. М.: Просвещение, 2007. 322 с.
8. Мэтин Эд. История Турецкого танца с иллюстрациями: от архаического танца к крутящимся дервишам, от беллиденса к балету. М.: Анкара, 2007. 445 с.
9. Синицына И.Е. В мире обычая. М.: Восточная литература. 2009. 125 с.
10. Валянский С.И., Калюжный Д. В. Путь на восток или без вести пропавшие во времени. М.: Крафт-Лен; АСТ: 2008. 314 с.
11. Коптюк. А. К. Учебно-методическое пособие «Танец живота». Изд-во Владпресс, 2011. 150 с
12. Черникина И. Б. Учебно-методическое пособие «Техника выполнения арабского танца ». Изд-во АСТ Москва, 2010. 163 с.
13. Гусева Н. А. Учебно-методическое пособие «Belly Dance для детей ». Изд-во Харвест, 2008. 180 с

..

Интернет-ресурсы:

<https://zen.yandex.ru/media/id/592e6d4ad7d0a6f53d9a2d4e/podborka-knig-pro-tancy-dlia-detei-5ab17a8fdd248459fb5bffec>

<http://tantsyem.ru/literatura-po-tancam/sovremennyj-tanec-i-garmonizacii-lichnosti/spisok-literatury>

<https://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>

<http://bookash.pro/ru/s/%D0%92%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86/>

Мониторинг усвоения авторской общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцы Востока»
возраст учащихся – 7-18 лет
срок реализации – 5 лет

Уровень усвоения учащимися авторской общеобразовательной общеразвивающей программы:

- выше 80% - высокий уровень;
- от 60%-до 80% - средний уровень;
- ниже 40% - низкий уровень.

Диагностика результатов и контроль реализации программы:

- комплексы контрольных заданий и упражнений;
- опрос-беседы по терминологии курса;
- проведение открытых занятий и мастер-классов;
- участие в разработке и реализации социально-значимых проектах;
- проведение отчётного концерта;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня.

Результаты оцениваются по единой десятибалльной системе:

- 1 б. – отсутствие знаний и умений по данной теме;
- 2-3 б. – практическое задание не выполнено;
- 4-5 б. – допущено много ошибок при выполнении практического задания;
- 6 б. – с некоторыми практическими заданиями не справился;
- 7 б. – практическое задание выполнил, но несколько раз обращался за помощью к педагогу;
- 8 б. – практическое задание выполнил, есть маленький недочёт;
- 9 б. – выполнил всё задание без ошибок;
- 10 б. – выполнил всё задание без ошибок, проявил творческий подход к выполнению задания.

Вывод: показателями результативности являются:

- успешное освоение учащимися авторской общеобразовательной общеразвивающей программы;
- увлечённое отношение учащихся к избранной деятельности;
- активное участие в концертных программах, достижения учащимися детского объединения «Школа танца «Эдем» на различных конкурсах и фестивалях детского творчества;
- личный профессиональный рост.

Предварительная диагностика
второй год обучения
детское объединение «Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Импровизация	Артистизм	Повороты по диагонали	Комплекс ОФП	Итог

Педагог __ Севрюкова М.А. __
Педагог __ Филатова И.С. __
Педагог __ Попова Т.О. __

Предварительная диагностика
пятый год обучения
детского объединения «Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Импровизаци я	Артистизм	Повороты п диагонали	Музыкальные игры	Итог

Педагог __Севрюкова М.А. __
Педагог __Филатова И.С. __
Педагог __Попова Т.О. __

**Промежуточная диагностика
первый год обучения
детского объединения «Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)**

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Концертная деятельность	Артистизм	Импровизация	Комплекс ОФП	Итог

Педагог __Севрюкова М.А. __
Педагог __Филатова И.С. __
Педагог __Попова Т.О. __

**Промежуточная диагностика
второй год обучения
детского объединения «Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)**

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Концертная и конкурсная деятельность	Сольное выступление	Импровизация	Комплекс ОФП	Итог

Педагог __Севрюкова М.А. __

Педагог __Филатова И.С. __

Педагог __Попова Т.О. __

Промежуточная диагностика
третий год обучения
детского объединения «Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)

Ф.И. учащихся	Предметная подготовка	Элементы классического экзерсиса	Концертная и конкурсная деятельность	Сольное выступление	Актерское мастерство	Комплекс ОФП	Итог

Педагог __Севрюкова М.А. __
Педагог __Филатова И.С. __
Педагог __Попова Т.О. __

**Итоговая диагностика обучения
детского объединения Школа танца «Эдем»
(оценивается от 0 до 10 баллов)**

№ п/п	Ф.И. учащегося	Теоретические знания	Классический экзерсис (упражнения у станка, на середине зала, аллегро)	Предметная подготовка	Уровень развития творческих способностей	Актерское мастерство	Постановочная работа	Концертная и конкурсная деятельность	Итог

Вывод _____

Педагог __Севрюкова М.А. __

Педагог __Филатова И.С. __

Педагог __Попова Т.О. __

Система критериев оценки сформированности качеств знаний учащихся

Уровни	Шкала оценок	К р и т е р и и		
		<i>Образовательный аспект</i>	<i>Воспитательный аспект</i>	<i>Развивающий аспект</i>
		Показатели		
Творческий	5 - 6	<p>Владеет содержанием программы материала: знает терминологию и умело ею пользуется. Знает особенности и выполнения всех элементов и ошибки при их исполнении.. Самостоятельно, четко, точно, грамотно выполняет танцевальные шаги, повороты. Нарботаны гибкость и пластичность. Свободно ориентируется в пространстве, эмоционально передает образы, импровизирует на заданную тему; грамотно выполняет движения в соответствии с музыкой, четко следует композиционному построению хореографической постановки. Движения уверенные, корпус поставлен, уверенно держит внутренний стержень. Высокая результативность на муниципальном, региональном и международном уровнях.</p>	<p>Развита самостоятельность, умение дать адекватную оценку своей деятельности и деятельности своих товарищей. Сформировано осознание социальной значимости полученных знаний. Ярко выражена социальная активность, желание участвовать в жизни коллектива, Дворца, города. Активно участвует в концертной и соревновательной деятельности. Высокий мотивационный уровень к собственной результативности и результативности коллектива.</p>	<p>Проявляет высокие свойства внимания Преобладает логическая память Преобладает творческое мышление (быстро ориентируется в новой ситуации, легко применяет полученные знания на практике, вносит свои коррективы). Сформированы умения организовывать свою деятельность, совершенствовать мастерство. Сформированы умения и навыки самообразовательной деятельности и самоанализа. Наблюдается стремление к творческой самореализации через самопознание и самооценку.</p>

Конструктивный	3 - 4	<p>Владеет программным материалом, но недостаточно отработаны основные умения и навыки: частично допускает неточности при исполнении некоторых движений. Не всегда эмоционально передает образы, хотя овладел мимикой в достаточной степени. Не всегда уверенно ориентируется в пространстве, выполняет элементарные движения в соответствии с музыкой, не всегда следует композиционному построению. Корпус поставлен. Владеет навыками культуры движения. Знает основные ошибки при исполнении базовых элементов</p> <p>Выполняет танцевальные шаги и повороты с незначительными ошибками.</p> <p>Недостаточно сформированы умения самостоятельно применять полученные знания в практической деятельности.</p> <p>Активное участие в концертной деятельности.</p>	<p>Достаточно полное понимание социальной значимости получаемых знаний.</p> <p>Устойчивый интерес к содержанию и эпизодический интерес к процессу деятельности. Достаточно сформирована самостоятельность, но умение дать адекватную оценку своей деятельности и деятельности своих товарищей сформировано в недостаточной степени.</p> <p>Ситуативно-позитивное отношение к ценностям окружающей действительности..</p>	<p>Проявляет в неполной мере свойства внимания при выполнении заданий педагога При осуществлении действий нуждается в некоторой помощи педагога (подсказки, напоминания).</p> <p>. Мотивация на самообразовательную деятельность и на самоанализ развита недостаточно.</p> <p>Способность организовывать свою деятельность, совершенствовать приобретённые умения и навыки в целом сформирована, но не всегда проявляется.</p>
-----------------------	--------------	---	--	--

Репродуктивный	0 - 2	<p>Программным материалом владеет в недостаточной степени или на уровне субъективного жизненного опыта, движения не уверенные. Корпус еще не поставлен.. Несложные задания выполняются самостоятельно, но по образцу. Не знает ошибки при исполнении элементов. Не всегда передает образы, практически не владеет мимикой, часто допускает ошибки при ориентации в пространстве, выполняет элементарные движения не всегда в соответствии с музыкой.</p>	<p>Наблюдается познавательный интерес к изучаемому материалу, но стремление повысить свои результаты не велико. Социальная значимость получаемых знаний и умений чаще всего не осознается. Интерес на уровне любопытства, проб своих возможностей, желания общения и игр со сверстниками, побуждение к участию в деятельности посредством контроля со стороны, внешними стимулами. Ответственность за результативность своей деятельности не сформирована.</p>	<p>Репродуктивное мышление (выполнение заданий по образцу, после объяснения, получения инструкций), но в единичных случаях пытается выполнять задания самостоятельно. Преобладает механическая память. Способность организовывать свою деятельность, совершенствовать приобретённые умения и навыки, сформирована частично. В основном не сформированы умения организовывать свою деятельность: четко выполнять конкретные задания, отрабатывать умения и навыки.</p>
-----------------------	--------------	--	--	---

