

Управление образования муниципального образования город Алексин  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета

Протокол от 10.09 2020 г. № 2



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»

Н.Н.Харитонов  
Приказ от 10.09 2020 г. № 2

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2020 - 2021 уч. год**  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Ориенталь»

Форма реализации программы – очная  
Год обучения – первый  
Номер группы – 1А  
Возраст обучающихся: 13-18 лет

Составитель:  
Добринина Марина Викторовна,  
педагог дополнительного образования  
МБУ ДО «ЦРТДиЮ»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа на 2020-2021 учебный год (далее – программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ориенталь» (утв. педагогическим советом от 27.08.2020г. №1) педагога дополнительного образования Добриной М. В.

Направленность программы – художественная.

Срок реализации программы – 1 год.

Цель программы – создание условий для совершенствования танцевальных навыков на основе усвоения хореографического материала, усиления эмоциональной отзывчивости и творческой активности, пробуждения в детях стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству, развития образного мышления и воображения; обучение детей исполнению восточного танца на сцене.

Задачи:

*Образовательные:*

- изучение особенностей фольклорной, классической восточной музыки, фьюжн-беллиданс, сложных ритмов восточного танца, особенностей сценического восточного танца;
- обучение названиям сложных движений и техник;
- обучение выполнению сложных движений и связок, сложной хореографии;
- обучение воспитанников выполнению движения по образцу и самостоятельно;
- углубленное изучение техники работы со сложными и парными аксессуарами для восточных танцев.

*Развивающие:*

- развитие чувства ритма;
- развитие гибкости, плавности движений;
- развитие творческих способностей;
- развитие умения индивидуальной импровизации под сложные ритмы

*Воспитательные:*

- воспитание любви к танцу и музыке вообще, и в частности к восточной музыке;
- воспитание навыков работы как самостоятельно, так и в коллективе, в обществе;
- воспитание гармоничной, творчески развитой личности ребенка.

Содержание программы направлено на обучение сложных элементов восточного танца. Создание оптимистической комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий способствует тому, что ребенок может радостно и свободно работать без чрезмерных усилий, сохранить радость, детскую непосредственность восприятия, эмоционально раскрепостить душу ребенка, создать жизнерадостный характер обучения, благоприятную среду для успешного освоения им хореографического материала, проявления творческих способностей – главное условие успеха.

Процесс обучения выстроен на использовании разнообразного арсенала конкретных методов и приемов, направленных на эффективное освоение ритмики, танца, на развитие и реализацию творческого потенциала обучающихся.

Количество обучающихся в группе – 10-15 человек.

Форма обучения – очная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Восточная сказка»	Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Восточная сказка»
Количества учебных часов – 216 часов.	Количества учебных часов – 216 часов.
Количество учебных часов в неделю – 6 часов.	Количество учебных часов в неделю – 6 часов.
Количество занятий в неделю – 2 занятия по 3 часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 3 часа, 1 занятие 2 часа.	Количество занятий в неделю – 3 занятия по 2 часа.
Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 5- 10 минут	Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 5 минут.

В 2020-2021 учебном году изменения в содержание программы не вносились.

Занятия проводятся в хореографическом зале.

Форма проведения занятий – групповая.

### Планируемые результаты

#### **Личностные:**

- уметь слушать собеседника, запоминать задания и выполнять их правильно;
- проявлять интерес к новому;
- формировать ответственное отношение к обучению;
- развивать творческие и актерские способности, художественно-эстетический вкус.

#### **Метапредметные:**

- укреплять навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;
- проявлять уважительное отношение к другому мнению;
- приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов.

#### **Предметные:**

- выполнять сложные движения и связки восточного танца, накладывать их друг на друга;
- использовать их в комбинации с танцевальным шагом и со сложными танцевальными аксессуарами;
- выполнять сложные вращения и повороты с разными танцевальными аксессуарами (веера, крылья, пои, ленты, веера-флаги, веера-пои и др.);
- знать различные направления фольклорного баллида (халиджи, ираки, саиди, нубия, дабка, марокко, тунис) и знать особенности его исполнения;
- использовать несколько сложных аксессуаров в одной танцевальной композиции (ленты, пои, веера-вейлы, крылья, веера-флаги);
- исполнять танцы со сложным хореографическим рисунком в парах, группами и индивидуально на сцене;
- соединять восточный танец с другими танцевальными направлениями (контемп, модерн, современный танец, испанский танец, латинский танец, фьюжн);
- знать и уметь различать сложные ритмы восточного танца и импровизировать под различную музыку и ритмы индивидуально и в группе;
- знать особенности сценического восточного танца.

### Формы контроля/аттестации

Текущий контроль успеваемости проводится в течение учебного периода с целью установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) программы.

Формы текущего контроля: беседа, практические задания на выполнение различных упражнений, выступления на различных мероприятиях, конкурсы, выполнение заданий на актерское мастерство, индивидуальная импровизация.

По завершению обучения по программе проводится промежуточная аттестация в форме отчетного концерта.

### Календарно-тематическое планирование на 2020-2021 учебный год

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ, обзор репертуара на учебный год. Подвижные игры.	2	13.09.20	
2.	Ориенталь-шоу. Танцевальные переходы в шоу-беллиданс. Комплекс упражнений на укрепление и разработку мышц шейного отдела позвоночника.	2	15.09.20	
3.	Особенности использования различных парных аксессуаров в ориенталь-шоу. Комплекс упражнений на разработку мышц грудного отдела позвоночника и мышц верхнего пресса.	2	17.09.20	
4.	Основные правила использования парных сложных аксессуаров больших размеров (пои, веера-пои, веера-флаги, крылья, ленты). Комплекс упражнений на разработку мышц поясничного отдела позвоночника и мышц нижнего пресса.	2	20.09.20	
5.	Танцевальный образ. Соответствие костюма образу в танцевальном шоу и в шоу-беллиданс. Комплекс упражнений на разработку и укрепление тазобедренных суставов.	2	22.09.20	
6.	Комплекс упражнений для выработки правильного положения корпуса и ног. Упражнения на смену положения корпуса. Смена позиций рук и ног в танце.	2	24.09.20	
7.	Комплекс упражнений для тренировки суставно-мышечного аппарата. Упражнения под контрастную музыку. Вращения вправо и влево. Музыкально-пространственные упражнения.	2	27.09.20	
8.	Особенности соединения сложных связок друг с другом и переходы из одного движения в другое. Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.	2	29.09.20	
9.	Основные правила положения корпуса, рук и ног в шоу-беллиданс во время работы с аксессуарами. Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.	2	01.10.20	
10.	Основные принципы выполнения вращений с различными танцевальными аксессуарами. Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях. Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.	2	04.10.20	
11.	Основные отличия положения рук в народном и классическом восточном танце. Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и тканью.	2	06.10.20	
12.	Упражнения на темпоритм (быстро, медленно, умеренно).	2	08.10.20	
13.	Упражнения на развитие гибкости и растяжки: «Качелька», «Колечко», «Лодочка», «Мостик». Лягушка», «Бабочка», «Неваляшка».	2	11.10.20	

14.	Упражнения на пластику: «выливайки», "полукаракатицы". Двойные круги бедрами.	2	13.10.20	
15.	Упражнения на пластику: волны корпусом – верхние, нижние и фронтальные; волны руками, волны в партере.	2	15.10.20	
16.	Упражнения на пластику: волна животом – верхняя и нижняя; двойной шаг верблюда.	2	18.10.20	
17.	Отработка упражнений на пластику: восьмерки бедрами, волны корпусом и руками, волны животом.	2	20.10.20	
18.	Ударные движения в восточном танце: «сбросы», «подбивка», «качалка с шагом».	2	22.10.20	
19.	Ударные движения в восточном танце: классический «ключ» - верхний и нижний	2	25.10.20	
20.	Ударные движения в восточном танце: «ключ саиди» - верхний и нижний; «ключи» с разворотом; шаги со сбросом бедра.	2	27.10.20	
21.	Ударные движения в восточном танце: верхняя, нижняя и боковая арка, аркада, скрутка, шаг со скруткой вокруг своей оси и в диагональ.	2	29.10.20	
22.	Ударные движения в восточном танце: «арабский скакун», шаг хагала, шаг с «качалкой», шаг с «подбивкой».	2	01.11.20	
23.	Отработка ударных движений – «ключи», подбивка, скрутка, «качалка», сбросы.	2	03.11.20	
24.	Виды шагов в восточном танце – «греческий», «скрестный», «виноградная лоза», шаг с подбивкой, шаг с ударом - и их соединение с базовыми движениями восточного танца.	2	05.11.20	
25.	Работа с руками в танце: основные позиции рук. Веера, волны руками. Соединение движений рук с танцем.	2	08.11.20	
26.	Знакомство с композицией и замыслом танца. Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связи. Танец "Халиджи": изучение 1й связи.	2	10.11.20	
27.	Особенности выражения эмоций в направлении халиджи. Подскоки в народном восточном танце. Танец "Халиджи": повторение 1й связи, изучение 2й связи.	2	12.11.20	
28.	Основные позиции рук в народном восточном танце. Танец "Халиджи": повторение 1й и 2й связи, изучение 3й связи.	2	15.11.20	
29.	Групповая импровизация под фольклорную песню с педагогом. Танец "Халиджи": изучение 4й связи.	2	17.11.20	
30.	Соединение 4х связок, отработка элементов танца. Понятие пируэта в фольклорном танце.	2	19.11.20	
31.	Танец "Халиджи". Отработка и повторение 4х связок танца. Разводка танца на рисунок. Изучение 5й связи.	2	22.11.20	
32.	Индивидуальная импровизация под фольклорную музыку. Танец "Халиджи": изучение 6й связи.	2	24.11.20	
33.	Танец "Халиджи": закрепление шагов и движений танца, повторение связок 1-6, изучение 7й связи.	2	26.11.20	
34.	Танец "Халиджи": повторение связок 1-7, изучение 8й связи. Особенности движения волосами в танце.	2	29.11.20	
35.	Танец "Халиджи":отработка основных элементов и техники исполнения танца. Эмоции в танце.	2	01.12.20	
36.	Особенности исполнения ориенталь-фьюжн. Особенности соединения базовых движений восточного танца с движениями других танцевальных направлений.	2	03.12.20	
37.	Особенности соединения направления "Табла" с другими танцевальными направлениями.	2	06.12.20	
38.	Танец Табла Фьюжн: начало (выход), изучение 1й связи.	2	08.12.20	

39.	Повторение движений на пластику. Танец Табла Фьюжн: повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	10.12.20	
40.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки» с педагогом. Танец Табла Фьюжн: изучение 3й связки.	2	13.12.20	
41.	Танец Табла Фьюжн: повторение 1й,2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	15.12.20	
42.	Танец Табла Фьюжн: повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	17.12.20	
43.	Повторение ударных движений: шаг хагала, ключи, арки, сбросы. Танец Табла Фьюжн: изучение 6й связки.	2	20.12.20	
44.	Танец Табла Фьюжн: повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка танца.	2	22.12.20	
45.	Танец Табла Фьюжн: повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца. Повторение Танца "Халиджи".	2	24.12.20	
46.	Повторение основных вращений с поями. Отработка движений рук в танце с веерами-поями	2	27.12.20	
47.	Отработка движений Табла Фьюжн.	2	29.12.20	
48.	Основные правила использования парных аксессуаров в шоу-беллиданс.	2	31.12.20	
49.	Саблы и кинжалы как основные аксессуары для шоу-беллиданс и правила работы с ними.	2	10.01.21	
50.	Особенности работы с веерами-флагами. Горизонтальные и вертикальные вращения с с флагами. Танец "Огонь и лед": изучение 1й связки	2	12.01.21	
51.	Базовые движения с использованием вееров-флагов. Танец "Огонь и лед": изучение 2й связки.	2	14.01.21	
52.	Вращения с флагами. Танец "Огонь и лед": изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	17.01.21	
53.	Проходки с флагами. Танец "Огонь и лед": изучение 4й связки, перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	19.01.21	
54.	Танец "Огонь и лед": соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	21.01.21	
55.	Техника движения с флагами в паре. Танец "Огонь и лед": повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	24.01.21	
56.	Танец "Огонь и лед": повторение связок 1-6, изучение 7й связки.Изучение партии в партере.	2	26.01.21	
57.	Танец "Огонь и лед": повторение связок 1-7, изучение 8й связки.	2	28.01.21	
58.	Танец "Огонь и лед". Соединение быстрой танцевальной партии с партией в партере. Разводка на рисунок.	2	31.01.21	
59.	Танец "Огонь и лед". Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	02.02.21	
60.	Особенности классического восточного танца под эстрадную песню. Основные Движения рук в классике. "Мягкие" руки, руки-волны.	2	04.02.21	
61.	Особенности выражения эмоций в направлении "эстрадная песня". Отработка движений на пластику. Отработка волн. Восьмерки бедрами. Танец "Alby Mal": изучение 1й связки.	2	07.02.21	

62.	Повторение волн и восьмерок. Танец "Alby Mal": повторение начала танца и 1й связки, изучение 2й связки.	2	09.02.21	
63.	Расходка на рисунок. Зеркальное отображение движений. Танец "Alby Mal": изучение 3й связки.	2	11.02.21	
64.	Техника работы мышцами живота. Танец "Alby Mal": повторение связок 1-3, изучение 4й связки. Расходка из общего рисунка в круг.	2	14.02.21	
65.	Техника движений руками и плечами. Танец "Alby Mal": соединение связок 1-4, изучение 5й связки.	2	16.02.21	
66.	Отработка и повторение «двойного верблюда», «тарелки», «полубочки». Танец "Alby Mal": изучение бй связки. Расходка из общего рисунка на пары.	2	18.02.21	
67.	Отработка восьмерок и волн руками и животом. Танец "Alby Mal": изучение 7й и 8й связки.	2	21.02.21	
68.	Танец "Alby Mal": волны и восьмерки в партере. Отработка основных движений в партере.	2	25.02.21	
69.	Танец "Alby Mal": отработка основных элементов танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	28.02.21	
70.	Повторение основных (базовых) движений восточного танца – волны, восьмерки, удары, шаги (скрестный, «греческий», приставной). Повторение основных позиций рук.	2	02.03.21	
71.	Повторение ударных движений, «сбросы», «подбивка». Танец "Арабская ночь": начало (выход), изучение 1й связки.	2	04.03.21	
72.	Танец "Арабская ночь": повторение 1й связки, изучение 2й связки. Индивидуальная импровизация.	2	07.03.21	
73.	Соединение элементов восточного танца и движений с веерами-вейлами.	2	09.03.21	
74.	Танец "Арабская ночь": повторение 1й,2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	11.03.21	
75.	Танец "Арабская ночь": повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	14.03.21	
76.	Повторение вращений в веерами-вейлами. Танец "рабская ночь": изучение бй связки.	2	16.03.21	
77.	Танец "Арабская ночь": повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка танца.	2	18.03.21	
78.	Танец "Арабская ночь": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца.	2	21.03.21	
79.	Особенности работы с большими полотнами ткани. Особенности танцевального направления "шоу"	2	23.03.21	
80.	Горизонтальные и вертикальные вращения с точкой. Использование нескольких аксессуаров в шоу. Танец "Четыре стихии": изучение 1й связки.	2	25.03.21	
81.	Соединение движений больших полотен ткани с движениями восточного танца. Танец "Четыре стихии": изучение 2й связки.	2	28.03.21	
82.	Движения в партере. Танец "Четыре стихии": изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	30.03.21	
83.	Особенности выражения эмоций в шоу-беллиданс. Танец "Четыре стихии": изучение 4й связки. Перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	01.04.21	
84.	Танец "Четыре стихии": соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	04.04.21	

85.	Техника движения вейлами и крыльями в танце, прогибы. Танец "Четыре стихии": повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	06.04.21	
86.	Танец "Четыре стихии": изучение сольной партии, повторение связок 1-6, изучение 7й связки.	2	08.04.21	
87.	Танец "Четыре стихии": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	11.04.21	
88.	Особенности исполнения прыжков в фольклорном восточном танце. Танец "Марокко": изучение 1й связки.	2	13.04.21	
89.	Особенности выражения эмоций в направлении «Марокко». Подскоки в народном восточном танце. Танец "Марокко": повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	15.04.21	
90.	Основные позиции рук в народном восточном танце. Танец "Марокко": повторение 1й и 2й связки, изучение 3й связки.	2	18.04.21	
91.	Групповая импровизация под фольклорную песню с педагогом. Танец "Марокко": изучение 4й связки.	2	20.04.21	
92.	Соединение 4х связок, отработка элементов танца. Понятие пируэта в фольклорном танце.	2	22.04.21	
93.	Танец "Марокко". Оработка и повторение 4х связок танца. Разводка танца на рисунок. Изучение 5й связки.	2	25.04.21	
94.	Индивидуальная импровизация под фольклорную музыку. Танец "Марокко": изучение 6й связки.	2	27.04.21	
95.	Танец "Марокко": закрепление шагов и движений танца, повторение связок 1-6, изучение 7й связки.	2	29.04.21	
96.	Танец "Марокко": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Особенности движения волосами в танце.	2	02.05.21	
97.	Танец "Марокко": отработка основных элементов и техники исполнения танца. Эмоции в танце.	2	04.05.21	
98.	Групповая импровизация под эстрадную восточную песню.	2	06.05.21	
99.	Индивидуальная импровизация под эстрадную восточную песню.	2	11.05.21	
100.	Отработка элементов движений с аксессуарами, используемыми в отчетном концерте.	2	13.05.21	
101.	Повторение танцев, изученных ранее: "Четыре стихии", Табла фьюжн, "Марокко", "Огонь и лед".	2	16.05.21	
102.	Повторение танцев, изученных ранее: "Alby mal", "Арабская ночь", "Халиджи".	2	18.05.21	
103.	Подготовка к отчетному концерту. Работа над эмоциями в танцах.	2	20.05.21	
104.	Подготовка к отчетному концерту. Оработка танцев по рисунку.	2	23.05.21	
105.	Подготовка к отчетному концерту. Повторение всех изученных танцев.	2	25.05.21	
106.	Генеральная репетиция отчетного концерта.	2	27.05.21	
107.	Промежуточная аттестация. Отчетный концерт.	2	30.05.21	
108.	Подведение итогов года.	2		
	ИТОГО	216		

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо:

хореографический зал, оборудованный зеркалами, колонка, станок, ковер для упражнений, душевая комната и санузел, оснащенный горячей и холодной водой, раздевалки, освещение естественное (окна) и искусственное (лампы дневного света), аппаратура для озвучивания;

обучающиеся должны иметь на занятии: чешки, лосины (шорты), футболка.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ар Сантем, Ар Зонго, Ари Суфит. Искусство арабского танца. Учебное пособие. - М.: Институт Йога Гуру Ар Сантема, 1998.
2. Ар Сантем, Ари Суфит. Ступени мастерства для практикующих преподавателей танца. Методическое пособие. - М.: ИЙГАС, 2004.
3. Брон Л. Самоучитель восточных танцев. Танец живота. Издательство: Ростов-на-Дону, Феникс, 2004.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. - Москва, «ВАКО», - 2004 г.
5. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. - М.: Институт Практической Психологии, 1997. / Под редакцией Рузской А.Г.
6. Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия. - М.: Владос, - 2000.
7. Росанова О. В. Восточный танец. Секреты создания костюма. - М.: Издательство ФЕНИКС, 2006.
8. Черемнова Е. Танцетерапия: Танцевально-оздоровительные методики для детей. - М.: Феникс, 2008.
9. Журнал «Ориенталь» (русский журнал о восточном танце). - №3.2005, №2.2005, №4.2006, №2.2010.