

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

ПРИНЯТО

педагогическим советом

протокол № 1
от « 31» августа 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»

_____ Н.Н.Харитонова
приказ от 31.08.2021г. № 81-д

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Восточная сказка»

Возраст учащихся: 6-18 лет
Срок реализации: 6 лет

Автор - составитель:
Добринина Марина Викторовна,
педагог дополнительного образования

Алексин

2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Восточная сказка» (далее – Программа) разработана в соответствии с: Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», уставом МБУ ДО «ЦРТДиЮ» и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

Направленность – художественная.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от педагога, руководителя объединения не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. В танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Программа разработана в 2016 году, в 2018-2019 году программа обновлена, в 2020 году- пролонгирована.

Актуальность данной образовательной программы связана с тем, что в настоящее время особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, и именно восточные танцы и музыка стали в последнее время очень популярными среди населения нашей страны, как среди взрослых, так и среди детей и подростков.

Особенность восточного танца – это не только красивые движения, это и развитие женственности, и умение владеть своим телом, и специфическое влияние особых ритмов на самочувствие и настроение, и развитие творческих способностей. Умение педагога использовать эти особенности для развития творческой гармоничной личности будет особенно важно в работе с детьми и подростками, так как именно в этом возрасте дети особенно восприимчивы ко всему новому, прекрасному, непосредственны в восприятии привычных для взрослых вещей.

Педагогическая целесообразность. Для девочек особенно важно учиться женственности, плавности и гибкости, так же, как и важно уметь владеть своим телом, расслабляться, сотрудничать, работать в парах, небольших коллективах-командах, выступать перед публикой, подать себя в наиболее выгодном свете, уметь подбирать одежду, подчеркивающую достоинства. Приобщение к миру восточного танца, прослушивание мелодичной, ритмичной музыки развивают и внутренне обогащают детей,

прививают умение через танец выразить различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Практическая значимость программы в том, что она предполагает знакомство детей с особенностями восточного танца, ритмическим и инструментальным разнообразием восточной музыки, восточным костюмом и его разновидностями. Занятия по программе - это и теория (рассказ педагога, иллюстрации из книг, обучающих пособий, видеоматериала), и практика (отработка движений, связок движений, простых и сложных танцев). Также особенностью занятий по программе является чередование видов деятельности (интенсивная тренировка – плавные упражнения, танец – письменное задание). По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки и дети с ограниченными возможностями здоровья.

Программа подразумевает использование здоровьесберегающих технологий. Это реализуется за счет:

- проведения инструктажа по технике безопасности (по сезону);
- постепенного увеличения нагрузки в период всего курса обучения;
- начала занятий с разминки на каждую часть тела, на каждую группу мышц;
- учета особенностей возраста, роста, веса обучающегося в выполнении упражнения, танца;
- чередования интенсивных упражнений с плавными;
- возможности отдыха обучающегося в любое время.

Кроме физиологического аспекта здоровьесберегающих технологий, важно отметить и психологический аспект:

- умение владеть своим телом дарит обучающемуся положительные эмоции;
- работа в паре, в команде дает возможность развивать навыки конструктивного и позитивного диалога, что немаловажно для развития психологически здоровой личности;
- положительное подкрепление успешного выполнения движений, танца от педагога также позитивно сказывается на эмоциональном состоянии ребенка.

Важно заметить, что ритмы восточной музыки по исследованиям многих авторов имеют терапевтический эффект за счет особого чередования акцентов, сильных и слабых долей.

Адресат программы: программа предназначена для детей в возрасте **от 6 до 18 лет**.

Педагог – руководитель хореографического объединения постоянно занимается эстетическим воспитанием детей, с тем, чтобы они были всесторонне подготовлены к художественному восприятию и созиданию действительности. В основе этого воспитания лежит формирование любви к своей национальной культуре, народному творчеству, интересу и пониманию красоты окружающего мира, общения. Достижение физического совершенства должно стать важной частью воспитания на занятиях хореографии.

Все эти задачи воспитания неотделимы от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода.

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные – устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других.

В 6-летнем возрасте дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Дети этого возраста быстро утомляются. Внимание быстро переключается. Ребенок сосредоточен до тех пор, пока интерес не угаснет. Появление

нового предмета /нового задания/, тотчас переключает внимание на него. Длительное время ребенок не может выполнять одно и то же движение. Ведущим у детей является конкретно-образное мышление, т.е. педагог должен использовать в своей работе яркое словесное рисование – описание, сравнение, наглядность, показ. Их мировоззрение носит чувственный характер. Это игровой возраст, для него характерны - жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Задания педагога выполняют не обсуждая. Возбуждение сильнее, чем торможение.

В этом возрасте дети подвижны. Легки, но, несмотря на утомляемость, необходимо удовлетворить их потребность в движении. Дети могут координировано и ритмично ходить, бегать, прыгать, высоко поднимать ноги в колене, скакать с ноги на ногу.

В 7-10 - летнем возрасте все еще слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей 7-10 лет.

Дети этого возраста уже школьники, они могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно.

Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений.

Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции яркие и проявляются открыто и непосредственно. В этом возрасте дети жизнерадостны и доверчивы.

С этого возраста дети начинают видеть свои и чужие недостатки, начинают сравнивать себя с другими.

10-14 лет – в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим).

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Они обидчивы. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Еще большее значение приобретает индивидуальный подход. Для ребенка это самый трудный, переломный возраст во всех отношениях. Болезненно воспринимают критику. Они пытаются проявлять самостоятельность от родителей, педагога, начинают осознавать себя как личность, поэтому подростков все больше привлекают личностные качества педагога. Теперь они не будут безоговорочно слушаться, и слепо доверяться педагогу. Надо завоевать их уважение, подростки начинают ценить волевые качества, ум, характер, профессионализм педагога. Этот возраст отличается активностью, восприимчивостью, им свойственно стремление к действию, выполнению задания. Для подростков становятся чуждыми конкретные приземленные образы, характеры, сюжеты.

14-18 лет - это период завершения физического созревания, когда организм достигает биологической зрелости, поэтому стремление выделиться, обратить на себя внимание, интерес к противоположному полу становится особенно значительными. Отсюда озабоченность своей внешностью, стремление к броским нарядам.

Юность особенно чувствительна к внутренним психологическим проблемам. Этот возраст ценит в себе и других убеждения, кругозор, умственные способности, волю, стремятся к росту, развитию, творчеству, критическому мышлению. Подростки уделяют повышенный интерес к человеческой личности и межличностному общению, которое становится особенно значительным и избирательным.

Физически подростки готовы к большой нагрузке. Они сами уже осознают уровень своей танцевальной подготовки и начинают стремиться к лучшему, тем более, если есть на кого равняться. Им начинает доставлять удовольствие физическая нагрузка, многократное повторение упражнения. Они начинают “слышать” свое тело, ощущать работу определенных мышц.

Для успешной работы педагог-руководитель должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

Срок реализации программы – 6 лет.

Уровень освоения программы – базовый.

Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования 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 искусству восточного танца.

Задачи программы:

Образовательные:

- ознакомление обучающихся с особенностями восточной музыки, восточного танца;
- обучение названиям различных движений;
- обучение выполнению различных движений (от простых к сложным), связок движений, простых танцев;
- обучение детей выполнению движения по образцу и самостоятельно;
- ознакомление детей с аксессуарами для восточных танцев (трости, платки).

Развивающие:

- развитие чувства ритма;
- развитие гибкости, плавности движений;
- развитие творческих способностей;
- развитие умения индивидуальной импровизации.

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.

Особенности организации образовательного процесса

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей). Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14, пункт 8.10.).

Донабор в группы 2-го, 3-го, 4-го, 5-го и 6-го года обучения проходит после предварительного просмотра детей. Желающие начать обучение в группах 2-го, 3-го, 4-го, 5-го или 6-го года обучения должны:

- обладать базовыми хореографическими знаниями;
- уметь слышать музыку;
- уметь импровизировать под музыку;
- уметь делать вращения через точку;
- знать базовый танцевальный шаг.

Форма обучения - очная.

Место проведения занятий – **аудиторные**.

Учебные занятия проводятся в **групповой** форме.

Количество детей в группе:

первый год обучения: 10-15 человек;

второй год обучения: 10-15 человек;

третий год и последующие года обучения: 8-13 человек.

Объём программы: общее количество учебных часов - **1152/1080 часа**.

1 год обучения – 144 часа в год/72 часа в год;

2 год обучения – 144 часа в год;

3 год обучения – 144 часа в год;

4 год обучения – 216 часов в год;

5 год обучения – 216 часов в год;

6 год обучения – 216 часов в год.

Режим работы:

1 год обучения:

144 часа – 2 раза в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу.

72 часа - 1 раз в неделю 2 часа; 2 раза в неделю по 1 часу.

2-3 года обучения - 2 занятия по 2 часа; 1 раз в неделю 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу.

4-6 года обучения - 2 занятия по 3 часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 4 часа, 1 занятие 2 часа.

Продолжительность учебного занятия для детей до 8 лет в соответствии с нормами СанПиН составляет: 30 минут. Перерыв между занятиями: 5-10 минут.

Продолжительность занятий детей от 8 лет - 45 минут, 5-10 минут перемена.

Продолжительность образовательного процесса: 36 учебных недель.

Начало занятий групп 1-го года обучения – 11 сентября текущего года, 2-го, 3-го года обучения – 1 сентября текущего года. Завершение образовательного процесса – 31 мая следующего года.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 год обучения (72 часа)

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	0,5	0,5	1	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	1,5	6,5	8	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы хореографических элементов.	1	21	22	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	1	35	36	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	3	3	Групповая импровизация
6	Итоговое занятие	-	2	2	Отчетный концерт
	Всего:	4	68	72	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (1 час)

Теория (0,5 часа). Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно-гигиеническими правилами, правилами БДД, правилами ПБ, правилами поведения на занятиях. История зарождения, появления и развития танца. Разновидности восточного танца.

Практика (0,5 часа). Подвижные игры. Знакомство группы.

Раздел 2. Комплекс общеразвивающих упражнений (8 часов)

Теория (1,5 часа). Беседа на темы: «Что такое восточный танец?», «Восточная музыка». Правила выполнения комплекса развивающих упражнений.

Практика (6,5 часов). Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений.

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.).

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника:

движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону).

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног).

Движения для сухожилий ног (шаги с носка по кругу, шаги с высоким подъемом колена, шаги на полупальцах, шаги на пятках, скрестный шаг).

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук).

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

Раздел 3. Основы хореографических элементов (22 часа)

Теория (1 час).

Общее представление о хореографии и назначении хореографических элементов. Изучение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени», Положение головы, правила выполнения

приседания, подъема на полупальцы. Знакомство детей с особенностями восточного танца, восточным костюмом.

Практика (21 час).

Хореографическая разминка:

техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения на 180, 360 градусов;

танцевальный счет;

упражнения на постановку корпуса. Поклон-приветствие. Позиция ног – б.

Ритмы восточной музыки: от простых к сложным. Знакомство с видами ритмов восточной музыки. Прослушивание простых ритмов, прохлопывание и простукивание.

Основные (простые) движения восточного танца.

Знакомство с основными движениями восточного танца: движения головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами. Хореография движений головой и шеей, плечами, руками, грудью, животом, бедрами, тазом, ногами.

Ритмы восточной музыки: максум, балади, саиди.

Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы, справа и слева на уровне груди.

Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» – круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Логика поворотов вправо и влево.

Знакомство с основными движениями восточного танца. Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Название, демонстрация и разучивание основных простых движений: «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «тряска», «винт», «прогиб», «заброс», «подбив», «египетские руки», «домик», «бабочка».

Соединение простых элементов движений в отдельные связки.

Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связки.

Раздел 4. Постановка и отработка танцевальных композиций (36 часов)

Теория (1 час).

История зарождения восточного танца. Основные направления восточного танца (классика, фольклор, шоу, табла, эстрадная песня, трайбл). Роль эмоций в танце.

Практика (35 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев направления "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев с предметами.

Раздел 5. Игровые упражнения (3 часа)

Игры на развитие воображения и актерского мастерства

«Море волнуется». Ведущий задает объект, который необходимо отразить как статически, так и динамически.

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Групповая импровизация. Импровизация – как способ выражения себя в танце. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, в группе.

Раздел 6. Итоговые занятия (2 часа).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Участие в отчетном концерте

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 год обучения (144 часа)

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2,5	15,5	18	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы хореографических элементов.	2	40	42	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	2	70	72	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	6	6	Групповая импровизация
6	Итоговое занятие	-	4	4	Отчетный концерт
	Всего:	8,5	135,5	144	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час). Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно-гигиеническими правилами, правилами БДД, правилами ПБ, правилами поведения на занятиях. История зарождения, появления и развития танца. Танец – как искусство. Особенности восточного танца и восточной музыки. Разновидности восточного танца.

Практика (1 час). Подвижные игры. Знакомство группы.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (18 часов)

Теория (2,5 часа). Беседа на темы: «Что такое восточный танец?», «Восточная музыка», «Основные ритмы восточной музыки». Правила выполнения комплекса развивающих упражнений.

Практика (15,5 часов). Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений.

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.).

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника:

движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону).

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног).

Движения для сухожилий ног (шаги с носка по кругу, шаги с высоким подъемом колена, шаги на полупальцах, шаги на пятках, скрестный шаг).

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук).

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы хореографических элементов (42 часа)

Теория (2 часа).

Общее представление о хореографии и назначении хореографических элементов. Изучение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени», Положение головы, правила выполнения приседания, подъема на полупальцы. Знакомство детей с особенностями восточного танца, ритмическим и инструментальным разнообразием восточной музыки, восточным костюмом и его разновидностями.

Практика (42 часа).

Хореографическая разминка:

техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения на 180, 360 градусов;

танцевальный счет;

упражнения на постановку корпуса, поклон-приветствие, позиция ног – б.

Ритмы восточной музыки: от простых к сложным. Знакомство с видами ритмов восточной музыки. Прослушивание простых ритмов, прохлопывание и простукивание. Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Основные (простые) движения восточного танца.

Знакомство с основными движениями восточного танца: движения головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами. Хореография движений головой и шеей, плечами, руками, грудью, животом, бедрами, тазом, ногами.

Ритмы восточной музыки: максум, балади, саиди, масмуди, фаллахи.

Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы, справа и слева на уровне груди.

Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» – круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Знакомство с основными движениями восточного танца. Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Название, демонстрация и разучивание основных простых движений: «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «тряска», «винт», «прогиб», «заброс», «подбив», «египетские руки», «домик», «бабочка».

Соединение простых элементов движений в отдельные связки.

Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (72 часа)

Теория (2 часа).

История зарождения восточного танца. Основные направления восточного танца (классика, фольклор, шоу, табла, эстрадная песня, трайбл). Понимание смысловой, сюжетной линии танца. Понятие танцевального образа. Выбор костюма для танца. Роль эмоций в танце.

Практика (70 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев направления "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев с предметами.

5. Игровые упражнения (6 часов)

Практика

Игры на развитие воображения и актерского мастерства

«Море волнуется». Ведущий задает объект, который необходимо отразить как статически, так и динамически.

«Грустно-весело». Задача в игре состоит в том, чтобы при смене слов (грустно, весело, смешно, печально) успеть отобразить озвученные эмоции, после слов необходимо продолжать выполнять танцевальные движения.

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Импровизация – как способ выражения себя в танце. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе.

6. Итоговые занятия (4 часа)

Выступление с номерами, подготовленными за год. Постановка восточной сказки.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 1 года обучения

Предметные результаты:

выполнять движения восточного танца;

выполнять связки движений в разных плоскостях;

знать и различать различные ритмы восточной музыки;

уметь импровизировать под знакомую музыку;

уметь танцевать простые танцы в парах, группами и индивидуально;

знать о правилах и технике использования аксессуаров в танце;

знать виды восточных костюмов и хореографические особенности использования костюма.

Метапредметные результаты:

сформировать навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;

сформировать уважительное отношение к другому мнению;

приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов.

Личностные результаты:

уметь слушать собеседника, запоминать задания и выполнять их правильно;

проявлять интерес к новому;
 ответственное отношение к обучению по программе;
 развивать творческие способности, художественно-эстетический вкус.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2	14	16	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы сложных хореографических элементов восточного танца	2	42	44	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	2	70	72	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	4	4	Индивидуальная импровизация
6	Итоговое занятие	-	6	6	Отчетный концерт
	Всего:	7	137	144	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час). Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно-гигиеническими правилами, правилами БДД, правилами ПБ, правилами поведения на занятиях. Знакомство с планом работы на учебный год. Восточный танец с использованием аксессуаров.

Практика (1 час). Подвижные игры.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (16 часов)

Теория (2 часа). Беседа на темы: разновидности восточной музыки, основные направления восточного танца - классика, фольклор, шоу, табла. Разновидности восточного танца - шааби, саиди, халиджи, гавази. Сложные ритмы восточного танца - беладии, масмуди.

Практика (16 часов). Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.)

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника и мышц верхнего пресса:
 движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону);

движения для укрепления мышц верхнего пресса: наклоны и прогибы назад, повороты, скрутка корпуса, наклоны в стороны.

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для разработки мышц нижнего пресса: подъем ног, лежа на полу, подтягивание и расслабление мышц живота, удары диафрагмой.

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног).

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук).

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы сложных хореографических элементов восточного танца (44 часа)

Теория (2 часа).

Представление о месте восточного танца в общей хореографии. Повторение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени», Положение головы, правила выполнения приседания, подъема на полупальцы. Знакомство детей с разновидностями восточной музыки и со сложными элементами восточного танца. Особенности использования парных аксессуаров в танце.

Практика (42 часа).

Хореографическая разминка:

упражнения на постановку корпуса. Поклон-приветствие. Позиция ног – 6.

техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения корпуса на 180, 360 градусов.

танцевальный счет.

Сложные ритмы восточной музыки: масмуди, беледи, саиди, фаллахи.

Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Усложненные движения и связки восточного танца

Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.

Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.

Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы, справа и слева на уровне груди.

Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» – круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, бочка и полубочка, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях.

Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.

Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (72 часа)

Теория (2 часа).

Основные направления восточного танца (классика, фольклор, шоу, табла, эстрадная песня, трайбл). Понимание смысловой, сюжетной линии танца. Понятие танцевального образа. Выбор костюма для танца. Роль эмоций в танце.

Практика (70 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental classic" (классический восточный танец).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев направления Tabla (Табла).

5. Игровые упражнения (4 часа)

Игры на развитие воображения и актерского мастерства

«Море волнуется». Ведущий задает объект, который необходимо отразить как статически, так и динамически.

«Грустно-весело». Задача в игре состоит в том, чтобы при смене слов (грустно, весело, смешно, печально) успеть отобразить озвученные эмоции, после слов необходимо продолжать выполнять танцевальные движения.

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Импровизация – как способ выражения себя в танце. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе.

6. Итоговые занятия (6 часа).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Постановка восточной сказки.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 2 года обучения

Предметные результаты:

- выполнять сложные движения и элементы восточного танца;
- уметь импровизировать под различные направления восточной музыки;
- знать и различать сложные ритмы восточной музыки;
- уметь работать с аксессуарами в танце (трости, веера, сагаты, вейлы, свечи);
- умение исполнять танец со сложным хореографическим рисунком.

Метапредметные результаты:

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

Личностные результаты:

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

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 год обучения

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2	16	18	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы сложных хореографических элементов восточного танца	2	40	42	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	2	68	70	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	2	2	Индивидуальная импровизация
6	Концертная деятельность	-	8	8	Отчетный концерт
7	Итоговое занятие	-	2	2	Беседа
	Всего:	7	137	144	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час). Цели и задачи объединения на новый учебный год. Повторение санитарно-гигиенических правил, правил БДД, правил ПБ, правил поведения на занятиях. Знакомство с планом работы на учебный год. Восточный танец с использованием сложных и парных аксессуаров.

Практика (1 час). Подвижные игры.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (18 часов)

Теория (2 часа). Беседа на темы: разновидности восточной музыки, основные направления восточного танца - классика, фольклор, шоу, табла. Стили и подвиды этих направлений восточного танца - шааби, саиди, халиджи, гавази и др. Особенности направления Шоу-беллиданс. Роль костюмов в Шоу - беллиданс.

Практика (16 часов).

Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.)

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника и мышц верхнего пресса:

движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону);

движения для укрепления мышц верхнего пресса: наклоны и прогибы назад, повороты, скрутка корпуса, наклоны в стороны.

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для разработки мышц нижнего пресса: подъем ног, лежа на полу, подтягивание и расслабление мышц живота, удары диафрагмой.

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног);

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук);

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы сложных хореографических элементов восточного танца (42 часа).

Теория (2 часа).

Особенности выполнения хореографических элементов в классическом и народном направлениях восточного танца. Повторение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени». Повторение разновидностей восточной музыки. Особенности использования сложных и парных аксессуаров в танце.

Практика (40 часов).

Хореографическая разминка:

упражнения на постановку корпуса. Поклон-приветствие. Позиция ног – 6; техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения корпуса на 180, 360 градусов; танцевальный счет.

Сложные ритмы восточной музыки: масмуди, беледи, саиди, фаллахи. Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Усложненные движения и связки восточного танца

Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.

Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.

Положение рук в классическом восточном танце - 5 основных позиций: в стороны, вверх, вниз, правая в сторону - левая вверх и наоборот, правая перед собой - левая вверх и наоборот.

Прыжки в народном восточном танце. Виды подскоков. Положения стопы в момент подскоков. Основные позиции рук в народном восточном танце.

Положения головы в народном восточном танце. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; скольжение вправо-влево и вперед-назад по прямой.

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, бочка и полубочка, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях.

Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.

Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками.

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (70 часов)

Теория (2 часа).

Основные направления восточного танца (классика, фольклор, шоу), их стили и разновидности. Разновидности фольклорного направления восточного танца. Использование парных аксессуаров (ленты, сагаты) и аксессуаров для Шоу-беллиданс. Понятие танцевального образа. Роль костюма и роль эмоций в танцевальном шоу.

Практика (68 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение танцев по направлению "Oriental folk" (фольклорный восточный танец).

Изучение танцев по направлению "Oriental show" (шоу-беллиданс) с использованием парных аксессуаров.

5. Игровые упражнения (2 часа).

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе. Импровизация под фольклорную восточную музыку.

6. Концертная деятельность (8 часов).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Участие в межрайонных, межрегиональных и всероссийских конкурсах. Постановка восточной сказки.

7. Итоговое занятие (2 часа).

Практика (2 часа). Повторение танцев, и основных элементов, изученных за год.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 3 года обучения

Предметные результаты:

выполнять сложные движения, элементы и связки восточного танца;

уметь импровизировать под различные направления восточной музыки;

знать и различать три направления восточного танца: Oriental Classic (классический восточный танец), Oriental Folk (народный восточный танец) и Oriental Show (танцевальное шоу);

уметь исполнять различные стили вышеперечисленных трех направлений восточного танца;

уметь работать с парными и сложными аксессуарами в танце (веера, вейлы, свечи, крылья, пои);

умение исполнять танец со сложным хореографическим рисунком.

Метапредметные результаты:

сформировать навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;

сформировать уважительное отношение к другому мнению;

приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов.

Личностные результаты:

уметь слушать собеседника, запоминать задания и выполнять их правильно;

проявлять интерес к новому;

ответственное отношение к обучению по программе;

развивать творческие способности, художественно-эстетический вкус.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 год обучения

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2	16	18	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы сложных хореографических элементов восточного танца	2	40	42	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	4	112	116	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	8	8	Индивидуальная и групповая импровизация
6	Концертная деятельность	-	28	28	Отчетный концерт
7	Итоговое занятие	-	2	2	Беседа
	Всего:	9	207	216	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час). Цели и задачи объединения на новый учебный год. Повторение санитарно-гигиенических правил, правил БДД, правил ПБ, правил поведения на занятиях. Знакомство с планом работы на учебный год. Восточный танец с использованием сложных и парных аксессуаров.

Практика (1 час). Подвижные игры.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (18 часов)

Теория (2 часа). Беседа на темы: разновидности восточной музыки, аксессуары, которые используются в восточном танце. Стили и подвиды направлений восточного танца - шааби, саиди, халиджи, гавази и др. Особенности направления Шоу-беллиданс. Роль костюмов в Шоу - беллиданс.

Практика (16 часов).

Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений.

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.).

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника и мышц верхнего пресса:
 движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону);

движения для укрепления мышц верхнего пресса: наклоны и прогибы назад, повороты, скрутка корпуса, наклоны в стороны.

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для разработки мышц нижнего пресса: подъем ног, лежа на полу, подтягивание и расслабление мышц живота, удары диафрагмой.

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног).

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук).

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы сложных хореографических элементов восточного танца (42 часа).

Теория (2 часа).

Особенности выполнения хореографических элементов в классическом и народном направлениях восточного танца. Повторение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени». Повторение разновидностей восточной музыки. Особенности использования разных сложных и парных аксессуаров в одном танце.

Практика (40 часов).

Хореографическая разминка:

упражнения на постановку корпуса. Поклон-приветствие. Позиция ног – 6; техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения корпуса на 180, 360 градусов; танцевальный счет.

Сложные ритмы восточной музыки: масмуди, беледи, саиди, фаллахи. Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Усложненные движения и связки восточного танца

Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.

Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.

Положение рук в классическом восточном танце - 5 основных позиций: в стороны, вверх, вниз, правая в сторону - левая вверх и наоборот, правая перед собой - левая вверх и наоборот.

Прыжки в народном восточном танце. Виды подскоков. Положения стопы в момент подскоков. Основные позиции рук в народном восточном танце.

Положения головы в народном восточном танце. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; скольжение вправо-влево и вперед-назад по прямой.

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, бочка и полубочка, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях.

Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.

Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (116 часов).

Теория (4 часа).

Искусство импровизации в танце. Особенности работы со сложными аксессуарами в танце. Особенности направления "Трайбл". Понимание смысловой, сюжетной линии танца. Понятие танцевального образа. Выбор костюма для танца. Роль эмоций в танце.

Практика (112 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental Folk" (фольклорный восточный танец).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев направления Tabla (Табла).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental fusion" (восточный фьюжн - смешивание других танцевальных направлений с восточным танцем).

Изучение постановок танцев по направлению "Tribal fusion" (Трайбл).

5. Игровые упражнения (8 часов).

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе. Импровизация под фольклорную и классическую восточную музыку в несколько подходов.

6. Концертная деятельность (28 часов).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Участие в межрайонных, межрегиональных, всероссийских и международных конкурсах. Подготовка отчетного концерта.

7. Итоговое занятие (2 часа).

Практика (2 часа). Повторение танцев, и основных элементов, изученных за год.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 4 года обучения

Предметные результаты:

выполнять сложные движения, элементы и связки восточного танца и накладывать их друг на друга;

уметь импровизировать под различные направления восточной музыки индивидуально и в группе;

освоить направление "Трайбл";

уметь соединять восточный танец с другими танцевальными направлениями (латина, испанский танец, индийский танец);

уметь использовать разные аксессуары в одном танце;

уметь исполнять танец со сложным хореографическим рисунком.

Метапредметные результаты:

сформировать навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;

сформировать уважительное отношение к другому мнению;

приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов.

Личностные результаты:

уметь слушать собеседника, запоминать задания и выполнять их правильно;

проявлять интерес к новому;

ответственное отношение к обучению по программе;

развивать творческие способности, художественно-эстетический вкус.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 5 год обучения

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2	14	16	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы сложных хореографических элементов восточного танца	2	38	40	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	4	120	124	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	4	4	Индивидуальная и групповая импровизация под различные стили восточной музыки
6	Концертная деятельность	-	28	28	Отчетный концерт
7	Итоговое занятие	-	2	2	Беседа
	Всего:	9	207	216	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (1 час). Цели и задачи объединения на новый учебный год. Повторение санитарно-гигиенических правил, правил БДД, правил ПБ, правил поведения на занятиях. Знакомство с планом работы на учебный год. Новые разновидности фольклорного восточного танца и шоу-беллиданс.

Практика (1 час). Подвижные игры.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (16 часов).

Теория (2 часа). Беседа на темы: разновидности восточной музыки, сложные аксессуары, которые используются в восточном танце. Сочетание нескольких стилей и направлений восточного танца - фьюжн-беллиданс, контемп-беллиданс, стрит-шааби и др. Особенности направления Фьюжн-беллиданс. Роль костюмов во Фьюжн - беллиданс.

Практика (14 часов).

Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений.

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.).

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника и мышц верхнего пресса:
движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону);

движения для укрепления мышц верхнего пресса: наклоны и прогибы назад, повороты, скрутка корпуса, наклоны в стороны.

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для разработки мышц нижнего пресса: подъем ног, лежа на полу, подтягивание и расслабление мышц живота, удары диафрагмой.

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног).

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук).

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы сложных хореографических элементов восточного танца (40 часов).

Теория (2 часа).

Особенности выполнения хореографических элементов в классическом и направлении и в шоу-беллиданс. Повторение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени». Повторение разновидностей восточной музыки. Особенности использования нескольких сложных и парных аксессуаров в одном танце.

Практика (38 часов).

Хореографическая разминка:

упражнения на постановку корпуса, поклон-приветствие, позиция ног – б;
техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения корпуса на 180, 360 градусов;

танцевальный счет.

Повторение сложных ритмов восточной музыки: масмуди, беледи, саиди, фаллахи. Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Усложненные движения и связки восточного танца

Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.

Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.

Положение рук в классическом восточном танце - 5 основных позиций: в стороны, вверх, вниз, правая в сторону - левая вверх и наоборот, правая перед собой - левая вверх и наоборот.

Прыжки в народном восточном танце. Виды подскоков. Положения стопы в момент подскоков. Основные позиции рук в народном восточном танце.

Положения головы в народном восточном танце. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; скольжение вправо-влево и вперед-назад по прямой.

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, бочка и полубочка, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях.

Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.

Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (124 часа)

Теория (4 часа).

Искусство импровизации в танце. Особенности работы со сложными аксессуарами в танце. Особенности направления "Фьюжн-беллиданс". Понимание смысловой, сюжетной линии танца. Понятие танцевального образа. Выбор костюма для танца. Роль эмоций в танце.

Практика (120 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental Folk" (фольклорный восточный танец).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental fusion" (восточный фьюжн - смешивание других танцевальных направлений с восточным танцем).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental classic" (классический восточный танец).

5. Игровые упражнения (4 часа)

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе. Импровизация под фольклорную и классическую восточную музыку в несколько подходов.

6. Концертная деятельность (28 часов).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Участие в межрайонных, межрегиональных, всероссийских и международных конкурсах. Подготовка отчетного концерта.

7. Итоговое занятие (2 часа).

Практика (2 часа). Повторение танцев, и основных элементов, изученных за год.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 5 года обучения

Предметные результаты:

выполнять сложные движения и связки восточного танца, накладывать их друг на друга, использовать их в комбинации с танцевальным шагом;

выполнять сложные вращения и повороты;

освоить направление "Фьюжн-беллиданс" и особенности его исполнения;

использовать несколько сложных аксессуаров в танце (ленты, пои, веера-вейлы, крылья);

исполнять танцы со сложным хореографическим рисунком в парах, группами и индивидуально;

соединять восточный танец с другими танцевальными направлениями (контемп, модерн, современный танец);

импровизировать под различную музыку и ритмы индивидуально и в группе.

Метапредметные результаты:

сформировать навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;

сформировать уважительное отношение к другому мнению;

приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов;

Личностные результаты:

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

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 6 год обучения

№	Темы занятий и виды деятельности	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Беседа
2	Общеразвивающие упражнения	2	14	16	Практические задания на выполнение различных упражнений
3	Основы сложных хореографических элементов восточного танца	2	38	40	Выступления на различных мероприятиях
4	Постановка и отработка танцевальных композиций	4	136	140	Конкурсы
5	Игры, игровые программы	-	4	4	Индивидуальная и групповая импровизация под различные стили восточной музыки
6	Концертная деятельность	-	12	12	Отчетный концерт
7	Итоговое занятие	-	2	2	Беседа
	Всего:	9	207	216	

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час). Цели и задачи объединения на новый учебный год. Повторение санитарно-гигиенических правил, правил БДД, правил ПБ, правил поведения на занятиях. Знакомство с планом работы на учебный год. Восточный танец с использованием сложных, парных и нескольких разных аксессуаров в танце.

Практика (1 час). Подвижные игры.

2. Комплекс общеразвивающих упражнений (16 часов)

Теория (2 часа). Беседа на темы: разновидности восточной музыки, сложные аксессуары, которые используются в восточном танце. Сочетание нескольких стилей и направлений восточного танца - фьюжн-беллиданс, контемп-беллиданс, стрит-шааби и др. Особенности направления Фьюжн-беллиданс. Роль костюмов во Фьюжн - беллиданс.

Практика (14 часов).

Выполнение комплекса общеразвивающих, общеукрепляющих упражнений

Движения для мышц шейного отдела (круговые, вращательные, повороты через точку и без и т.д.)

Движения для плечевого и грудного отделов позвоночника и мышц верхнего пресса:

движения для плечевых суставов (вращения плеч, подъемы и опускания плеч совместно, поочередно, через точку и без, упражнение «мельница»);

движения для верхней части корпуса (скольжение корпуса вперед-назад, вправо-влево, круги в горизонтальной и вертикальной плоскости, наклоны из стороны в сторону);

движения для укрепления мышц верхнего пресса: наклоны и прогибы назад, повороты, скрутка корпуса, наклоны в стороны.

Движения для поясничного отдела позвоночника и тазобедренных суставов (скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, по кругу, наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями).

Движения для разработки мышц нижнего пресса: подъем ног, лежа на полу, подтягивание и расслабление мышц живота, удары диафрагмой.

Движения для коленей и голеностопных суставов (вращения вокруг своей оси прижатых друг к другу коленей, поочередное вращение ступней ног);

Упражнения на развитие равновесия, вестибулярного аппарата (удержание равновесия на носках ног, на одной ноге, удержание поз рук);

Упражнения, повышающие гибкость и пластику мышц (оттяжки, волны руками и корпусом, «восьмерки»).

3. Основы сложных хореографических элементов восточного танца (40 часов).

Теория (2 часа).

Особенности выполнения хореографических элементов в классическом и направлении и в шоу-беллиданс. Повторение хореографической азбуки: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3), понятия «Осанка, Постановка корпуса, «Мягкие колени». Повторение разновидностей восточной музыки. Особенности использования нескольких сложных и парных аксессуаров в одном танце.

Практика (38 часов).

Хореографическая разминка:

упражнения на постановку корпуса, поклон-приветствие, позиция ног – б;

техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения корпуса на 180, 360 градусов;

танцевальный счет.

Повторение сложных ритмов восточной музыки: масмуди, беледи, саиди, фаллахи.

Прослушивание сложных ритмов, прохлопывание и простукивание.

Усложненные движения и связки восточного танца

Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.

Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.

Положение рук в классическом восточном танце - 5 основных позиций: в стороны, вверх, вниз, правая в сторону - левая вверх и наоборот, правая перед собой - левая вверх и наоборот.

Прыжки в народном восточном танце. Виды подскоков. Положения стопы в момент подскоков. Основные позиции рук в народном восточном танце.

Положения головы в народном восточном танце. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; скольжение вправо-влево и вперед-назад по прямой.

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «веер» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Круговые движения плечами. Удары плечами. Положение рук: на бедрах и в стороны. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.

Упражнения для бедер: скольжение бедрами вперед-назад, вправо-влево, большой круг бедрами, бочка и полубочка, малый круг бедрами, «тарелка», наклоны корпуса, доставая руками до пола с прямыми коленями; вертикальный круг корпусом; «качалка».

Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях.

Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.

Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками

Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.

Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки.

4. Постановка и отработка танцевальных композиций (140 часов)

Теория (4 часа).

Искусство импровизации в танце под различные ритмы. Особенности работы со сложными аксессуарами в танце. Новые разновидности направления "oriental folk". Понимание смысловой, сюжетной линии танца. Понятие "сюжетный танец" и "танцевальный спектакль". Выбор костюма для направления фьюжн и шоу. Роль эмоций в танце.

Практика (136 часов).

Отработка танцевальных композиций по устный счет, под музыку. Отработка структурных переходов во время танца, соединение отдельных танцевальных связок в танец, изучение схем, рисунков согласно сюжетной линии.

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental Folk" (фольклорный восточный танец).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental show" (шоу-беллиданс).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental fusion" (восточный фьюжн - смешивание других танцевальных направлений с восточным танцем).

Изучение постановок танцев по направлению "Oriental classic" (классический восточный танец).

5. Игровые упражнения (4 часа).

Импровизация

Умение импровизировать в танце. Индивидуальная импровизация. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе. Импровизация под фольклорную и классическую восточную музыку в несколько подходов.

6. Концертная деятельность (12 часов).

Выступление с номерами, подготовленными за год. Участие в межрайонных, межрегиональных, всероссийских и международных конкурсах. Подготовка отчетного концерта.

7. Итоговое занятие (2 часа).

Практика (2 часа). Повторение танцев, и основных элементов, изученных за год.

Планируемые результаты реализации образовательной программы 6 года обучения

Предметные результаты:

выполнять сложные движения и связки восточного танца, накладывать их друг на друга, использовать их в комбинации с танцевальным шагом и с различными танцевальными аксессуарами;

выполнять сложные вращения и повороты с разными танцевальными аксессуарами (веера, крылья, пои, ленты, веера-флаги, веера-пои и др.);

освоить основные направления фольклорного баллиданс (халиджи, ираки, саиди, нубия, дабка) 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;

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.

Метапредметные результаты:

сформировать навыки общения и сотрудничества со взрослыми, сверстниками;

сформировать уважительное отношение к другому мнению;

приобщиться к работе в группе, умению слушать собеседника, избегать конфликтов.

Личностные результаты:

уметь слушать собеседника, запоминать задания и выполнять их правильно;

проявлять интерес к новому;

ответственное отношение к обучению по программе;

развивать творческие способности, художественно-эстетический вкус.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Восточная сказка»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	11.09	31.05	36	72 144	1 раз в неделю 2 часа; 2 раза в неделю по 1 часу. 2 раза в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу.
2 год	1.09	31.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу.
3 год	1.09	31.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу.
4 год	1.09	31.05	36	216	2 занятия по 3 часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 4 часа, 1 занятие 2 часа.
5 год	1.09	31.05	36	216	2 занятия по 3 часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 4 часа, 1 занятие 2 часа.
6 год	1.09	31.05	36	216	2 занятия по 3 часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 4 часа, 1 занятие 2 часа.

Материально-техническое обеспечение программы:

хореографический зал, оборудованный зеркалами, хореографическими станками; душевая комната и санузел, оснащенный горячей и холодной водой; раздевалки; освещение

естественное (окна) и искусственное (лампы дневного света); аппаратура для озвучивания учебных занятий; коврики; танцевальный инвентарь.

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

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным требованиям.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

По программе предусмотрено проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Цель текущего контроля – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) программы.

Форму текущего контроля успеваемости определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня обученности обучающихся, содержания учебного материала, используемых образовательных технологий и предусматривает следующие формы: беседа, практические задания, выступления на различных мероприятиях, конкурсах, индивидуальная и групповая импровизация.

Промежуточная аттестация проводится один раз в конце учебного года.

Формы промежуточной аттестации: отчетный концерт.

Мониторинг включает определение высокого, среднего, низкого уровня обученности (проверка теоретических знаний и практических умений и навыков) и личностного развития. Педагог, используя критерии и показатели, степень выраженности оцениваемого качества, определяет уровни обучения и развития каждого обучающегося. Низкий уровень – 1 балл, средний уровень – 2 балла, высокий уровень – 3 балла. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. Критерии и показатели результативности обучения и развития обучающихся для промежуточной аттестации определяются приложением к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

При проведении промежуточной аттестации обучающихся учитываются результаты участия (победитель, призер) в очных мероприятиях регионального, всероссийского и международного уровня в текущем году.

Сравнение уровня обученности, уровня личностного развития позволяет определить рост каждого обучающегося детского объединения в целом в динамике на конечном сроке реализации программы.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год обучающиеся считаются переведенными на следующий год обучения (подпрограмму), или выбывшими в связи с окончанием обучения по программе.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

При организации учебно-воспитательного процесса используются различные педагогические технологии, формы и методы обучения, в соответствии с возрастными особенностями обучающихся:

объяснительно-иллюстративные (демонстрация видеозаписей, иллюстрации);

репродуктивные (работа по образцам);

дифференцированный подход;

здоровьесберегающие технологии позволяют сохранить здоровье детей;

технология коллективной творческой деятельности;

творческие (творческие задания) и др.

При реализации программы используются различные методы:

словесные: объяснение, рассказ, беседа, работа с книгой, инструктаж;

наглядные: демонстрация (иллюстраций, фотоматериала), показ педагогом образца выполнения задания;

практические: наблюдение, практическое задание, самостоятельная работа, упражнение.

Работа на занятиях проводится в основном фронтально, но часто требуется индивидуальный подход к обучающимся. Для воспитания творческой активности детей все этапы сопровождаются поиском и сбором материалов, открыток, фотографий. Этот материал целесообразно хранить в своих творческих папках.

Большое воспитательное значение имеет оформление помещения, где ведутся занятия. Дипломы и кубки обучающихся рекомендуется представлять в постоянной экспозиции.

Дидактический материал, техническое оснащение занятий:

методические пособия для педагога: методическая литература по программе, справочные материалы, тематические подборки; методические подборки для обучающихся: задания репродуктивного и творческого характера;

аппаратура для озвучивания учебных занятий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ар Сантем, Ар Зонго, АриСуфит. Искусство арабского танца. Учебное пособие.- М.: Институт Йога Гуру Ар Сантема, 1998.
2. Ар Сантем, АриСуфит. Ступени мастерства для практикующих преподавателей танца. Методическое пособие. - М.: ИЙГАС, 2004.
3. БронЛ. 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 Ружской А.Г.
6. Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия. - М.: Владос, – 2000.
7. РосановаО. 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.