

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

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета

Протокол от 31.08.2021г. № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»  
\_\_\_\_\_ Н.Н.Харитоновна  
Приказ от 31.08.2021г. № 88-д

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2021 – 2022 учебный год**  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Восточная сказка»

Форма реализации программы – очная  
Год обучения – второй;  
Номер группы – 2А  
Возраст обучающихся – 7-9 лет.

Составитель:  
Добринина М.В.,  
педагог дополнительного образования  
МБУ ДО «ЦРТДиЮ»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа на 2021-2022 учебный год (далее – программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Восточная сказка» (утв. методическим советом от 31.08.21г.№1) педагога дополнительного образования Добриной М. В.

Направленность программы - художественная.

Срок реализации программы: 6 лет.

### Цели и задачи программы

Цель рабочей программы: создание условий для формирования танцевальных навыков на основе усвоения хореографического материала, усиления эмоциональной отзывчивости и творческой активности, обучение детей более сложным элементам и движениям восточного танца.

Задачи программы:

*Образовательные:*

изучение хореографии восточного танца;  
выполнять простые и все более сложные движения восточного танца;  
различать ритмы, стили восточной музыки, инструменты в ее исполнении.

*Развивающие:*

формирование и развитие творческих способностей обучающихся;  
расширение культурного кругозора;  
совершенствование природной пластики.

*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

Данная программа предполагает знакомство детей с особенностями восточного танца, ритмическим и инструментальным разнообразием восточной музыки, восточным костюмом и его разновидностями. Восточный танец способствует развитию у детей художественного, музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического, гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

Количество обучающихся в группе 10-15 человек.

Обучение осуществляется в группе: 2А.

Форма обучения- очная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Восточная сказка»	Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Восточная сказка»
Количества учебных часов – 144 часа.	Количества учебных часов – 144 часа.
Количество учебных часов в неделю – 4 часа.	Количество учебных часов в неделю – 4 часа.
Количество занятий в неделю – 2.	Количество занятий в неделю – 2.
Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 10 минут	Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 10 минут

В 2021-2022 учебном году изменения в содержание программы не вносились.  
 Занятия проводятся в хореографическом зале.  
 Форма проведения занятий – групповая.

#### Планируемые результаты

##### Предметные:

- 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.

##### Личностные:

- 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.

##### Метапредметные:

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

#### 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, групповая импровизация .

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

#### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ занятия	Темы занятий	Кол-во часов	Дата планируема	Дата фактическая
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ, обзор репертуара на учебный год. Подвижные игры .	2	02.09.21	
2.	Понятия: разновидности восточной музыки. Комплекс упражнений на укрепление и разработку мышц шейного отдела позвоночника.	2	05.09.21	
3.	Основные направления восточного танца: классика, фольклор, шоу, табла. Комплекс упражнений на разработку мышц грудного отдела позвоночника и мышц верхнего пресса.	2	09.09.21	
4.	Разновидности восточного танца - шааби, саиди, халиджи, гавази. Комплекс упражнений на разработку мышц поясничного отдела	2	12.09.21	

	позвоночника и мышц нижнего пресса.			
5.	Сложные ритмы восточного танца - беледи, масмуди. Комплекс упражнений на разработку и укрепление тазобедренных суставов.	2	16.09.21	
6.	Комплекс упражнений для выработки правильного положения корпуса и ног.	2	19.09.21	
7.	Комплекс упражнений для тренировки суставно-мышечного аппарата.	2	23.09.21	
8.	Упражнения на смену положения корпуса. Смена позиций рук и ног в танце.	2	26.09.21	
9.	Упражнения под контрастную музыку. Вращения вправо и влево. Музыкально-пространственные упражнения.	2	30.09.21	
10.	Терминология восточного танца. Понятия: соединение трясок с базовыми элементами восточного танца. Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.	2	03.10.21	
11.	Основные принципы соединения танцевального шага с базовыми движениями восточного танца. Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.	2	07.10.21	
12.	Основные правила положения корпуса в партере. Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях. Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.	2	10.10.21	
13.	Сложные аксессуары, используемые в восточном танце - сабли, кинжалы, свечи, канделябр, вейлы. Повторение горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками.	2	14.10.21	
14.	Упражнения на развитие гибкости спины: «Качелька», «Колечко», «Лодочка», «Мостик».	2	17.10.21	
15.	Упражнения на растяжку мышц: «Лягушка», «Бабочка», «Неволяшка».	2	21.10.21	
16.	Упражнения на темпоритм (быстро, медленно, умеренно).	2	24.10.21	
17.	Перестроения из одних рисунков в другие. Пространственные перестроения под музыку.	2	28.10.21	
18.	Упражнения на растяжку мышц ног. Различные виды шпагатов.	2	31.10.21	
19.	Упражнения на пластику: «выливайки»,	2	07.11.21	

	"полукаракатицы". Двойные круги бедрами.			
20.	Упражнения на пластику: волны корпусом – верхние, нижние и фронтальные; волны руками, волны в партере.	2	11.11.21	
21.	Упражнения на пластику: волна животом – верхняя и нижняя; двойной шаг верблюда.	2	14.11.21	
22.	Отработка упражнений на пластику: восьмерки бедрами, волны корпусом и руками, волны животом.	2	18.11.21	
23.	Сложные ритмы в восточном танце. Прохлопывание и прослушивание различных ритмов: максум, масмуди, беледи, саиди.	2	21.11.21	
24.	Ударные движения в восточном танце: «сбросы», «подбивка», «качалка с шагом».	2	25.11.21	
25.	Ударные движения в восточном танце: классический «ключ» - верхний и нижний. Соединение «двойного ключа» с шагом.	2	28.11.21	
26.	Ударные движения в восточном танце: «ключ саиди» - верхний и нижний; «ключи» с разворотом; шаги со сбросом бедра.	2	02.12.21	
27.	Ударные движения в восточном танце: верхняя, нижняя и боковая арка, аркада, скрутка, шаг со скруткой вокруг своей оси и в диагональ.	2	05.12.21	
28.	Ударные движения в восточном танце: «арабский скакун», шаг хагала, шаг с «качалкой», шаг с «подбивкой».	2	09.12.21	
29.	Отработка ударных движений – «ключи», подбивка, скрутка, «качалка», сбросы.	2	12.12.21	
30.	Виды шагов в восточном танце – «греческий», «скрестный», «виноградная лоза», шаг с подбивкой, шаг с ударом - и их соединение с базовыми движениями восточного танца.	2	16.12.21	
31.	Работа с руками в танце: основные позиции рук. Веера, волны руками. Соединение движений рук с танцем.	2	19.12.21	
32.	Знакомство с композицией и замыслом танца. Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связки. Танец с веерами: изучение 1й связки.	2	23.12.21	
33.	Горизонтальные и вертикальные вращения. Танец с веерами: повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	26.12.21	
34.	Работа с веерами. Основные позиции рук Танец с веерами: повторение 1й и 2й связки, изучение 3й связки.	2	30.12.21	
35.	Групповая импровизация под эстрадную песню с педагогом. Танец с веерами: изучение 4й связки.	2	13.01.22	

36.	Соединение 4х связок, отработка элементов танца. Понятие пируэта.	2	16.01.22	
37.	Танец с веерами. Отработка и повторение 4х связок танца. Разводка танца на рисунок. Изучение 5й связки.	2	20.01.22	
38.	Групповая импровизация под музыку «шааби» с педагогом. Танец с веерами: изучение 6й связки.	2	23.01.22	
39.	Танец с веерами: закрепление шагов и движений танца, повторение связок 1-6, изучение 7й связки.	2	27.01.22	
40.	Танец с веерами: повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Закрепление шагов и отработка техники исполнения танца.	2	30.01.22	
41.	Зеркальное отображение движений. Работа с веерами синхронно и зеркально. Повторение основных (базовых) движений восточного танца – волны, восьмерки, удары, шаги (скрестный, «греческий», приставной). Повторение основных позиций рук.	2	03.02.22	
42.	Повторение ударных движений, «сбросы», «подбивка». Танец "Табла": начало (выход), изучение 1й связки.	2	06.02.22	
43.	Танец "Табла": повторение 1й связки, изучение 2й связки. Индивидуальная импровизация.	2	10.02.22	
44.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки» с педагогом.	2	13.02.22	
45.	Танец "Табла": повторение 1й, 2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	17.02.22	
46.	Танец "Табла": повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	20.02.22	
47.	Повторение ударных движений: шаг хагала, ключи, арки, сбросы. Танец "Табла": изучение 6й связки.	2	24.02.22	
48.	Танец "Табла": повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка 2 танца.	2	27.02.22	
49.	Танец "Табла": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца. Повторение Танца с веерами.	2	03.03.22	
50.	Основные правила использования аксессуаров в восточном танце. Платок как основной аксессуар танца и правила работы с ним. Работа с тканью. Правила перехвата ткани и переброс платка. Повторение техники работы с платком в различных плоскостях: горизонтальной, вертикальной, фронтальной.	2	06.03.22	

51.	Горизонтальные и вертикальные вращения с тканью. Повторение основных видов вращений: «шатер», «домик», «мельница». Классический восточный танец: изучение 1й связки.	2	10.03.22	
52.	Базовые движения с использованием ткани: «поцелуйчик», «бабочка», восьмерки тканью, перебросы ткани. Классический восточный танец : изучение 2й связки.	2	13.03.22	
53.	Круги тканью в различных плоскостях. Классический восточный танец: изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	17.03.22	
54.	Движения с тканью: «поцелуйчик», «домик», «шатер». Классический восточный танец: изучение 4й связки. Перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	20.03.22	
55.	Классический восточный танец: соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	24.03.22	
56.	Техника движения волосами в танце, прогибы. Классический восточный танец: повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	27.03.22	
57.	Классический восточный танец: повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение Танца с веерами и танца "Табла".	2	31.03.22	
58.	Классический восточный танец: повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	03.04.22	
59.	Знакомство с медленными ритмами. Понятие "танцевальное шоу". Танец "Фараоник" Особенности стиля "Фараоник". Правила работы с танцевальными аксессуарами. Танец "Фараоник" со свечами.	2	07.04.22	
60.	Повторение ударных движений. Отработка ключа «саиди. Восьмерки со свечами. Танец "Фараоник" со свечами: изучение 1й связки.	2	10.04.22	
61.	Повторение волн и восьмерок. Танец "Фараоник" со свечами: повторение начала танца и 1й связки, изучение 2й связки.	2	14.03.22	
62.	Расходка на рисунок. Зеркальное отображение движений. Танец "Фараоник" со свечами: изучение 3й связки.	2	17.03.22	
63.	Техника работы со свечами при поворотах и вращениях. Танец "Фараоник" со свечами:	2	21.04.22	

	повторение связок 1-3, изучение 4й связки. Расходка из общего рисунка в круг.			
64.	Восьмерки и волны в партере. Танец "Фараоник" со свечами: соединение связок 1-4, изучение 5й связки.	2	24.04.22	
65.	Отработка и повторение «двойного верблюда», «тарелки», «полубочки». Соединение движений танца с движениями со свечами. Танец "Фараоник" со свечами: расходка из общего рисунка на пары.	2	28.04.22	
66.	Отработка проходов и шагов со свечами. Танец "Фараоник" со свечами: изучение 7й связки. Повторение Танца "Табла" и Классического восточного танца.	2	05.05.22	
67.	Танец "Фараоник" со свечами: отработка основных элементов танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах. Повторение Танца "Табла" и Классического восточного танца.	2	08.05.22	
68.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки» и под музыку «табла».	2	12.05.22	
69.	Игровая программа	2	15.05.22	
70.	Групповая импровизация под музыку "Табла"	2	19.05.22	
71.	Подведение итогов года	2	22.05.22	
72.	Промежуточная аттестация. Отчетный концерт	2	26.05.22	
	ИТОГО	144		

## 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, 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 Рузской 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.