

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 – четвертый;  
Номер группы – 4А  
Возраст обучающихся – 10-12 лет.

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

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа на 2021-2022 учебный год «Восточная сказка» (далее – программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Восточная сказка» (утв. методическим советом от 31.08.2021г. №1) педагога дополнительного образования Добриной М. В.

Направленность программы – художественная.

Срок реализации программы – 6 лет.

Цель рабочей программы – создание условий для формирования танцевальных навыков на основе усвоения хореографического материала, усиления эмоциональной отзывчивости и творческой активности, путем обучения детей базовым элементам и движениям восточного танца и ознакомления с танцевальными аксессуарами.

Задачи программы:

*Обучающие:*

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

*Развивающие:*

- развитие умения импровизировать под знакомую музыку индивидуально и в группе;
- развитие гибкости, плавности движений, умения работать каждой частью вместе и отдельно;
- развитие навыков работы в парах, небольших группах;
- развитие творческих музыкальных способностей.

*Воспитательные:*

- воспитание чувства вкуса и меры в подборе сценического костюма;
- воспитание навыков работы как самостоятельно, в большом коллективе, на сцене, при публике;
- воспитание гармоничной, творчески развитой личности ребенка.

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

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

Количество обучающихся в группе – 10-15 человек.

Форма обучения - очная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Восточная сказка»	Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Восточная сказка»
Количества учебных часов – 216 часов.	Количества учебных часов – 216 часов.
Количество учебных часов в неделю – 6 часов.	Количество учебных часов в неделю – 6 часов.
Количество занятий в неделю – 2 занятия по 3	Количество занятий в неделю – 3 занятия по 2

часа или 3 занятия по 2 часа; 1 занятие 3 часа, 1 занятие 2 часа.	часа
Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 5- 10 минут	Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 5-10 минут

В 2021-2022 учебном году изменения в содержание программы не вносились.

Занятия проводятся в хореографическом зале.

Форма проведения занятий – групповая.

### **Планируемые результаты реализации образовательной программы**

#### **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.

#### **Формы контроля/аттестации**

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

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

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

**Календарно-тематическое планирование на 2021-2022 учебный год  
4й год обучения**

<b>№ занятия</b>	<b>Темы занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата планируем ая</b>	<b>Дата фактически ая</b>
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ, обзор репертуара на учебный год. Подвижные игры	2	02.09.21	
2.	Разновидности народного восточного танца (шааби, халиджи, саиди и др.).Комплекс упражнений на укрепление и разработку мышц шейного отдела позвоночника.	2	05.09.21	
3.	Особенности использования костюма в танцевальном шоу.Комплекс упражнений на разработку мышц грудного отдела позвоночника и мышц верхнего пресса.	2	07.09.21	
4.	Основные правила использования парных сложных аксессуаров в танце (сагаты, ленты)Комплекс упражнений на разработку мышц поясничного отдела позвоночника и мышц нижнего пресса.	2	09.09.21	
5.	Танцевальный образ. Соответствие костюма образу в танцевальном шоу.Комплекс упражнений на разработку и укрепление тазобедренных суставов.	2	12.09.21	
6.	Комплекс упражнений для выработки правильного положения корпуса и ног.	2	14.09.21	
7.	Комплекс упражнений для тренировки суставно-мышечного аппарата.	2	16.09.21	
8.	Упражнения на смену положения корпуса. Смена позиций рук и ног в танце.	2	19.09.21	
9.	Упражнения под контрастную музыку. Вращения вправо и влево. Музыкально-пространственные упражнения.	2	21.09.21	
10.	Прыжки и подскоки в народном восточном танце. Основные позиции рук и ног в народном восточном танце.	2	23.09.21	
11.	Особенности соединения сложных связок друг с другом и переходы из одного движения в другое. Изучение движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами с переходом из одного движения в другое.	2	26.09.21	
12.	Основные правила положения корпуса, рук и ног в народном восточном танце. Сложные разновидности танцевального шага. Соединение различных движений с танцевальным шагом. Прыжки в танце с использованием рук.	2	28.09.21	
13.	Основные принципы выполнения вращений с различными танцевальными аксессуарами Выполнение хореографических элементов в различных плоскостях. Соединение элементов движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной и фронтальной плоскости.	2	30.09.21	
14.	Основные отличия положения рук в народном и классическом восточном танце Повторение	2	03.10.21	

	горизонтальных и вертикальных вращения через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками.			
15.	Упражнения на развитие гибкости спины: «Качелька», «Колечко», «Лодочка», «Мостик».	2	05.10.21	
16.	Упражнения на растяжку мышц: «Лягушка», «Бабочка», «Неволяшка».	2	07.10.21	
17.	Упражнения на темпоритм (быстро, медленно, умеренно).	2	10.10.21	
18.	Перестроения из одних рисунков в другие. Пространственные перестроения под музыку.	2	12.10.21	
19.	Упражнения на растяжку мышц ног. Различные виды шпагатов.	2	14.10.21	
20.	Упражнения на пластику: «выливайки», "полукаракатицы". Двойные круги бедрами.	2	17.10.21	
21.	Упражнения на пластику: волны корпусом – верхние, нижние и фронтальные; волны руками, волны в партере.	2	19.10.21	
22.	Упражнения на пластику: волна животом – верхняя и нижняя; двойной шаг верблюда.	2	21.10.21	
23.	Отработка упражнений на пластику: восьмерки бедрами, волны корпусом и руками, волны животом.	2	24.10.21	
24.	Ударные движения в восточном танце: «сбросы», «подбивка», «качалка с шагом».	2	26.10.21	
25.	Ударные движения в восточном танце: классический «ключ» - верхний и нижний. Соединение «двойного ключа» с шагом.	2	28.10.21	
26.	Ударные движения в восточном танце: «ключ саиди» - верхний и нижний; «ключи» с разворотом; шаги со сбросом бедра.	2	31.10.21	
27.	Ударные движения в восточном танце: верхняя, нижняя и боковая арка, аркада, скрутка, шаг со скруткой вокруг своей оси и в диагональ.	2	02.11.21	
28.	Ударные движения в восточном танце: «арабский скакун», шаг хагала, шаг с «качалкой», шаг с «подбивкой».	2	07.11.21	
29.	Отработка ударных движений – «ключи», подбивка, скрутка, «качалка», сбросы.	2	09.11.21	
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	11.11.21	
31.	Работа с руками в танце: основные позиции рук. Веера, волны руками. Соединение движений рук с танцем.	2	14.11.21	
32.	Выступление на сцене ЦРТДиЮ. Концерт ко Дню Матери	2	16.11.21	
33.	Всероссийский конкурс	2	18.11.21	
34.	Знакомство с композицией и замыслом танца. Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связки. Танец "Халиджи": изучение 1й связки.	2	21.11.21	
35.	Особенности выражения эмоций в танце Халиджи Прыжки и подскоки в народном восточном танце. Танец "Халиджи": повторение	2	23.11.21	

	1й связки, изучение 2й связки.			
36.	Основные позиции рук в народном восточном танце. Танец "Халиджи": повторение 1й и 2й связки, изучение 3й связки.	2	25.12.21	
37.	Групповая импровизация под фольклорную песню с педагогом. Танец "Халиджи": изучение 4й связки.	2	28.11.21	
38.	Соединение 4х связок, отработка элементов танца. Понятие пируэта в фольклорном танце.	2	30.11.21	
39.	Танец "Халиджи". Отработка и повторение 4х связок танца. Разводка танца на рисунок. Изучение 5й связки.	2	02.12.21	
40.	Индивидуальная импровизация под фольклорную музыку. Танец "Халиджи": изучение 6й связки.	2	05.12.21	
41.	Танец "Халиджи": закрепление шагов и движений танца, повторение связок 1-6, изучение 7й связки.	2	07.12.21	
42.	Танец "Халиджи": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Особенности движения волосами в танце, отработка техники исполнения танца.	2	09.12.21	
43.	Особенности исполнения испанского танца Особенности соединения базовых движений восточного танца с движениями испанского танца. Танец "Аспани Ракс": начало (выход), изучение 1й связки.	2	12.12.21	
44.	Роль костюма в испанском танце. Движения юбкой. Повторение движений на пластику. Танец "Аспани Ракс": повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	14.12.21	
45.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки» с педагогом. Танец "Аспани Ракс": изучение 3й связки.	2	16.12.21	
46.	Выступление на сцене ЦРТДиЮ. Новогодний утренник для младшей группы	2	19.12.21	
47.	Выступление на сцене ЦРТДиЮ. Новогодний утренник для старшей группы	2	21.12.21	
48.	Танец "Аспани Ракс": повторение 1й, 2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	23.12.21	
49.	Танец "Аспани Ракс": повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	26.12.21	
50.	Повторение ударных движений: шаг хагала, ключи, арки, сбросы. Танец "Аспани Ракс": изучение 6й связки.	2	28.12.21	
51.	Танец "Аспани Ракс": повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка танца.	2	30.12.21	
52.	Танец "Аспани Ракс": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца. Повторение Танца "Халиджи".	2	09.01.22	
53.	Основные позиции рук в испанском танце. Отработка движений рук в танце "Аспани Ракс"	2	11.01.22	
54.	Отработка движений с юбкой в танце "Аспани	2	13.01.22	

	Ракс"			
55.	Основные правила использования аксессуаров в шоу-беллиданс. Крылья как один из аксессуаров шоу и правила работы с ними. Работа крыльями. Правила удерживания крыльев. Техника работы с крыльями в различных плоскостях.	2	16.01.22	
56.	Особенности работы с веерами-вейлами. Вращения с веерами-вейлами Горизонтальные и вертикальные вращения с крыльями. Повторение основных видов вращений. Танец "Жар-птицы": изучение 1й связки.	2	18.01.22	
57.	Базовые движения с использованием крыльев: «поцелуйчик», «бабочка», волны крыльями, перебросы крыльев. Танец "Жар-птицы": изучение 2й связки.	2	20.01.22	
58.	Волны крыльями в различных плоскостях. Танец "Жар-птицы": изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	23.01.22	
59.	Всероссийский конкурс	2	25.01.22	
60.	Всероссийский конкурс	2	27.01.22	
61.	Движения с крыльями: «кокон», «домик», «шатер». Танец "Жар-птицы": перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	30. 01.22	
62.	Танец "Жар-птицы": соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	01.02.22	
63.	Техника движения крыльями в партере. Танец "Жар-птицы": повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	03.02.22	
64.	Танец "Жар-птицы": повторение связок 1-6, изучение 7й связки..Изучение танцевальной партии с веерами-вейлами	2	06.02.22	
65.	Международный конкурс	2	08.02.22	
66.	Международный конкурс	2	10.02.22	
67.	Танец "Жар-птицы": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение танцевальной партии крыльев с вейлами. Разводка на рисунок	2	13.02.22	
68.	Танец "Жар-птицы". Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах	2	15.02.22	
69.	Особенности танцевального направления Трайбл. Основные Движения рук в Трайбле. "Жесткие" руки, руки-волны, руки-змеи, руки-крылья	2	17.02.22	
70.	Особенности выражения эмоций в трайбле. Особенности костюма для Трайбла Отработка движений на пластику. Отработка волн. Восьмерки бедрами. Танец "Трайбл": изучение 1й связки.	2	20.02.22	
71.	Повторение волн и восьмерок. Танец "Трайбл": повторение начала танца и 1й связки, изучение 2й связки.	2	22.02.22	
72.	Расходка на рисунок. Зеркальное отображение	2	24.02.22	

	движений. Танец "Трайбл": изучение 3й связки.			
73.	Техника работы мышцами живота. Танец "Трайбл": повторение связок 1-3, изучение 4й связки. Расходка из общего рисунка в круг.	2	27.02.22	
74.	Техника движений руками и плечами. Танец "Трайбл": соединение связок 1-4, изучение 5й связки.	2	01.03.22	
75.	Отработка и повторение «двойного верблюда», «тарелки», «полубочки». Танец "Трайбл": изучение 6й связки. Расходка из общего рисунка на пары.	2	03.03.22	
76.	Отработка восьмерок и волн руками и животом. Танец "Трайбл": изучение 7й и 8й связки. Повторение Танца "Халиджи" и Танца "Жар-птицы".	2	06.03.22	
77.	Танец "Трайбл": волны и восьмерки в партере. Отработка основных движений в партере.	2	10.03.22	
78.	Танец "Трайбл": отработка основных элементов танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах. Повторение Танца "Халиджи" "Аспани Ракс".	2	13.03.22	
79.	Международный конкурс	2	15.03.22	
80.	Международный конкурс	2	17.03.22	
81.	Повторение основных (базовых) движений восточного танца – волны, восьмерки, удары, шаги (скрестный, «греческий», приставной). Повторение основных позиций рук.	2	20.03.22	
82.	Повторение ударных движений, «сбросы», «подбивка». Танец "Латинские барабаны": начало (выход), изучение 1й связки.	2	22.03.22	
83.	Танец "Латинские барабаны": повторение 1й связки, изучение 2й связки. Индивидуальная импровизация.	2	24.03.22	
84.	Соединение элементов латинского танца и ударных движений восточного танца.	2	27.03.22	
85.	Танец "Латинские барабаны": повторение 1й, 2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	29.03.22	
86.	Танец "Латинские барабаны": повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	31.03.22	
87.	Повторение ударных движений: шаг хагала, ключи, арки, сбросы. Танец "Латинские барабаны": изучение 6й связки.	2	03.04.22	
88.	Танец "Латинские барабаны": повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка танца.	2	05.04.22	
89.	Танец "Латинские барабаны": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца. Повторение Танца "Трайбл".	2	07.04.22	
90.	Особенности работы с большими полотнами ткани Правила перехвата ткани и переброс. Повторение техники работы с тканью в различных плоскостях: горизонтальной, вертикальной, фронтальной.	2	10.04.22	

91.	Горизонтальные и вертикальные вращения с тканью. Повторение основных видов вращений: «шатер», «домик», «мельница». Танец "Русалки": изучение 1й связки.	2	12.04.22	
92.	Всероссийский конкурс	2	14.04.22	
93.	Всероссийский конкурс	2	17.04.22	
94.	Базовые движения с использованием ткани: «поцелуйчик», «бабочка», восьмерки тканью, перебросы ткани. Танец "Русалки" : изучение 2й связки.	2	19.04.22	
95.	Движения с тканью в парах. Танец "Русалки": изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	21.04.22	
96.	Движения с тканью с парах: «поцелуйчик», «домик», «шатер». Танец "Русалки": изучение 4й связки. Перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	24.04.22	
97.	Танец "Русалки": соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	26.04.22	
98.	Техника движения волосами в танце, прогибы. Танец "Русалки": повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	28.04.22	
99.	Танец "Русалки": изучение сольной партии, повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение Танца "Латинские барабаны" и танца "Трайбл".	2	05.05.22	
100.	Танец "Русалки": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	08.05.22	
101.	Групповая импровизация под эстрадную восточную песню	2	10.05.22	
102.	Индивидуальная импровизация под эстрадную восточную песню	2	12.05.22	
103.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки»и под музыку «шааби».	2	15.05.22	
104.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку с тканью	2	17.05.22	
105.	Подведение итогов года. повторение танцев и основных движений выученных за год.	2	19.05.22	
106.	Генеральная репетиция отчетного концерта	2	22.05.22	
107.	Отчетный концерт	2	24.05.22	
108.	Итоговое занятие	2	26.05.22	
	Итого:	216		

Количество часов, запланированных по программе: 216 часов.

Количество проведенных часов -

Полнота реализации программы:

### **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, футболку, лосины (шорты).

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

### **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. Росанова О. В. Восточный танец. Секреты создания костюма. - М.: Издательство ФЕНИКС, 2006.
8. Черемнова Е. Танцетерапия: Танцевально-оздоровительные методики для детей. – М.: Феникс, 2008.
9. Журнал «Ориенталь» (русский журнал о восточном танце). - №3.2005, №2.2005, №4.2006, №2.2010.