

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 15.09.2022г. № 2

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»  
\_\_\_\_\_ Н.Н. Харитоновна  
Приказ 15.09.2022г. № 2



Харитоновна Наталья  
Николаевна, директор  
С=RU, О="МБУ ДО ""  
ЦРТДиЮ""", CN=""  
Харитоновна Наталья  
Николаевна,  
директор",  
E=aleksin.tvorchestvo  
@tularegion.org  
2022.15.09 19:18:  
24+03'00'

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2022 – 2023 учебный год**

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Восточная сказка»

Форма реализации программы - очная  
Год обучения – третий;  
Возраст обучающихся – 8 - 10 лет.

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

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Восточная сказка» (далее – программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Восточная сказка» (утв. методическим советом от 31.08.2022 г. №1) педагога дополнительного образования Алешиной 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, пробуждения в детях стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству, развития образного мышления и воображения; обучение детей более сложным элементам и движениям восточного танца, обучение детей работе со сложными танцевальными аксессуарами.

**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.

Количество обучающихся в группе: 10 - 15 человек.

Форма обучения – очная.

Программой предусмотрено продолжение знакомства 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).

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 – 5-10 минут	Продолжительность академического часа – 45 минут. Продолжительность перемены – 5 минут

В 2022-2023 учебном году изменения в содержание программы не вносились.

Занятия проводятся в хореографическом зале.

Форма проведения занятий – групповая.

Место проведения занятий – аудиторные.

## Планируемые результаты

### 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), и Oriental и Folki (народный восточный танец) и Oriental Show (танцевальное шоу);

уметь исполнять различные стили выше перечисленных 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.

## Формы контроля/аттестации

Текущий контроль успеваемости проводится в течение учебного периода с целью установления 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, конкурсы, индивидуальная импровизация.

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

### Календарно-тематическое планирование на 2022-2023 учебный год

№ занятия	Темы занятий	Кол-во часов	Дата планируемая	Дата фактическая
1.	Вводное занятие. Правила по ТБ, обзор репертуара на учебный год. Подвижные игры .	2	04.09.22	
2.	Особенности использования костюма в танцевальном шоу. Комплекс упражнений на укрепление и разработку мышц шейного отдела позвоночника.	2	07.09.22	
3.	Разновидности народного восточного танца (шааби, халиджи, саиди и др.) Комплекс упражнений на разработку мышц грудного отдела позвоночника и мышц верхнего пресса.	2	11.09.22	
4.	Основные правила использования парных сложных аксессуаров в танце (сагаты, ленты). Комплекс упражнений на разработку мышц поясничного отдела позвоночника и мышц нижнего пресса.	2	14.09.22	
5.	Танцевальный образ. Соответствие костюма образу в танцевальном шоу. Комплекс упражнений на разработку и укрепление тазобедренных суставов.	2	18.09.22	
6.	Комплекс упражнений для выработки правильного положения корпуса и ног.	2	21.09.22	
7.	Комплекс упражнений для тренировки суставно-мышечного аппарата.	2	25.09.22	
8.	Упражнения на смену положения корпуса. Смена позиций рук и ног в танце.	2	28.09.22	
9.	Упражнения под контрастную музыку. Вращения вправо и влево.	2	02.10.22	
10.	Музыкально-пространственные упражнения на развитие координации движений	2	05.10.22	
11.	Особенности соединения сложных связей 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	09.10.22	
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	12.10.22	
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	16.10.22	
14.	Основные отличия положения рук в народном и классическом восточном танце. Повторение горизонтальных и вертикальных вращений через точку. Основные позиции рук и корпуса при работе с веерами и ленточками.	2	19.10.22	
15.	Упражнения на развитие гибкости спины: «Качелька», «Колечко», «Лодочка», «Мостик».	2	23.10.22	
16.	Упражнения на растяжку мышц: «Лягушка», «Бабочка», «Неваляшка».	2	26.10.22	
17.	Упражнения на темпоритм (быстро, медленно, умеренно). Перестроения из одних рисунков в другие. Пространственные перестроения под музыку.	2	30.10.22	
18.	Упражнения на растяжку мышц ног. Различные виды	2	02.11.22	

	шпагатов.			
19.	Упражнения на пластику: «выливайки», "полукаракаатицы". Двойные круги бедрами.	2	06.11.22	
20.	Упражнения на пластику: волны корпусом – верхние, нижние и фронтальные; волны руками, волны в партере.	2	09.11.22	
21.	Упражнения на пластику: волна животом – верхняя и нижняя; двойной шаг верблюда.	2	13.11.22	
22.	Отработка упражнений на пластику: восьмерки бедрами, волны корпусом и руками, волны животом.	2	16.11.22	
23.	Сложные ритмы в восточном танце. Прохлопывание и прослушивание различных ритмов: максум, масмуди, беледи, саиди.	2	20.11.22	
24.	Ударные движения в восточном танце: «сбросы», «подбивка», «качалка с шагом».	2	23.11.22	
25.	Ударные движения в восточном танце: классический «ключ» - верхний и нижний. Соединение «двойного ключа» с шагом.	2	27.11.22	
26.	Ударные движения в восточном танце: «ключ саиди» - верхний и нижний; «ключи» с разворотом; шаги со сбросом бедра.	2	30.11.22	
27.	Ударные движения в восточном танце: верхняя, нижняя и боковая арка, аркада, скрутка, шаг со скруткой вокруг своей оси и в диагональ.	2	04.12.22	
28.	Ударные движения в восточном танце: «арабский скакун», шаг хагала, шаг с «качалкой», шаг с «подбивкой».	2	07.12.22	
29.	Отработка ударных движений – «ключи», подбивка, скрутка, «качалка», сбросы.	2	11.12.22	
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	14.12.22	
31.	Работа с руками в танце: основные позиции рук. Веера, волны руками. Соединение движений рук с танцем.	2	18.12.22	
32.	Знакомство с композицией и замыслом танца. Принципы соединения простых элементов движений в отдельные связки. Танец "Шааби": изучение 1й связки.	2	21.12.22	
33.	Прыжки и подскоки в народном восточном танце. Танец "Шааби": повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	25.12.22	
34.	Основные позиции рук в народном восточном танце. Танец "Шааби": повторение 1й и 2й связки, изучение 3й связки.	2	28.12.22	
35.	Групповая импровизация под эстрадную песню с педагогом. Танец "Шааби": изучение 4й связки.	2	11.01.23	
36.	Соединение 4х связок, отработка элементов танца. Понятие пируэта в фольклорном танце.	2	15.01.23	
37.	Танец "Шааби". Отработка и повторение 4х связок танца. Разводка танца на рисунок. Изучение 5й связки.	2	18.01.23	
38.	Индивидуальная импровизация под фольклорную музыку. Танец "Шааби": изучение 6й связки.	2	22.01.23	
39.	Танец "Шааби": закрепление шагов и движений танца, повторение связок 1-6, изучение 7й связки.	2	25.01.23	
40.	Танец "Шааби": повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Закрепление шагов и подскоков, отработка техники исполнения танца.	2	29.01.23	
41.	Основные принципы работы с сагатами. Повторение базовых движений восточного танца и основных позиций рук. Танец с сагатами: начало (выход), изучение 1й связки.	2	01.02.23	
42.	Повторение движений на пластику. Танец с сагатами: повторение 1й связки, изучение 2й связки.	2	05.02.23	

43.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки» с педагогом. Танец с сагатами: изучение 3й связки.	2	08.02.23	
44.	Танец с сагатами: повторение 1й,2й и 3й связки, изучение 4й связки. Соединение 4 связок, отработка элементов танца.	2	12.02.23	
45.	Танец с сагатами: повторение связок 1-4, изучение 5й связки. Разводка танца на рисунок.	2	15.02.23	
46.	Повторение ударных движений: шаг хагала, ключи, арки, сбросы. Танец с сагатами: изучение 6й связки.	2	19.02.23	
47.	Танец с сагатами: повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение рисунка танца.	2	22.02.23	
48.	Танец с сагатами: повторение связок 1-7, изучение 8й связки.Соединение связок 1-8. Повторение композиции танца.Повторение Танца "Шааби".	2	26.02.23	
49.	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: горизонтальной, вертикальной, фронтальной.	2	01.03.23	
50.	Горизонтальные и вертикальные вращения с крыльями. Повторение основных видов вращений: «шатер», «домик», «мельница».Танец с крыльями: изучение 1й связки.	2	05.03.23	
51.	Базовые движения с использованием крыльев: «поцелуйчик», «бабочка», волны крыльями, перебросы крыльев. Танец с крыльями: изучение 2й связки.	2	12.03.23	
52.	Волны крыльями в различных плоскостях. Танец с крыльями: изучение 3й связки. Перестроение рисунка из линии в галочку и во фронтальную линию.	2	15.03.23	
53.	Движения с крыльями: «кокон», «домик», «шатер». Танец с крыльями: перестроение рисунка из фронтальной линии в общий рисунок.	2	19.03.23	
54.	Танец с крыльями: соединение связок 1-4, изучение 5й связки. Отработка рисунка. Расходка из общего рисунка по парам. Изучение быстрой части танца.	2	22.03.23	
55.	Техника движения крыльями в партере. Танец с крыльями: повторение связок 1-5, изучение 6й связки.	2	26.03.23	
56.	Танец с крыльями: повторение связок 1-6, изучение 7й связки. Повторение Танца с сагатами и танца "Шааби".	2	29.03.23	
57.	Танец с крыльями: повторение связок 1-7, изучение 8й связки. Соединение всех частей танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах.	2	02.04.23	
58.	Ленты - как один из парных танцевальных аксессуаров для шоу. Особенности работы с лентами. Основные принципы работы с лентами. Правила выполнения вращений с лентами.	2	05.04.23	
59.	Повторение ударных движений. Отработка ключа «саиди. Восьмерки с лентами. Танец с лентами: изучение 1й связки.	2	09.04.23	
60.	Повторение волн и восьмерок. Танец с лентами: повторение начала танца и 1й связки, изучение 2й связки.	2	12.04.23	
61.	Расходка на рисунок. Зеркальное отображение движений. Танец с лентами: изучение 3й связки.	2	16.04.23	
62.	Техника работы со лентами при поворотах и вращениях. Танец с лентами: повторение связок 1-3, изучение 4й связки. Расходка из общего рисунка в круг.	2	19.04.23	
63.	Горизонтальные и вертикальные вращения с лентами.	2	23.04.23	

	Танец с лентами: соединение связок 1-4, изучение 5й связки.			
64.	Отработка и повторение «двойного верблюда», «тарелки», «полубочки». Танец с лентами: изучение 6й связки. Расходка из общего рисунка на пары.	2	26.04.23	
65.	Отработка восьмерок и волн с лентами. Танец с лентами: изучение 7й и 8й связки. Повторение Танца "Шааби" и Танца с рыльями.	2	30.04.23	
66.	Танец с лентами: отработка основных элементов танца. Работа над рисунком. Исполнение танца в костюмах. Повторение Танца "Шааби" и танца с сагатами.	2	03.05.23	
67.	Индивидуальная импровизация под классическую восточную музыку «Ракс эль шарки»и под музыку «шааби».	2	07.05.23	
68.	Выездные выступления.	2	10.05.23	
69.	Выездные выступления.	2	14.05.23	
70.	Выездные выступления.	2	17.05.23	
71.	Промежуточная аттестация. Отчетный концерт.	2	21.05.23	
72.	Подведение итогов года.повторение танцев и основных движений выученных за год.	2	24.05.23	
	Итого	144		

Количество часов, запланированных по программе: 144часа.

Количество проведенных часов -

Полнота реализации программы:

#### **Материально-техническое оснащение программы:**

хореографический зал, оборудованный зеркалами, хореографическими станками; душевая комната и санузел, оснащенные горячей и холодной водой; раздевалки; освещение естественное (окна) и искусственное (лампы дневного света); аппаратура для озвучивания учебных занятий; коврики; танцевальный инвентарь.

## 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.