

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр творчества «Свежий ветер»
городского округа Тольятти

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДО

«Свежий ветер»

Мурышова С.В.

«29» мая 2017 г



Программа принята на основании
решения педагогического совета.

Протокол № 5 от «25» мая 2017 г

Дополнительная общеобразовательная программа

«Арабские танцы 18+»

Возраст обучающихся – от 18 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель:

Сафарова М.Н. -
педагог дополнительного образования

Методическое сопровождение:

Курилович О.В. - методист

Тольятти, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
Введение	3
Актуальность программы	3
Направленность программы	3
Новизна программы.....	4
Цель и задачи программы	4
Возраст обучающихся	5
Сроки реализации программы.....	5
Формы обучения: очная	5
Форма организации деятельности	5
Режим занятий	6
Ожидаемые результаты.....	6
Критерии и способы определения результативности	6
Виды и формы контроля:	8
Формы подведения итогов.....	8
УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ПРОГРАММЫ	9
Учебно-тематический план.....	9
Содержание программы.....	9
МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	11
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	15
Нормативно-правовая литература.....	15
Нормативно-управленческая (программно-методическая) литература.....	15
Список литературы, используемый при составлении программы	15
Интернет-сайт:	15
Список используемой литературы.....	16
Список литературы для подготовки педагога к занятиям:.....	16
Рекомендуемая литература для обучающихся и родителей:.....	16
ПРИЛОЖЕНИЯ	18
Приложение № 1. Календарно-тематическое планирование	18

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Образовательная программа «Арабские танцы 18+» является дополнительной образовательной программой художественной направленности для оказания дополнительных платных образовательных услуг.

Образовательная группа формируется из возрастной категории от 18 лет без ограничений в возрасте. Основной акцент делается на подготовку к участию в конкурсных, концертных постановках в группе и индивидуально.

Практический выход реализации программы осуществляется посредством выступлений на конкурсах и фестивалях различного уровня от городского и межрегионального до международного.

Актуальность программы

Основное направление в программе - фольклорные стили «Belly dance», постановки в стиле Межансе (или как называемое Ракс шарки) и танцы с атрибутами - сагаты, «крылья», канделябр. «Belly dance» - современное название танца, которое означает «прекрасный танец». В основу постановки танца заложена определенная сюжетная линия, история, рассказанная движением тела. Исполнение элементов арабских танцев позволяет не только поддерживать гармонию духа и тела, но и способствует развитию групп мышц, незаслуженно забытых обычной физкультурой, способствует снятию перевозбуждения нервной системы, так как танцевать арабские танцы, возможно лишь чередуя напряжение и расслабление в процессе выполнения отдельных элементов. Сброс напряжения мышц одновременно снимает спазм гладкой мускулатуры.

Чередование сжатия-расслабления создает эффективный массаж и ведет к улучшению кровоснабжения, укреплению мышцы живота, поясницы, бедер и спины, профилактике болезней малого таза, вызванных застойными явлениями. Практически все упражнения, которые используются при постановке танцев, способствуют развитию гибкости суставов, растяжке мышц, пластичности движений, координации, умению быстро переключаться. Формируется способность к самостоятельному мышлению, самовыражению, развитию творческой самодостаточной личности.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Арабские танцы 18+» художественной направленности, модифицированная и предназначена для реализации в

учреждениях дополнительного образования в качестве платной услуги. Функциональное назначение программы – общеразвивающее.

Новизна программы

Программа «Арабские танцы 18+» является модифицированной и создана на основе образовательной программы М. С. Боголюбовой «Хореографический кружок» (для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ, 1980г.). Отличительная особенность программы – дифференцированный подход к раскрытию творческого потенциала учащихся. В программу включены Темы:

1. Вводное занятие.
2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.
3. Танцы и работа различными атрибутами.
4. Постановочно-репетиционная работа.
5. Показательные выступления.

Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для формирования конкурентоспособного творческого танцевального коллектива на уровне города, области и региона.

Задачи:

Образовательные

- расширить знания в области современного хореографического искусства;
- учить выражать собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, мировой художественной культуры;
- учить понимать «язык» движений, их красоту.

Развивающие

- Развивать гибкость, координации движений, развивать чувства ритма, навыки ансамблевого исполнения;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации обучающегося средствами танца;
- укреплять физическое и психологическое здоровье обучающегося.

Воспитательные

- воспитывать гармонически развитую творческую личность ребенка средствами арабского танца;

- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности обучающихся.

Возраст обучающихся

Программа «Арабские танцы 18+» рассчитана на взрослых обучающихся. Соответствует современным представлениям педагогики и психологии: продолжительность занятий, сложность выполнения задания соответствует индивидуальным особенностям каждого обучающегося.

Программа «Арабские танцы 18+» рассчитана на разновозрастную категорию обучающихся. Соответствует современным представлениям педагогики и психологии. Межпредметные связи - хореография, музыка, использование Интернета - важное условие результативности обучения и интенсивного развития каждого обучающегося.

Количество обучающихся в группах – 8 человек. Принцип набора обучающихся в группы – свободный (специального отбора не производится).

Сроки реализации программы

Программа реализуется за 1 учебный год в течение 64 часов (32 недели, то есть 1 год по 32 недели): 64 часа (2 часа в неделю, то есть 1 раз по 2 часа или 2 раза по 1 часу).

Формы обучения: очная

Форма организации деятельности

Коллективные формы работы

Групповые занятия проводятся в целях изучения нового материала, созданию, постановки, подготовки концертных программ, конкурсных номеров.

Индивидуальные формы работы отвечают способностям и желаниям учащихся. Использование индивидуальных форм работы способствует корректировке техники, работе над «ошибками», развитию артистизма в индивидуальной постановке танца.

Программой предусматриваются занятия *стандартные* и *нестандартные*: занятие - репетиция, занятие - концертно-конкурсная программа.

Занятия первого года обучения направлены на подготовку и создание творческого коллектива, в котором каждый учащийся сохраняет свою яркую индивидуальность.

Уделяется внимание сценическому имиджу, прическе, повышенные требования к костюму, соответствие его к стилю танца. Применяются высокие требования при групповых выступлениях, это является стимулом к формированию вкуса, стиля, имиджа учащихся, манере поведения и общей культуре.

Режим занятий

Учебные занятия проводятся в соответствии часам учебно-тематического плана и расписания учебных занятий. Продолжительность учебного часа 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Ожидаемые результаты

1) Теоретическая подготовка

учащиеся должны знать:

- Основные стилевые направления,
- базовые движения и технику исполнения танца.

2) Практическая подготовка

учащиеся должны уметь:

- слышать и отличать ритмы, характерные для Саиди, Баледи, Халиджи, Нубия, Феллахи, Гавейзи, Марокко, Искандарани, Бандари, Хагала.
- услышать данные е направления в межжансе (Ракс Шарки),
- протанцевать характерные движения связки
- работа с атрибутами (сагаты, крылья, канделябр).

3) Творческая активность

учащийся способен:

- импровизировать под незнакомую музыку (требование чемпионатов по восточным танцам),
- показать в импровизации стилевые направления,
- показать манеру, характер фольклорных направлений,
- работать над имиджем (костюм, макияж и т.д.).

Итогом учебного года является выступления на городских, областных фестивалях, межрегиональных чемпионатах по восточному танцу.

Критерии и способы определения результативности

Для определения уровня знаний, умений, навыков обучающихся и проведения диагностики используется *трехуровневая система:*

Высокий уровень:

- *сфера знаний и умений:* Знает терминологию и обозначения, употребляемые на занятиях. Имеет четкое понятие об основных стилях и ритмах арабской музыки: саиди, халиджи, баледи, феллахи, нубия. Имеет четкое понятие о

структуре Ракс Шарки. Имеет четкое понятие о фольклорных направлениях. Обладает чувством ритма. Умеет работать с разными музыкальными ритмическими наполнениями. Владеет техникой, соответствующей требованиям, принятым на конкурсах. Владеет достаточными знаниями для участия в конкурсах - техника импровизации под музыку Ракс Шарки. Умеет объяснить технику основных танцевальных элементов, танцевально-постановочных движений. В совершенстве владеет атрибутами - сагатами, крыльями, канделябром.

- *сфера творческой активности:* Владеет техникой импровизации. Может составить основу танца из усвоенных основных танцевальных элементов и постановочно-танцевальных движений; проявляет выраженный интерес к выполнению задания, охотно принимает участие в выступлениях. Работает с портфолио. Готовится к выступлению на конкурсе, изучает видеопрограммы. Работает с индивидуальной постановкой. Владеет техникой нанесения сценического макияжа, создания сценической прически, имиджа.
- *сфера личностных результатов:* Способен к преодолению трудностей, охотно включается в творческую работу, вносит элементы фантазии. Рационально использует рабочее время. Умеет планировать свою работу.

Средний уровень:

- *сфера знаний и умений:* Знает терминологию и обозначения, употребляемые на занятиях. Имеет понятие об основных стилях, ритмах. Слышит основные арабские ритмы и узнает их. Умеет выполнять и объяснять технику основных танцевальных элементов, танцевально-постановочных движений, но с небольшими погрешностями. Обладает чувством ритма с небольшими отклонениями. Владеет техникой работы с атрибутами.
- *сфера творческой активности:* Готовится к выступлениям на конкурсах, учится владеть техникой, принятой на конкурсах. Осваивает технику импровизации, технику сценического макияжа. Проявляет интерес к выполнению задания, но допускает неточности; принимает участие в выступлениях. Работает с портфолио.
- *сфера личностных результатов:* Прилагает усилия к преодолению трудностей. Включается в творческую деятельность. Планирует свою работу, но с небольшими погрешностями. Обладает чувством ответственности перед коллективом.

Низкий уровень:

- *сфера знаний и умений:* Узнает терминологию, употребляемую на занятиях, но путается в понятиях. Выполняет основные танцевальные элементы и движения с большими погрешностями. Быстро устает и отвлекается. Умеет объяснить технику основных танцевальных элементов, танцевально-постановочных движений, но только под руководством педагога.
- *сфера творческой активности:* Не владеет техникой импровизации, не всегда имеет возможность принимать участие в выступлениях.
- *сфера личностных результатов:* Не проявляет инициативы. Планирует свою работу только по наводящим вопросам педагога, Нерационально использует рабочее время. Не организован.

Виды и формы контроля:

Программой предусматриваются следующие виды контроля: предварительный, текущий, итоговый. Результаты фиксируются в листе оценивания.

Предварительный контроль, который проводится в первые дни обучения и имеет своей целью выявить исходный уровень подготовки учащихся, чтобы скорректировать учебно-тематический план, определить направление и формы индивидуальной работы (анкеты в начале учебного года).

Текущий контроль проводится с целью определить степень усвоения учащимися учебного материала и уровня их подготовленности к получению новых знаний. Этот контроль должен повысить ответственность и заинтересованность учащихся в усвоении материала. Он позволяет своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации учащихся на дальнейшее самостоятельное обучение, участие в мероприятиях, конкурсах. На каждом занятии педагог использует взаимоконтроль и самоконтроль.

Формы контроля: Собеседование, устный опрос, тест - беседа, наблюдение, портфолио.

Формы подведения итогов

Итогом обучения является получение призовых мест на фестивалях, конкурсах, чемпионатах по восточному танцу различного уровня.

УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

№	Тема, тема	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	2	3	4	5
1.	Тема 1. Введение (вводное занятие).	2	-	2
2.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	4	14	18
3.	Тема 3. Работа с атрибутами.	4	14	18
4.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	4	14	18
5.	Тема 5. Показательные выступления	-	8	8
	Итого:	14	50	64

Содержание программы

Тема 1. Введение

Теория: Цели, задачи учебного года. Совершенствование приобретенных знаний, изучение новых направлений танца. Концертная деятельность. Режим работы и форма организации занятий. Соблюдение правил техники безопасности на занятиях.

Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока

Теория: Знакомство с историей создания различных танцевальных элементов (Гавейзи, Халиджи, Хагала, Феллахи, Баледи, Нубия, Искандарани, Бандари, Марокко). Разбор и демонстрация танцевальных элементов различных стилей.

Практика: Основные танцевальные элементы стиля Гавейзи. История возникновения, влияние на культуру Ближнего востока. Основные танцевальные элементы стиля Халиджи. Сложные связки. Основные танцевальные движения в стиле Хагала. Сложные связки. Основные танцевальные движения в стиле Феллахи. Сложные связки. Основные танцевальные движения в стиле Баледи. Сложные связки. Основные танцевальные движения в стиле Нубия. Сложные связки. Основные танцевальные элементы и движения в стиле Искандарани, сложные связки. Основные танцевальные элементы и движения в стиле Бандари, сложные связки. Основные танцевальные и постановочные движения в стиле Марокко, сложные связки.

Тема 3. Танцы и работа с различными атрибутами

Теория: Просмотр фото-, видеоматериала о работе с различными атрибутами. Работа с атрибутами в соответствии со стилевым танцевальным направлением. Костюм

для танцев с различными атрибутами. Постановка танцевальных композиций для работы с атрибутами.

Практика: Работа с сагатами: отбивание ритма-триоли с использованием ритма барабанов, под классическую и эстрадную музыку. Использование основных танцевальных и постановочных движений при работе с сагатами. Работа с канделябром. Сложные связки при работе с канделябром. Работа с «крыльями». Сложные связки при работе с «крыльями»

Тема 4. Постановочно-репетиционная работа

Теория: Просмотр видеоматериалов с концертных программ, чемпионатов по восточным танцам. Анализ и самооценка занятия.

Практика: Постановка и разучивание танцев разной степени сложности с атрибутами и без, с использования, стилей направлений для группового и сольного исполнения. Индивидуальные и групповые постановки для участия в конкурсе. Постановка и разучивание танцев в разных фольклорных стилях, использование фольклора в постановках Ракс Шарки.

Тема 5. Показательные выступления

Практика: Участие в конкурсах и фестивалях по восточным танцам, в городских мероприятиях.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы обучения

Теоретические методы обучения нацелены на создание условий для развития способностей, умения слушать и слышать, видеть и замечать, концентрировать свое внимание, наблюдать и воспринимать. Это различные беседы, рассказы, объяснения с показом. Занятия проводятся в кабинете, в виде бесед, с использованием наглядного материала и технической аппаратуры.

Практические методы обучения способствуют формированию умений и навыков (владения элементами арабского танца). Занятия проводятся в кабинете, на сцене, в зале, в виде репетиционных занятий. Они включают различные формы учебной деятельности: речевые, показ в сочетании с рассказами педагога, беседа.

Занятия по программе являются практико-ориентированным, направленными на эстетическое развитие учащихся, творческой деятельности с использованием разнообразных методических форм. Занятия проводятся в виде коллективного разучивания танцевальных элементов и отработки танцевально-постановочных композиций коллективно и самостоятельно.

Методы получения новых знаний: рассказ, объяснение, беседа, организация наблюдения.

Внедрение в педагогическую практику инновационных технологий позволяет формировать у учащихся коммуникативную компетентность: способность к общению и межличностному взаимодействию, способность к сотрудничеству.

В рамках компетентностно-ориентированного образования данная программа использует следующие формы работы: внедрение КТД (коллективно-творческое дело).

Методы выработки учебных умений и накопление опыта учебной деятельности: практическая деятельность, упражнения.

Методы организации взаимодействия обучающихся и накопление социального опыта: методы эмоционального стимулирования, создание ситуаций успеха в обучении.

Методы развития познавательного интереса

- формирование готовности восприятия нового материала;
- метод стимулирования занимательным содержанием новой постановки;
- метод создания ситуаций творческого поиска.

Метод развития психических функций, творческих способностей и личностных качеств учащихся

- творческое задание, создание креативного поля;

- метод развития психических функций, творческих способностей и личностных качеств учащихся;
- творческие задания;
- методы контроля и диагностики эффективности учебно-познавательной деятельности социального и психологического развития учащихся;
- повседневное наблюдение за работой учащихся.

Занятия проводятся в форме бесед, разъяснений, показа, выступлений, прослушивания танцевальной музыки. При проведении занятий важно создавать особую доброжелательную психологическую атмосферу, заботясь о создании для учащихся ситуации успеха.

Средства обучения применяются в зависимости от цели: средства наглядности, задания, упражнения, технические средства обучения, дидактические материалы, методические разработки, рекомендации и др.

Взаимодействие образовательной программы «Арабские танцы 18+» с мероприятиями Учреждения: Организация и проведение Фестиваля-конкурса «Живи, танцуй!» с целью повышения профессионального уровня танцевальных коллективов г.о. Тольятти и участие в Чемпионатах по восточным танцам в городах Самара, Тольятти и Димитровград. Участие в отчетных концертах других студий в качестве приглашенных гостей с целью творческого, дружеского общения.

Современные образовательные технологии

- *Здоровьесберегающие технологии*

Программа «Арабские танцы 18+» по содержанию и направлению является здоровьесберегающей. Здоровый образ жизни является визитной карточкой всего танцевального коллектива. Особое внимание уделяется работе направленной на развитие культуры тела, духовного развитие, создание и поддержание имиджа лидера.

- *Информационные технологии*

Для создания информационного стенда, информационного каталога, портфолио коллектива используются информационные технологии:

- работа в программе Word,
- разработка текстового материала сценариев, технологии танцев (раздаточный материал).

Для создания видеопрограмм и отслеживания результатов работы применяется видеоборудование.

Для поиска и отбора необходимой информации (материалов, музыки, новостей), общения по тематике восточного танца учащимися систематически используется Интернет.

- *Компетентностно-ориентированные технологии.*
- обучение в сотрудничестве;
- дифференцированный подход к обучению;
- технология коллективной творческой деятельности;
- эмоционально-волевая регуляция процесса и результата проявления компетентности.

Методическая литература:

1. Ермолаева Т.И. Дополнительная образовательная программа в системе дополнительного образования детей, Самара, 2004.
2. Desert Moon Dance Academy, Происхождение танца живота, www.bellydance.ru
3. Shira, Belly Dance Terms. A Glossary
4. Shira, Краткое введение в средневосточную музыку, www.bellydance.ru
5. Ари Суфит (И.Б. Черникина), Ар Сантем «Духовное развитие женщины через танец», 2001 г.
6. Арии Суфит, Арабские танцы (Историческая справка), www.Arisufit.narod.ru
7. Базовые ритмы в арабской музыке, www.bellydance.ru
8. Боголюбская М.С. «Хореографический кружок», 1981г.
9. Гуру Ар Сантем «Йога – способ жизни на земле», М., 1995г.
10. Журнал «Филдви» 4+2001г.
11. Ефремов И. «Таис Афинская»
12. Литвинова Т.Ю. Занятия танцами и здоровье, 2002 г., www.sufitdance.ru
13. Крижановская М., Танец с саблями, шарфами, канделябрами, свечами. www.bellydance.ru
14. Понамарева Н. «Танец античных красавец», «Здоровье» №12,1996г.
15. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Москва «Просвещение», 1981г.
16. Бах Р. «Единственная».
17. Борышникова Т. «Азбука хореографии», С.-Петербург, 1996г.
18. Эндрюс Тэд «Магия танца», 1996г.
19. Черникина И.Б. О создании собственного танца, www.sufitdance.ru

20. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей. Второе издание. Под редакцией П.И. Пидкасистого.

Для подготовки к занятиям педагогу необходима следующая литература:

1. Ари Суфит (И.Б. Черникина), Ар Сантем «Духовное развитие женщины через танец», 2001г.
2. Ари Суфит «О танце, о женщине, о душе», 2003г.
3. Боголюбская М.С. «Хореографический кружок», 1981г.
4. Борышникова Т. «Азбука хореографии» С - Петербург, 1996г.
5. Гуру Ар Сантем «Йога - способ жизни на земле». М., 1995г.
6. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Москва «Просвещение», 1981г.

Материально - техническое обеспечение:

- кабинет с ровным полом;
- зеркала, закрепленные на стенах;
- рабочий костюм для занятий;
- концертный костюм для выступлений;
- магнитофон с CD дисками.

Дидактическое обеспечение: плакаты, таблицы, схемы, CD-RW диски.

Кадровое обеспечение: Педагог дополнительного образования

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовая литература

1. Концепцией развития дополнительного образования детей.
2. Письмо Министерства образования и науки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

Нормативно-управленческая (программно-методическая) литература

1. Ермолаева Т. И. Дополнительная образовательная программа в системе дополнительного образования детей, - Самара, 2004
2. Современное программно-методическое обеспечение учреждения дополнительного образования детей. Методические рекомендации для руководителей и педагогических работников учреждений дополнительного образования детей / Автор-составитель: Т.И. Ермолаева – Самара: СДДЮТ, 2008 -76 с.

Список литературы, используемый при составлении программы

1. «Азбука классики», Бадраева Н.П., Мей В.П., 2006
2. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка», Гусев Г.В., 2005
3. «Основы подготовки специалистов-хореографов», .Е.Громова, Ю.Громов, Н.Гавликовский, А.Запесоцкий, 2006
4. «Полный учебник классического танца», Грациозо Чеккетти 2007
5. «Я, Майя Плисецкая», М.Плисецкая, 2015
6. Ари Суфит (И.Б. Черникина), Ар Сантем «Духовное развитие женщины через танец», 2001
7. Баглай В. «Этническая хореография народов мира», «Феникс», 2007
8. Лопухов А.В., Ширляев А.В., Бочаров А.И., «Основы характерного танца», «Лань, планета музыки», 2007.

Интернет-сайт:

1. Desert Moon Dance Academy, Происхождение танца живота, www.bellydance.ru
2. Shira, Краткое введение в средневосточную музыку, www.bellydance.ru
3. Арии Суфит, Арабские танцы (Историческая справка), www.Arisufit.narod.ru
4. Базовые ритмы в арабской музыке, www.bellydance.ru

5. Крижановская М., Танец с саблями, шарфами, канделябрами, свечами. www.bellydance.ru
6. Литвинова Т.Ю. Занятия танцами и здоровье, 2002 г., www.sufitdance.ru
7. Черникина И.Б. О создании собственного танца, www.sufitdance.ru

Список используемой литературы

1. Desert Moon Dance Academy, Происхождение танца живота, www.bellydance.ru
2. Shira, Краткое введение в средневосточную музыку, www.bellydance.ru
3. Ари Суфит (И.Б. Черникина), Ар Сантем «Духовное развитие женщины через танец», 2001
4. Арии Суфит, Арабские танцы (Историческая справка), www.Arisufit.narod.ru
5. Базовые ритмы в арабской музыке, www.bellydance.ru
6. Ермолаева Т.И. Дополнительная образовательная программа в системе дополнительного образования детей, Самара, 2004
7. Журнал «Филдви» 4+2001
8. Крижановская М., Танец с саблями, шарфами, канделябрами, свечами. www.bellydance.ru
9. Литвинова Т.Ю. Занятия танцами и здоровье, 2002, www.sufitdance.ru
10. Черникина И.Б. О создании собственного танца, www.sufitdance.ru

Список литературы для подготовки педагога к занятиям:

1. Алексеева Л.Н. Танцы для детей. - М.: Советская Россия, 1979
2. Ари Суфит (И.Б. Черникина), Ар Сантем «Духовное развитие женщины через танец», 2001
3. Ари Суфит «О танце, о женщине, о душе», 2003
4. Базарова М.П. Азбука классического танца. – М.: Искусство, 1980
5. Бахто С.Е., Сердюков В.П. Ритмика и танец. - М., 1984
6. Косяченко Г., Черникова Н., Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. - М., 2002
7. Липченко В.Я., Самусев Р.П. Атлас анатомии человека. - М., Медицина 1983
8. Поль С. Брэгг. Позвоночник ключ к здоровью. - М.: Диамант, Золотой век, Лейла, 2000
9. Полятков С.С. Основы современного танца. - М.: Феникс, 2005

Рекомендуемая литература для обучающихся и родителей:

1. Алексеева Л.Н. Танцы для детей. - М.: Советская Россия, 1979

2. Базарова М.П. Азбука классического танца. – М.: Искусство, 1980
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.: Искусство, 1984
5. Костровицкая В. Сто уроков классического танца. - Л., Искусство, 1981
6. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л., Искусство, 1976
7. Котельникова Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений. – Минск: «Народная асвета», 1980
8. Лопухов Ф.В. Хореографические откровенности. – М.: Просвещение, 1981
9. Руднева С., Фриш Э. Музыкальное движение. - М.: Просвещение, 1972
10. Уральская В.О. Природа танца. – М.: Просвещение, 1981

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1. Календарно-тематическое планирование

Название образовательной программы: «Арабские танцы 18+»

Направленность программы: художественная

Вид программы: модифицированная

Срок реализации: 1 год

Количество часов: 64 часа

№ занятия	Наименование раздела, темы	Всего часов
1	2	3
1.	Тема 1. Введение (вводное занятие).	1
2.	Тема 1. Введение (вводное занятие).	1
3.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
4.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
5.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
6.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
7.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
8.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
9.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
10.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
11.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
12.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
13.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
14.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
15.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
16.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
17.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
18.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
19.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
20.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
21.	Тема 5. Показательные выступления	1
22.	Тема 5. Показательные выступления	1
23.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
24.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
25.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
26.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
27.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
28.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
29.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1

№ занятия	Наименование раздела, темы	Всего часов
1	2	3
30.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
31.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
32.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
33.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
34.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
35.	Тема 5. Показательные выступления	1
36.	Тема 5. Показательные выступления	1
37.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
38.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
39.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
40.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
41.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
42.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
43.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
44.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
45.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
46.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
47.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
48.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
49.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
50.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
51.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
52.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
53.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
54.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
55.	Тема 5. Показательные выступления	1
56.	Тема 5. Показательные выступления	1
57.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
58.	Тема 2. Танцевально-постановочные движения различных фольклорных стилей Ближнего Востока.	1
59.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
60.	Тема 3. Работа с атрибутами.	1
61.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
62.	Тема 4. Постановочно-репетиционная работа.	1
63.	Тема 5. Показательные выступления	1
64.	Тема 5. Показательные выступления	1
	Итого:	64