

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

Принята  
решением педагогического совета  
от 30.08. 2019 г.  
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУДО «Свежий ветер»  
С.В. Мурышова  
Приказ № 1 от 30.08. 2019г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Арабские танцы»**

Возраст обучающихся - 7-18 лет  
Срок реализации – 4 года

Составитель:  
Сафарова Марина Николаевна -  
педагог дополнительного образования

Методическое сопровождение:  
Стегалина Людмила Анатольевна - методист.

Тольятти, 2019

## Оглавление

Пояснительная записка.....	3- 13
Введение, направленность, актуальность программы.....	3
Педагогическая целесообразность программы.....	3
Новизна, отличительные особенности программы.....	3-4
Цель и задачи программы.....	4-5
Адресат программы.....	5
Сроки реализации программы.....	5
Формы обучения.....	5
Формы организации деятельности.....	5
Комплекс основных характеристик образования.....	6
Режим занятий.....	6
Планируемые (ожидаемые) результаты и способы определения результативности обучения.....	6-9
Оценочные материалы.....	9-11
Критерии и способы определения результативности	
Учебно- тематический план и содержание программы .....	12-21
Организационно – педагогические условия (методическое обеспечение программы.....	21-24
Список литературы.....	23
Приложение №1. Календарный учебный график.....	25

## Пояснительная записка

### Введение

Сложные движения восточного танца приучают организм к разнообразным физическим нагрузкам, тело приобретает также гибкость, а движения – изящество. Осанка меняется, исчезает сутулость, появляется грациозность, "царственность" движений, особенно характерная для танца живота. Этот танец развивает пластику, формирует осанку и укрепляет мышцы пресса и бедер, активизирует обменные процессы в организме, позволяющие держать мышцы живота, ягодиц, бедер, рук в тонусе.

### Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арабские танцы» художественной направленности. Направлена на формирование у обучающихся стремления видеть и создавать вокруг себя прекрасное, желание познавать свои физические и эмоциональные возможности, постигать основы пластики и хореографии.

При разработке данной программы дополнительного образования соблюдены принципы, которые позволяют учитывать разный уровень развития и разную степень освоенности содержания обучающимися: *ознакомительный (1- 2год обучения); базовый (3-4 год обучения)*. Функциональное назначение программы – общеразвивающее.

### Актуальность программы

Актуальность данной образовательной программы связана с популяризацией в последнее время восточных танцев и музыки не только среди взрослого населения нашей страны, но и среди детей и подростков. К тому же занятия восточными танцами предполагают удовлетворение потребностей современных детей, подверженных гиподинамии, больше двигаться и вести активный образ жизни.

Этот танец развивает пластику, формирует красивую осанку и укрепляет мышцы пресса, активизирует обменные процессы в организме, развивается тело, гибкость суставов, растяжка мышц, пластичность движений, координация, умение быстро переключаться в исполнении танцевальных движений. Занятия танцами благоприятно влияют на эмоциональное и интеллектуальное развитие. Развитие координации движений стимулирует умственное развитие, а самовыражение под музыку обогащает внутренний мир ребенка и повышает самооценку.

### Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы обусловлена индивидуальным подходом к ребенку, направленным на развитие творческой личности и включающая в себя разнообразные формы обучения. Отличительной особенностью данной программы является её гибкая структура. Набор содержания и форм подготовки учащихся в учебных темах строится по вариативному принципу, благодаря чему обеспечивается интеграция различных видов деятельности, необходимых для достижения целей обучения.

### Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ

Новизна данной образовательной программы состоит в самой идее восточного танца, предполагающего импровизацию, которая дает возможность ребенку самостоятельно решать, какой танец будет создан сегодня, а какой завтра, в этом заключена свобода творчества.

Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья.

В программу обучения входят:

- гимнастика и растяжка для разогрева и эластичности мышц;
- изучение основных движений восточного (арабского танца);
- работа над мимикой лица, актерское мастерство, мэйк-ап;
- подготовка костюмов к выступлению;
- танцевальные композиции;
- элементы классической хореографии.

Отличительной особенностью программы является дифференцированный подход к раскрытию творческих способностей обучающихся, развитию его умений и получаемых навыков, развитие и совершенствование его индивидуальности:

- сложность танцевальных номеров варьируется с учетом личностных особенностей обучающихся,
- продолжительность занятий соответствует возрасту обучающихся,
- содержание материала программы излагаются в соответствии с уровнем образования,
- наглядное усвоение содержания учебного материала выступает как самостоятельный источник информации.

При реализации программы учитываются следующие принципы:

- Принцип научности—направлен на формирование у детей умений и навыков, способствует развитию их физической активности, усвоению новых движений и элементов, связь теории с практикой — те знания, которые они получают на занятиях, воплощаются в практической деятельности.
- Принцип обучения и воспитания детей в коллективе —воспитывается и развивается чувство ответственности, товарищеской взаимопомощи.
- Принцип последовательности и систематичности—занятия построены таким образом, что изучение нового материала непосредственно связано с уже изученным.
- Принцип доступности—деятельность в коллективе строится на основе психических и физиологических особенностей ребёнка, учебный доступен.
- Принцип наглядности—обеспечивается применением разнообразных мастер-классов, использованием наглядного материала.

Программа разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2013 — 2020 годы» <http://pedsovet.su/publ/13-1-0-2861>;
- Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов и комплексом мер по её реализации (концепция утверждена Президентом РФ от 03.04.2012г.);
- Комплекс мер (утвержденных заместителем Председателя Правительства РФ от 26 мая 2012 года № 2405п-П8) <http://президент.рф/news/14907>;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья учащихся, воспитанников: утв. приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106;
- Санитарно-эпидемиологические правила «Санитарно-эпидемиологические требования у УДОД СанПин 2.4.4.1251-03» (постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 03.04.2003 №27);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015г. № 996-р).
- Устав учреждения.

### **Цель и задачи программы**

#### **Цель:**

Формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности средствами арабского танца.

#### **Задачи:**

*Образовательные (предметные)*

- Обучить названиям и особенностям техники различных движений;
- обучить выполнению различных движений (от простых к сложным), связок движений, сложных танцев;
- научить выражать собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, мировой художественной культуры;

- ознакомить обучающихся с аксессуарами для восточных танцев (трости, платки, свечи) и обучить технике танца с ними.

*Развивающие (метапредметные)*

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

*Воспитательные (личностные)*

- воспитывать гармонически развитую творческую личность ребенка средствами арабского танца;
- воспитывать любви к танцу, к восточной музыке, культуре;
- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности обучающихся.

**Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Арабские танцы» рассчитана на обучающихся 7-18 лет. Группы формируются по принципам: 7-11, 12-14 лет (одновозрастная группа) и 15-18 год (разновозрастные группы).

Количество обучающихся в группах – 12-15 человек. Принцип набора обучающихся в группы – свободный (специального отбора не производится). В группах занимаются девочки.

*Возраст обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы*

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы 7-18 лет. В возрасте 7-13 лет перестраиваются познавательные процессы детей (мышление, память, восприятие), которые позволяют успешно осваивать научные понятия и оперировать ими, что позволяет в содержании образовательной программы использовать специализированные компьютерные программы. Обучающиеся старшего школьного возраста,

В группы первого года обучения принимаются все желающие. В группы второго года обучения могут поступить и вновь прибывшие, после специального тестирования и опроса, при наличии определенного уровня развития и интереса.

**Сроки реализации программы**

Данная программа реализуется за 4 года:

- 1 год обучения - 84 учебных часа (ознакомительный уровень);
- 2 год обучения – 126 учебных часов (ознакомительный уровень),
- 3 год обучения - 168 учебных часов (базовый уровень),
- 4 год обучения – 168 учебных часов (базовый уровень).

**Комплекс основных характеристик образования  
Объем**

№ п/п	Год обучения, модуль	Количество часов	Количество недель в год	Количество часов в год
1 год обучения				
1	<b>Образовательный модуль «Мир арабского танца»</b>	32	42	84
2	<b>Образовательный модуль «Восточные ритмы»</b>	52		

№	Год обучения, модуль	Количество	Количество
---	----------------------	------------	------------

п\п		недель в год	часов в год
1	2 год обучения		
	<b>Образовательный уровень «Танец и ритм»</b>	42	126
2	3 год обучения		
	<b>Образовательный уровень «Искусство танца»</b>	42	126
3	4 год обучения		
	<b>Образовательный уровень «Мир фольклора в арабском танце»</b>	42	168

### Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель в год	Объем учебных часов в год	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года
1	42	84	01.09	31.08
2	42	126	01.09	31.08
3	42	168	01.09	31.08
4	42	168	01.09	31.08

**Формы обучения:** очная

#### Формы организации деятельности

*Групповая форма работы.* Групповая форма работы рассчитана на всех обучающихся данного объединения, так как дети и подростки осваивают изучаемый материал, отрабатывают общие для всех хореографические упражнения, танцевальные элементы, проходят отработку данного материала под руководством педагога.

*Коллективные формы работы.* Важным моментом при работе с детьми и подростками является создание и укрепление коллектива. Этому способствуют подготовка и участие в концертных программах. Коллективная работа посредством разучивания танцевальных элементов и отработки танцевально-постановочных движений способствует формированию объективной оценки самого себя в сравнении с другими детьми и выработке гуманных отношений сотрудничества.

*Индивидуальные формы работы.* Данная форма работы отвечает способностям и желаниям обучающихся. Индивидуальный танец позволяет раскрыться обучающимся, нарабатывать и держать в порядке свое жизненное пространство, не мешая при этом другим, создавая общее гармоничное движение вперед. Развивается не только гибкость тела и эмоций, мышления, но и хорошая координация в жизненных ситуациях.

Образовательная деятельность	Формы организации
Учебная деятельность	Теоретические и практические занятия, зачеты, открытые занятия и т.д.
Воспитательная деятельность	Отчетные, благотворительные концерты

#### Режим занятий

Занятия проводятся согласно расписанию учебных занятий (в соответствии с нормами СанПин).

Программа рассчитана на количество учебных часов: 1 г.о. – 84 учебных часа (2 часа в неделю), 2 г.о.- 126 учебных часов (3 часа в неделю), 3-4 г.о. -168 учебных часа (4 часа в неделю). Продолжительность учебного часа 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

## **Планируемые (ожидаемые) результаты и способы определения результативности**

### *Личностные:*

- привитие учащимся художественного вкуса, творческого воображения, эстетического чувства и понимания прекрасного.

### *Метапредметные:*

- проявление показателей сформированных базовых компетенций;
- принятие и следование принципам здорового и безопасного образа жизни;
- отсутствие динамики ухудшения здоровья учащихся.

### *Предметные:*

- умение различать различные ритмы, стили восточной музыки, инструменты, необходимые для восточного танца;
- умение выполнять простые и все более сложные движения восточного танца;
- умение выполнять связки движений в разных плоскостях, как под знакомую, так и под незнакомую музыку, без предварительной подготовки;
- умение выполнять сложную импровизацию под знакомую, незнакомую музыку, индивидуально, в паре;
- умение танцевать сложные танцы с зеркальным отображением движений, перестроениями, солированием;
- умение использовать простые и сложные аксессуары ;
- умение подбирать костюм.

## **Первый год обучения**

### **1) Теоретическая подготовка**

#### *Обучающиеся должны знать:*

- историю арабского танца;
- понятие «выступление», «части», «музыкальная фраза»;
- названия видов арабских танцев

### **2) Практическая подготовка**

#### *Обучающиеся должны уметь:*

- Выполнять основные хореографические элементы:
  - восьмерки вперед
  - назад; маятники сверху - снизу;
  - ключи, ключи с вращением;
  - большой круг с выносом ноги;
  - удары (все виды); волны (все виды);
  - качалка бедрами;
- Работать с платком, работу на полу (в партере).
- Развить пластику, растяжку, чувства ритма, артистизм.
- Освоить основные позиции тела, рук.
- Составить танец из основных элементов.
- Оформить рабочий костюм.

#### **Иметь представление**

- об арабском танце как источнике восточной мудрости, красоты и жизненной силы.

### **3) Творческая активность**

#### *Обучающийся может:*

- выполнять задания на основе репродуктивного уровня;
- выполнять задания с элементами творчества;
- принимать участие в мероприятиях внутриучрежденческого уровня.

### **4) Сформированность общеучебных умений и навыков**

#### *Обучающийся должен:*

- обрабатывать полученную информацию;
- уметь слушать и слышать педагога.

### **5) Личностные результаты**

#### *Обучающийся должен:*

- воспитать в себе усидчивость, терпение;
- воспитать в себе установку на процесс и результат;
- воспитать инициативность.

*Итогом первого года обучения является творческий отчет внутри коллектива, конкурсы для дебютантов.*

- названия элементов арабского костюма;

### **1) Практическая подготовка**

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять связки из основных элементов,
- работать с платком,
- работать в партере,
- поставить танец из усложненных элементов,
- оформить концертный костюм,
- выполнять виды проходов,
- выполнять все виды трясок.

**Иметь представление:**

- о создании связок из основных элементов

### **2) Творческая активность**

*Обучающийся может:*

- выполнять задания на репродуктивном уровне;
- выполнять задания на продуктивном уровне;
- выполнять задания на творческом уровне (создание танца);
- может принять участия в городских конкурсах.

### **3) Сформированность общеучебных умений и навыков.**

*Обучающийся должен уметь:*

- обучающиеся должны принимать и намечать задачи деятельности;
- уметь обрабатывать полученную информацию;
- решать проблемные задачи;
- работать в группе.

### **4) Личностные результаты**

*Обучающийся должен:*

- воспитать самоорганизацию;
- воспитать осознанный интерес к занятию;
- воспитать умение работать в группе, отзывчивость.

*Итогом второго года обучения является участие в отчетных концертах коллектива, конкурсы для начинающих танцоров.*

## **Третий год обучения**

### **1) Теоретическая подготовка**

*Обучающиеся должны знать:*

- технологию создания связок из основных элементов,
- виды проходов,
- виды трясок.

### **2) Практическая подготовка**

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять связки из основных элементов,
- работать с платком,
- работать в партере,
- поставить танец из усложненных элементов,
- оформить концертный костюм,
- выполнять все виды проходов
- самостоятельно провести разминку, разогреть группу, проводить занятия в младшей группе: объяснить движение, связку, разложить движения в рисунке танца.



- выполнять все виды трясок.

### 3) Творческая активность

*Обучающийся способен:*

- выполнять задания на творческом уровне (создание костюма, танца);
- принять участие в городских конкурсах.

### 4) Сформированность общеучебных умений и навыков

*Обучающийся должен уметь:*

- рационально планировать деятельность;
- использовать полученную информацию в учебной и творческой деятельности;
- анализировать;

### 5) Личностные результаты

*Обучающийся должен:*

- Воспитать в себе самоорганизацию, самоконтроль, терпение
- научиться оценивать себя адекватно;
- организовывать общеколлективные дела.

*Итогом третьего года обучения является выступление в отчетных концертах коллектива, конкурсы для продолжающих танцоров.*

## Четвертый год обучения

### 1). Теоретическая подготовка

*Обучающиеся должны знать:*

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

### 2) Практическая подготовка

*Обучающиеся должны уметь:*

- слышать и отличать ритмы, характерные для Саиди, Баледи, Халиджи, Нубия и Феллахи,
- услышать стилевые направления в межансе и Раке Шархи,
- протанцевать характерные движения связки.

### 3) Творческая активность

*Обучающийся 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.).

### 4) Сформированность общеучебных умений и навыков

*Обучающийся должен уметь:*

- рационально планировать деятельность;
- использовать полученную информацию в учебной и творческой деятельности;
- анализировать;

### 5) Личностные результаты

*Обучающийся должен:*

- воспитать в себе самоорганизацию, самоконтроль, терпение,
- научиться оценивать себя адекватно в выступлениях;
- организовывать общеколлективные дела.

*Итогом четвертого года обучения является выступления в отчетных концертах коллектива, на городских, областных фестивалях, межрегиональных чемпионатах по восточному танцу.*

## Оценочные материалы

*Виды и формы контроля*

Программой предусматриваются следующие виды контроля: предварительный, текущий, итоговый. Результаты фиксируются в *листе оценивания* (аналитическая справка).

*Предварительный контроль* проводится в первые дни обучения и имеет своей целью выявления исходного уровня подготовки и развития физических данных обучающихся, чтобы скорректировать учебно-тематический план, определить направление и формы индивидуальной работы (методы: собеседование, педагогическое наблюдения, анкетирование).

*Текущий контроль* проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала. Он позволяет своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения (методы: собеседование, педагогическое наблюдения, анализ выступлений обучающихся).

*Итоговый контроль* проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение, участие в мероприятиях, фестивалях, конкурсах. На каждом занятии педагогом используется взаимоконтроль и самоконтроль (методы: собеседование, педагогическое наблюдения, анализ выступлений обучающихся).

*Формы контроля процесса обучения и способы проверки результатов.*

Основное условие управления образовательным процессом – постоянный анализ всех компонентов, то есть комплексный контроль. Контроль позволяет определить эффективность обучения по программе «Арабские танцы», обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс, позволяет обучающимся, педагогам, родителям увидеть результаты своего труда, что создаёт хороший психологический климат в коллективе.

При проведении текущего контроля учитываются нагрузки по объёму, интенсивности, координационной сложности, оценивается качество выполнения основных движений, простейших связок, танцевальных элементов, стилей арабских танцев. В процессе контроля обращается внимание на некоторые психологические качества обучающихся. Особое значение придаётся таким качествам, как целеустремленность, трудолюбие, умение работать в коллективе, умение мобилизоваться и контролировать себя. Значимая роль отводится самооценке и умению оценивать других обучающихся коллектива. Оцениванию подвергаются: сфера знаний и умений, сфера творческой активности, сфера личностных результатов.

*Критерии и способы определения результативности*

*Критерии оценки*

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

Сфера/ уровни	Высокий	Средний	Низкий	Методы диагностики
<i>Сфера знаний и умений</i>	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. Обладает чувством ритма. Владеет техникой, соответствующей требованиям, принятым на конкурсах.. Умеет объяснить технику основных	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. Выполняет основные	Имеет смутное представление о технике ракс шарки, стилях. Не слышит основные арабские ритмы. Узнает терминологию, употребляемую на занятиях. Выполняет основные танцевальные элементы и движения с большими погрешностями. Быстро устает и отвлекается. Не обладает чувством ритма. Умеет объяснить технику	Педагогическое наблюдение, анализ танцевальных композиций, диагностическая беседа.

	танцевальных элементов, танцевально-постановочных движений. Выполняет основные танцевальные элементы с соблюдением всех требований по положению тела, рук, ног в. Владеет атрибутами танца – платок, трость, канделябр, «крылья», «бабочка». Владеет элементами экзерсиса.	танцевальных элементы при небольшом колебании корпуса, плеч во время выполнения сбросов и ключей. Имеет частичное колебания тела на проходках, несоответствующее положение рук. Владеет атрибутами: тростью, платком с небольшими погрешностями.	основных танцевальных элементов, танцевально-постановочных движений, но только под руководством педагога. Плохо владеет атрибутами: платком, тростью.	
<i>Сфера творческой активности</i>	Умеет импровизировать. Может составить основу танца из усвоенных основных танцевальных элементов и постановочно-танцевальных движений. Работает с портфолио достижений. Готовится к выступлению на конкурсе, изучает видеопрограммы. Работает с индивидуальной постановкой. Владеет техникой нанесения сценического макияжа, создания сценической прически, имиджа.	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.	Приступает к выполнению заданий только после дополнительных побуждений, часто отвлекается, допускает ошибки; не всегда имеет желание принимать участие в выступлениях.	Педагогическое наблюдение, анализ танцевальных композиций, анкетирование.
<i>Сфера личностных результатов</i>	Прилагает усилия к преодолению трудностей, охотно включается в творческую работу, вносит элементы фантазии. Рационально использует рабочее время.	Прилагает усилия к преодолению трудностей. Включается в творческую деятельность. Планирует свою работу, но с небольшими погрешностями. Обладает чувством	Не имеет инициативы. Планирует свою работу только по наводящим вопросам педагога, нерационально использует рабочее время. Не обладает	Педагогическое наблюдение, анализ танцевальных композиций, диагностическая беседа.

	Умеет планировать свою работу. Обладает чувством ответственности за свои поступки перед коллективом.	ответственности перед коллективом.	чувством ответственности в достаточном количестве.	
--	--	------------------------------------	--	--

**Учебно – тематический план  
1 год обучения**

№п\п	Название разделов, тем	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации
	<b>Образовательный модуль «Мир арабского танца»</b>	<b>7</b>	<b>24</b>	<b>31</b>	
1	Вводное занятие	1	-	1	Опрос. Педагогический анализ
2	Раздел 1.Музыкальная грамота	1	4	5	Опрос. Вводная диагностика
3	Раздел 2. Основные танцевальные элементы	4	10	14	Текущий контроль
4	Раздел 3.Танцевально-постановочные движения	2	10	12	Промежуточный контроль
	<b>Образовательный модуль «Восточные ритмы»</b>	<b>6</b>	<b>46</b>	<b>52</b>	
5	Раздел 4.Постановочно - репетиционная работа	2	18	20	Текущий контроль
6	Раздел 5. Костюм для арабских танцев	2	6	8	Текущий контроль
7	Раздел 6.Показательные выступления	-	12	12	Концертная деятельность. Участие в конкурсах, фестивалях
8	Раздел 7. Элементы классической хореографии	2	8	10	Промежуточный контроль
9	Итоговое занятие	-	2	2	Итоговое тестирование. Практическая работа
	<b>Итого</b>	<b>15</b>	<b>69</b>	<b>84</b>	

**Содержание программы  
1 год обучения**

**Образовательный модуль «Мир арабского танца»**

**Тема №1.Введение**

*Теория* Цели, задачи, содержание и формы занятий. Рассказ об истории танца, показательное выступление педагога, знакомство с терминологией. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство группы с программой обучения. Рабочий костюм, основными движениями.

*Практика* Организация групп по возрастам, пробная разминка, знакомство с основными движениями. Просмотр фотоматериалов о деятельности студии.

## **Раздел 1. Музыкальная грамота**

*Теория* Характер арабской музыки. Эстрадная музыка, музыка стиля саиди. Музыка ракс шарки. Знакомство со значением темпа музыки (скорость звучания). Ритмический рисунок. Строение музыкального произведения. Формирование представления о вступлении, части, музыкальной фразе. Различие разнообразных динамических оттенков музыки (уровень громкости звучания). Строение музыкального

*Практика* Прослушивание музыки, определение ее характера, ритма, темпа, отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений, выполнение движений в разном темпе, с разной амплитудой, выделение акцентов, пауз, смена движений в зависимости от смены музыкальных фраз, частей. Прослушивание музыки стиля Саиди, определение ритма Саиди на слух.

## **Раздел 2. Основные танцевальные элементы**

*Теория* Растяжка боковых мышц, спины. Наклоны корпуса вперед, в сторону со сведенными лопатками, наклоны с расслаблением на выдохе, скрутка назад, отведение корпуса без участия бедер. Отведение бедер в сторону без участия корпуса, подъем бедра к подмышке. Основные элементы саиди с тростью и без. Вращение трости в разных плоскостях. Ключ саиди с тростью шаг саиди. Основные положения рук, разновидность движений: вращение кистей, взмахи, волны пальцами, кистями, от локтя, от плеча. Растяжка рук для получения мягкости движения. Изучение движений бедрами. Основные пластические элементы: круги тазом в горизонтальной плоскости, объемные восьмерки тазом вперед - назад, качалка бедрами вверх - вниз, качалка тазом вперед - назад, маятник сверху - вниз, маятник снизу - вверх, волна тазом снизу - вверх, волна сверху - вниз, оттяжки бедер в сторону. Основные разновидности ударов: удары тазом вперед; по диагоналям вперед, удары ягодицами назад; по диагоналям назад, удары бедром в стороны, точки - удары бедром сверху - вниз, сбросы в лежачей позе, забросы бедром в «лежачей» позе. Усложненные элементы: объемная восьмерка тазом вперед с выносом ноги, круг тазом назад с выносом ноги, ключ - двойной сброс бедром с отрывом ноги в «сидячей», «лежачей» позе, подковка - точки по дужке, маятник снизу - вверх с точкой в начале диагонали, большой круг бедрами с прогибом в пояснице, «звездочка», «штопор».

*Практика* Растяжка грудной клетки, плеч. Круги верхней части корпуса, восьмерка, оттяжка влево-вправо, волны, круги плечами вперед-назад.

Танцевальные позиции - стоя на высоких полупальцах, «сидячая», «лежачая» техника исполнения, осанка. Положения рук. Упражнения для выработки осанки, постановка корпуса, позиции ног, рук. Практика :

Основные движения саиди. Шаг саиди, ключ саиди. Вращение трости в разных плоскостях. Исполнение танцевальных элементов под музыку стиля Саиди и барабаны Саиди.

## **Раздел 3. Танцевально-постановочные движения**

*Теория* Работа с платком. Положение корпуса, рук, повороты. Шаги, повороты, вращения. Положения тела, рук, ног, техника исполнения. Возвратный шаг, поворот с восьмеркой, «египетский поворот», вращение с шагом, возвратный шаг с качанием бедра и тряской грудью по секторам. Техника выполнения проходов, положение тела, рук, осанка, работа бедрами. Основные связки Саиди с тростью и без под музыку, ритм, барабаны Саиди. Ракс Шарки. Фольклорное наполнение, структура. Образцы Ракс Шарки.

*Практика* Положение: платок наверху, разведение скрещенных рук, восьмерка одной рукой, «бабочка». Работа в партере. Положение тела, рук, ног при танце на полу. Опускание - подъем при выполнении танца, волна, лежачая на боку, волны, круги, стоя на коленях, тряска грудью, выхлопы и волны животом лежачая на спине (из положения, сидя на коленях), скрестный шаг и опускание на пол и работа руками в этом положении. Проходки (проходка с восьмерками назад, проходка с забросом бедра, проходка вперед со скрестным шагом, проходка с выстрелами бедер, проходка с волнами, проходка с оттяжкой бедра, «елочка» в сторону с объемными восьмерками назад, проходка назад с подковками). Основные связки саиди. Основные проходки саиди. Основные элементы и движения саиди с тростью.

## Образовательный модуль «Восточные ритмы»

### Раздел 4. Постановочно-репетиционная работа

*Практика.* Постановка и разучивание танцев с учетом возрастных особенностей и физического развития обучающихся. Постановка танца с платком под эстрадную музыку. Постановка танца с тростью под музыку стиля саиди. Постановка танца без атрибутов под эстрадную музыку

### Раздел 5. Костюм для арабских танцев

*Теория* Рабочий костюм: создание, оформление. Украшение. Концертный костюм: создание модели, оформление, украшение. Макияж, прическа. Просмотр фотографий, портфолио других исполнителей.

Оформление, украшение.

### Раздел 6. Показательные выступления

*Практика* Подбор костюмов для выступления. Прогон постановки в костюме. Работа с образом. Актерское мастерство. Эмоциональная подготовка к выступлению. Выступление на творческом отчете внутри учреждения.

### Раздел 7. Элементы классической хореографии

*Практика.* Постановка корпуса. Постановка ног, рук. Упражнения для закрепление основных позиций. Элементы экзерсиса у станка.

### Тема. Итоговое занятие

*Практика* Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование.

## Учебно – тематический план 2 год обучения Образовательный модуль «Танец и ритм»

№п\п	Название разделов, тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	2	3
2	Раздел 1. Музыкальная грамота	2	10	12
3	Раздел 2.Основные танцевальные элементы	3	21	24
4	Раздел 3.Танцевально-постановочные движения	2	17	19
5	Раздел 4.Постановочно - репетиционная работа	2	26	28
6	Раздел 5.Костюм для арабских танцев	2	2	4
7	Раздел 6.Показательные выступления	-	7	7
8	Раздел 7.Элементы классической хореографии	-	27	27
9	Итоговое занятие	-	2	2
	<b>Итого</b>	<b>12</b>	<b>114</b>	<b>126</b>

### Формы аттестации

Опрос. Педагогическое наблюдение. Вводная диагностика. Текущий контроль. Промежуточный контроль. Концертная деятельность. Участие в конкурсах, фестивалях. Итоговое тестирование. Практическая работа

## Содержание программы 2 год обучения

### Тема. Введение

*Теория* Цели и задачи 2 года обучения: совершенствование полученных знаний и умений, перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы, социально-творческой деятельности. Реорганизация групп, расписание занятий.

### **Раздел 1. Музыкальная грамота**

*Теория* Повторение материала первого года обучения: темп музыки (скорость звучания). Различие разнообразных динамических оттенков музыки (уровень громкости звучания). Ритмический рисунок; характер арабской музыки. Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Музыкальная грамота. Музыка стиля саиди. Саиди стиль, саиди песня, саиди барабаны. Музыка стиля баледи. Баледи стиль, баледи песня, баледи барабаны. Ракс шарки. Межансе. Сравнительный анализ. Музыкальное наполнение, структура, части межансе и Ракс Шарки.

*Практика* Прослушивание музыки, определение ее характера, ритма, темпа, отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений, выполнение движений в разном темпе, с разной амплитудой, выделение акцентов, пауз, смена движений в зависимости от смены музыкальных фраз, частей. Прослушивание музыки. Узнавание частей ракс Шарки и межансе, определение стиля на слух.

### **Раздел 2. Основные танцевальные элементы**

*Теория* Основные положения рук. Разновидность движений: вращение кистей, взмахи, волны пальцами, кистями, от локтя, от плеча. Растяжка рук для получения мягкости движения. Танцевальные позиции - стоя на высоких полупальцах, «сидячая», «лежачая» техника исполнения, осанка. Положения рук. Упражнения для выработки осанки, постановка корпуса, позиции ног, рук. Основные пластические элементы: круги тазом в горизонтальной плоскости, объемные восьмерки тазом вперед - назад, качалка бедрами вверх - вниз, качалка тазом вперед - назад, маятник сверху - вниз, маятник снизу - вверх, волна тазом снизу - вверх, волна сверху - вниз, оттяжки бедер в сторону. Усложненные элементы: объемная восьмерка тазом вперед с выносом ноги, круг тазом назад с выносом ноги, ключ - двойной сброс бедром с отрывом ноги в «сидячей», «лежачей» позе, подковка - точки по дужке, маятник снизу - вверх с точкой в начале диагонали, большой круг бедрами с прогибом в пояснице, «звездочка», «штопор». Основные элементы Саиди, Баледи. Сложные элементы Баледи. Сложные элементы Саиди, трюки тростью.

*Практика* Растяжка боковых мышц, спины. Наклоны корпуса вперед, в сторону со сведенными лопатками, наклоны с расслаблением на выдохе, скрутка назад, отведение корпуса без участия бедер. Отведение бедер в сторону без участия корпуса, подъем бедра к подмышке. Растяжка грудной клетки, плеч. Круги верхней части корпуса, восьмерка, оттяжка влево - вправо, волны, круги плечами вперед-назад. Основные разновидности ударов: удары тазом вперед; по диагоналям вперед, удары ягодицами назад; по диагоналям назад, удары бедром в стороны, точки - удары бедром сверху - вниз, сбросы в лежачей позе, забросы бедром в «лежачей» позе. Тряски: коленями сверху вниз, коленями вперед - назад, одним коленом, двумя коленями одновременно, попеременно, коленями вперед с оттяжкой бедра в сторону, коленями вперед с кругами тазом, коленями вперед с объемными восьмерками вперед и назад, коленями вперед с маятником снизу вверх, сверху вниз, коленями вперед с волной тазом снизу вверх, качалка тазом вперед — назад, вращение тазом вокруг позвоночника, выхлопы животом на задержке дыхания. Основные элементы Саиди с тростью, усложненные элементы, трюки с тростью. Использование элементов под ритм Саиди. Основные элементы Баледи, ключи Баледи, сложные ключи Баледи. Использование элементов под ритм Баледи. Основные элементы саиди. Шаг саиди. Ключ саиди. Вращение трости- положение руки. Плоскости вращения. Основные движения баледи. Фольклорные стили. Основные танцевальные движения. Основные движения в ракс шарки.

### **Раздел 3. Танцевально-постановочные движения**

*Теория* Работа с платком. Положение корпуса, рук, повороты. Техника выполнения проходов, положение тела, рук, осанка, работа бедрами. Работа в партере. Положение тела, рук, ног при танце на полу. Опускание - подъем при выполнении танца, волна, лежачая на боку, тряска, лежачая на боку, волны, круги, стоя на коленях, тряска грудью, выхлопы и волны животом лежачая на спине (из положения, сидя на коленях), крестный шаг и опускание на пол, работа руками в этом

положении волны, круги, тряски, стоя на коленях, тряска грудью, тряска и волны животом лежа на спине (из положения, сидя на коленях). Основные танцевально- постановочные движения Саиди. Проходки саиди. Вращение трости с основными танцевально- постановочными движениями. Сложные связки и сложные элементы Баледи - ключи, возвратные шаги, бочки.

*Практика* Положение платок наверху, разведение скрещенных рук, восьмерка одной рукой, «бабочка». Шаги, повороты, вращения. Положения тела, рук, ног, техника исполнения. Возвратный шаг, поворот с восьмеркой, «египетский поворот», вращение с шагом, возвратный шаг с качанием бедра и тряской грудью по секторам. Приставной шаг, тройной шаг. Проходки (проходка с восьмерками назад, проходка с забросом бедра, проходка вперед со скрестным шагом, проходка с выстрелами бедер, проходка с волнами, проходка с оттяжкой бедра, «елочка» в сторону с объемными восьмерками назад, египетская проходка, проходка назад с подковками, проходка со сбросом бедра назад-вперед, проходка в сторону с маятником снизу-вверх, проходка в сторону с восьмеркой вперед, проходка в сторону с оттяжкой бедра, проходки с ударами (все виды), проходка с качалкой бедра). Основные проходки саиди. Сложные связки саиди. Танцевально-постановочные движения саиди с вращением трости. Основные связки баледи. Сложные связки баледи. Основные фольклорные движения в ракс шарки.

#### **Раздел 4. Постановочно-репетиционная работа**

*Практика* Постановка и разучивание танцев в стиле саиди с тростью и без под музыку саиди с ритмом саиди. Постановка и разучивание танцев в стиле ракс шарки с платком (и без) под музыку межжансе. Индивидуальные и групповые постановки.

#### **Раздел 5. Костюм для арабских танцев**

*Теория* Концертный костюм: виды моделей, оформление, украшение. Макияж, прическа. Просмотр фотографий, портфолио других исполнителей. Подбор имиджа танцовщицы индивидуально. Фольклорный костюм. Оформление. Украшение. Костюм для стиля Саиди, Баледи, Ракс Шарки, оформление, украшение.

*Практика* Подбор имиджа и макияжа танцовщицы индивидуально. Изготовление концертного костюма.

#### **Раздел 6. Показательные выступления**

*Практика* Подбор костюмов для выступления. Прогон постановки в костюме. Работа с образом. Актерское мастерство. Эмоциональная подготовка к выступлению. Участие в рейтинговых конкурсах и фестивалях по восточным танцам, в городских мероприятиях.

#### **Раздел 7. Элементы классической хореографии**

*Практика.* Постановка корпуса. Элементы экзерсиса у станка. Позиции и положения рук. Переводы рук из позиции в позицию.

#### **Тема. Итоговое занятие**

*Практика* Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование.

### **Учебно – тематический план 3 год обучения Образовательный модуль «Искусство танца»**

<b>№п\п</b>	<b>Название разделов, тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего</b>
1	Вводное занятие	1	2	3
2	Раздел 1.Музыкальная грамота	2	10	12
3	Раздел 2.Основные танцевальные элементы	3	20	23
4	Раздел 3.Танцевально-постановочные движения	2	20	22
5	Раздел 4.Постановочно - репетиционная работа	2	53	55
6	Раздел 5.Костюм для	2	4	6



	арабских танцев			
7	Раздел 6. Показательные выступления	-	7	7
8	Раздел 7. Элементы классической хореографии	-	38	38
9	Итоговое занятие	-	2	2
	<b>Итого</b>	<b>12</b>	<b>156</b>	<b>168</b>

### Формы аттестации

Опрос. Педагогическое наблюдение. Вводная диагностика. Текущий контроль. Промежуточный контроль. Концертная деятельность. Участие в конкурсах, фестивалях. Итоговое тестирование. Практическая работа

## Содержание программы 3 год обучения

### Тема. Введение

*Теория* Цели и задачи 3 года обучения: доведения до навыка полученных знаний и умений, перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы, социально-творческой деятельности. Реорганизация групп, расписание занятий.

### Раздел 1. Музыкальная грамота

*Теория* Характер, ритм, темп, отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений. Особенности стиля Халиджи, музык, ритм. Особенности стиля Хагалы, музыка и ритм. Характер, темп, разнообразие.

*Практика* Прослушивание музыки. Выполнение движений в разном темпе, с разной амплитудой, выделение акцентов, пауз, смена движений в зависимости от смены музыкальных фраз, частей. Прослушивание музыки. Определение и узнавание ритмов халиджи, хагалы, феллахи на слух. Выполнение основных движений перечисленных стилей под музыку данных стилей и барабаны.

### Раздел 2. Основные танцевальные элементы

*Теория* Основные положения рук. Разновидность движений: вращение кистей, взмахи, волны пальцами, кистями, от локтя, от плеча. Растяжка рук для получения мягкости движения. Растяжка боковых мышц, спины. Наклоны корпуса вперед, в сторону со сведенными лопатками, наклоны с расслаблением на выдохе, скрутка назад, отведение корпуса без участия бедер. Отведение бедер в сторону без участия корпуса, подъем бедра к подмышке. Основные танцевальные элементы стиля Халиджи. Работа головой, волосами. Основные танцевальные движения стиля Хагала. Работа с качалкой. Основные движения в стиле Феллахи. Положения тела, рук.

*Практика* Растяжка грудной клетки, плеч. Круги верхней части корпуса, восьмерка, оттяжка влево - вправо, волны, круги плечами вперед-назад.

Танцевальные позиции - стоя на высоких полупальцах, «сидячая», «лежачая» техника исполнения, осанка. Положения рук. Упражнения для выработки осанки, постановка корпуса, позиции ног, рук. Совершенствование пластических элементов: круги тазом в горизонтальной плоскости, объемные восьмерки тазом вперед - назад, качалка бедрами вверх - вниз, качалка тазом вперед - назад, маятник сверху - вниз, маятник снизу - вверх, волна тазом снизу - вверх, волна сверху - вниз, оттяжки бедер в сторону. Совершенствование разновидностей ударов: удары тазом вперед; по диагоналям вперед, удары ягодицами назад; по диагоналям назад, удары бедром в стороны, точки - удары бедром сверху - вниз, сбросы в лежачей позе, забросы бедром в «лежачей» позе. Совершенствование усложненных элементов: объемная восьмерка тазом вперед с выносом ноги, круг тазом назад с выносом ноги, ключ - двойной сброс бедром с отрывом ноги в «сидячей», «лежачей» позе, подковка - точки по дужке, маятник снизу - вверх с точкой в начале диагонали, большой круг бедрами с прогибом в пояснице, «звездочка», «штопор».

Совершенствование трясок: коленями сверху вниз, коленями вперед - назад, одним коленом, двумя коленями одновременно, попеременно, коленями вперед с оттяжкой бедра в

сторону, коленями вперед с кругами тазом, коленями вперед с объемными восьмерками вперед и назад, коленями вперед с маятником снизу вверх, сверху вниз, коленями вперед с волной тазом снизу вверх, тряска ягодицами, качалка тазом вперед - назад, вращение тазом вокруг позвоночника, выхлопы животом на задержке дыхания. Основные танцевальные элементы стиля Халиджи. Работа головой, волосами. Основные танцевальные движения стиля Хагала. Работа с качалкой. Основные движения в стиле Феллахи. Положения тела, рук.

### **Раздел 3. Танцевально-постановочные движения**

*Теория* Совершенствование танцевальных навыков. Работа с платком. Положение корпуса, рук, повороты. Положение платок наверху, разведение скрещенных рук, восьмерка одной рукой, «бабочка». Техника выполнения проходов, положение тела, рук, осанка, работа бедрами. Основные танцевально – постановочные движения в стилях Халиджи с волосами, в стиле Феллахи, в стиле Хагалы под музыку данных стилей.

*Практика* Работа в партере. Положение тела, рук, ног при танце на полу. Опускание - подъем при выполнении танца, волна, лежа на боку, тряска, лежа на боку, волны, круги, стоя на коленях, тряска грудью, выхлопы и волны животом лежа на спине (из положения, сидя на коленях), скрестный шаг и опускание на пол и работа руками в этом положении волны, круги, тряска, стоя на коленях, тряска грудью, тряска и волны животом лежа на спине (из положения, сидя на коленях). Шаги, повороты, вращения. Положения тела, рук, ног, техника исполнения. Возвратный шаг, поворот с восьмеркой, «египетский поворот», вращение с шагом, возвратный шаг с качанием бедра и тряской грудью по секторам. Приставной шаг, тройной шаг. Проходки: проходка с восьмерками назад, проходка с забросом бедра, проходка вперед со скрестным шагом, проходка с выстрелами бедер, проходка с волнами, проходка с оттяжкой бедра, «елочка» в сторону с объемными восьмерками назад, египетская проходка, проходка назад с подковками, проходка со сбросом бедра назад-вперед, проходка в сторону с маятником снизу-вверх, проходка в сторону с восьмеркой вперед, проходка в сторону с оттяжкой бедра, проходки с ударами (все виды), проходка с качалкой бедра. Основные танцевально-постановочные движения и связки стиля Халиджи, Проходки Халиджи, работа волосами. Работа в партере в стиле Халиджи. Основные танцевально- постановочные движения и связки в стиле Хагала, Проходка в стиле хагала. Основные танцевально- постановочные движения и связки в стиле Феллахи. Проходка в стиле Феллахи. Сложные связки Ракс Шарки. Работа с атрибутами. Использование трости, платка.

### **Раздел 4. Постановочно-репетиционная работа**

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

### **Раздел 5. Костюм для арабских танцев**

*Теория* Концертный костюм: виды моделей, оформление, украшение. Макияж, прическа. Просмотр фотографий, портфолио других исполнителей. Подбор имиджа танцовщицы индивидуально.

*Практика* Подбор имиджа и макияжа танцовщицы индивидуально. Изготовление концертного костюма. Костюм для стиля феллахи. Костюм для стиля Халиджи, Костюм для стиля Хагала.

### **Раздел 6. Показательные выступления**

*Практика* Подбор костюмов для выступления. Прогон постановки в костюме. Работа с образом. Актерское мастерство. Эмоциональная подготовка к выступлению. Участие в рейтинговых конкурсах и фестивалях по восточным танцам, в городских мероприятиях.

### **Раздел 7. Элементы классической хореографии**

*Практика.* Постановка корпуса. Постановка ног, рук. Корректирующие упражнения. Упражнения для закрепление основных позиций. Элементы экзерсиса у станка. Упражнения на растяжку. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения для развития танцевального шага.

### **Тема. Итоговое занятие**

*Практика* Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование.

**Учебно – тематический план  
4 год обучения  
Образовательный модуль «Мир фольклора арабского востока»**

№п\п	Название разделов, тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	2	3
2	Раздел 1.Музыкальная грамота	2	10	12
3	Раздел 2.Основные танцевальные элементы	3	20	23
4	Раздел 3.Танцевально-постановочные движения	2	20	22
5	Раздел 4.Постановочно - репетиционная работа	2	54	56
6	Раздел 5.Костюм для арабских танцев	2	2	4
7	Раздел 6.Показательные выступления	-	7	7
8	Раздел 7.Элементы классической хореографии	-	39	39
9	Итоговое занятие	-	2	2
	<b>Итого</b>	<b>12</b>	<b>156</b>	<b>168</b>

**Формы аттестации**

Опрос. Педагогическое наблюдение. Вводная диагностика. Текущий контроль. Промежуточный контроль. Концертная деятельность. Участие в конкурсах, фестивалях. Итоговое тестирование. Практическая работа

**Содержание программы  
4 год обучения**

**Тема. Введение**

*Теория* Цели, задачи учебного года. Совершенствование приобретенных знаний, изучение новых направлений танца. Концертная деятельность. Режим работы и форма организации занятий.

**Раздел 1. Музыкальная грамота**

*Теория* Музыка, ритм стиля Нубия. Особенности стиля Нубия.. Характер, темп, разнообразие стилей и ритмов Саиди, Баледи, Халиджи, Хагалы, Феллахи. Танец с канделябром.

*Практика* Прослушивание музыки по изученным музыкально-стилевым фольклорным направлениям. Выполнение движений, характерных для данного направления. Определение и узнавание ритмов Халиджи, Хагалы, Феллахи, Нубии, саиди, Баледи на слух. Выполнение основных движений перечисленных стилей под музыку данных стилей и барабаны.

**Раздел 2. Основные танцевальные элементы**

*Теория* Основные танцевальные элементы стиля Нубия. Положения тела рук. Основные танцевальные элементы танца с канделябром. Положение тела, рук.

*Практика* Использование полученных теоретических знаний на практике. Совершенствование базовой техники.

**Раздел 3. Танцевально-постановочные движения**

*Практика* Основные танцевальные элементы стиля Нубия. Основные танцевальные движения с канделябром. Стиль Саиди, Баледи, Феллахи, Хагала, Халиджи. 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 движения в танце с канделябром. Использование атрибутов в танце с «Крыльями», канделябром, «Бабочкой», платком, тростью. Ракс Шарки с атрибутами и без.

#### **Раздел 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.

#### **Раздел 5. Костюм для арабских танцев**

*Практика* Просмотр фото-, видеоматериала. Работа над имиджем в соответствии со стилевым танцевальным направлением. Костюм для стиля Нубия. Костюм для танца с канделябром. Костюм для Ракс Шарки.

#### **Раздел 6. Показательные выступления**

*Практика* Подбор костюмов для выступления. Прогон постановки в костюме. Работа с образом. Актерское мастерство. Эмоциональная подготовка к выступлению. Участие в рейтинговых конкурсах и фестивалях по восточным танцам, в городских мероприятиях.

#### **Раздел 7. Элементы классической хореографии**

*Практика* Корректирующие упражнения. Упражнения на гибкость. Упражнения для закрепление основных позиций. Элементы экзерсиса у станка. Упражнения на растяжку. Упражнения по исправлению недостатков осанки.

#### **Тема. Итоговое занятие**

*Практика* Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование.

**Примечание: Количество учебных часов тем занятий носит рекомендательный характер с учетом возрастных особенностей обучающихся. Но в обязательном порядке должно быть обеспечено общее количество учебных часов в год.**

### **Организационно – педагогические условия (методическое обеспечение) программы**

*Учебно – методическая деятельность*

Учебные занятия по программе - это и теория (рассказ педагога, иллюстрации из книг, обучающих пособий, видеоматериала), и практика (отработка движений, связок движений, простых и сложных танцев), и чередование видов деятельности (интенсивная тренировка – плавные упражнения, танец – письменное задание).

Структурной особенностью программы является блочно-тематическое планирование содержания занятий.

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 учащегося в выполнении упражнения, танца;
- чередования интенсивных упражнений с плавными;
- возможности отдыха учащегося в любое время;
- отслеживания состояния и выявления возможных недомоганий всех участниц студии одновременно за счет зеркал в хореографическом зале.

Программой предусмотрены *следующие формы занятий*: учебное занятие, занятие-закрепление, занятие-импровизация, занятие – зачет, занятие – концерт.

Занятия первого года обучения направлены на освоение детьми основных элементов и позиций арабского танца. Обучающие практически осваивают техники выполнения проходов, знакомятся с разновидностями арабских танцев. Выбор движений для постановки танцев осуществляется с учетом возрастных особенностей детей. Важным моментом в исполнении танца является костюм, подчеркивающий индивидуальность исполнителя. В разделе «Костюм для арабских танцев» обучающиеся знакомятся с разновидностью костюмов, основными составляющими элементами костюма. Раздел «Элементы классической хореографии» включает в себя знакомство с экзерсисом, основные позиции рук, ног.

Второй год обучения нацелен на усложнение основных элементов и позиций арабского танца, на совершенствование пластичных элементов, разновидностей ударов, трясок, усложняется техника исполнения проходов. Обучающиеся изучают фольклорные стили арабского танца, разучивают постановки для концертных и конкурсных выступлений, знакомятся не только с видами моделей, оформления, украшения костюма, но и на практике учатся создавать свои костюмы и украшения.

Третий год обучения направлен на повышение уровня выступлений, выделения сольных партий танца. Используя основной рисунок танца, каждая обучающаяся составляет свой танец под наблюдением педагога. Особо уделяется внимание имиджу, повышены требования к костюму, соответствию его стилю исполнения танца (особенно в групповом исполнении танца). Это является стимулом к формированию вкуса, стиля, имиджа обучающихся, манере поведения и общей культуре. Обучающиеся должны уметь самостоятельно провести разминку, разогрев группы, элемент занятия в младшей группе: объяснить движение, связку, разложить движения в рисунке танца.

На четвертом году обучения особое внимание уделяется имиджу исполнителя, повышены требования к костюму, соответствию его стилю танца. Применяются высокие требования к выступлениям коллектива, это является стимулом к формированию вкуса, стиля, имиджа обучающихся. Особое внимание уделяется манере поведения и общей культуре. Под контролем руководителя обучающиеся четвертого года обучения разрабатывают и ставят танцевальные номера.

### **Современные образовательные технологии**

- *Здоровьесберегающие технологии.* Программа «Арабские танцы» по содержанию и направлению является здоровьесберегающей. Педагогом пропагандируется здоровый образ жизни. Большая работа проводится над развитием культуры тела, физическим развитием, общей культуры, формируется чувство вкуса, стиля, манеры поведения, понятие имидж.
- *Информационные технологии.* Используются в образовательном процессе при объяснении, демонстрации, рассказе, беседе по темам программы, а также для создания информационного стенда, информационного каталога, портфолио достижений обучающихся, разработки текстового материала сценариев, алгоритма танцевальных номеров, элементов (раздаточный материал).
- *Компетентностно-ориентированные технологии:*
  - обучение в сотрудничестве;
  - дифференцированный подход к обучению: используется в течение всего образовательного процесса. Каждый обучающийся следует по индивидуальному творческому маршруту, принимает участие в работе основного состава в концертных выступлениях (решает по какой программе ему развиваться);
  - технология коллективной творческой деятельности;
  - игровые технологии.

Для достижения поставленной в данной программе цели и получения ожидаемого результата на занятиях по программе «Арабские танцы» используется комплекс разнообразных педагогических методов, в частности по классификации Ю.К. Бабанского:

1. Методы стимулирования и мотивации учения:

- методы формирования интереса к учению,
- методы формирования долга и ответственности в учении.

2. Методы организации и осуществления учебных действий и операций

- *словесный метод* - играет важную роль в развитии умственной деятельности обучающихся;
- *метод иллюстративной наглядности* - не должно быть пассивное созерцание обучающимся предложенного для освоения материала, педагогу необходимо выяснить, понятно ли обучающимся увиденное, понравилось или нет и почему, либо разобраться в увиденном;
- *концентрический метод* - педагог, по мере усвоения определенных движений, танцевальных композиций, вновь возвращается к ним, но уже используя все более сложные упражнения и задания.
- *метод показа* - предполагает, что прежде, чем приступить к разучиванию нового, движения, позы, педагог предваряет его своим точным показом. В показе педагога движение выглядит в законченном виде, и обучающиеся сразу видят конкретное воплощение образа, что будит воображение;
- *музыкальное сопровождение, как методический прием* - умелый подход к правильному подбору музыкального материала для постановок и композиций, с первых занятий исключает формальный подход обучающихся к музыке лишь только как к оформлению занятия (правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем обучающиеся проявляют в конкретной постановке, композиции);
- *импровизационный метод* - импровизируя, обучающиеся двигаются свободнее, непринужденнее, так, как им подсказывает музыка. Данный метод помогает юному обучающемуся постепенно раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность;
- *игровой метод* - в процессе игровых действий у обучающихся формируются волевые качества, приобретается опыт поведения и ориентировки, вырабатывается характер и еще, что не менее важно, - совершенствуются разнообразные двигательные умения и навыки;

### 3. Методы контроля и самоконтроля

#### *Работа с родителями*

##### *Формы работы с родителями:*

- профессиональная помощь родителям, сотрудничество педагога и родителей в воспитании обучающихся;
- родительское собрание - два раза в год проводятся встречи с родителями в форме отчетных концертных программ с участием обучающихся;
- открытые занятия;
- индивидуальные беседы с родителями.

Регулярно проводятся индивидуальные беседы и встречи с родителями обучающихся.

#### *Методы обучения*

*Теоретические методы* обучения нацелены на создание условий для развития способностей, 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 арабским танцем). Занятия проводятся в кабинете, на сцене, 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 воспитанниц, приобщения их к искусству, творческой деятельности с использованием разнообразных методических форм. Занятия проводятся в виде коллективного разучивания танцевальных элементов и отработки танцевально-постановочных движений коллективно и самостоятельно.

Дифференцированный подход в обучении используется в течение всего образовательного процесса. Каждый обучающийся следует по индивидуальному творческому маршруту. Каждый обучающийся способен и может принимать участие в работе основного состава (решает по, какой программе ему развиваться) при наличии желания работать.

Для достижения поставленной в программе цели и получения ожидаемого результата используется комплекс разнообразных методов:

Занятия проводятся в форме бесед, разъяснений, показа, выступлений, прослушивания записей с танцевальной арабской музыкой. Для достижения большей эффективности в работе на занятиях используются игровые моменты, способствующие осваивать новые знания и навыки в более легкой и доступной форме. При проведении занятий важно создавать особую доброжелательную психологическую атмосферу, заботясь о создании для обучающихся ситуации успеха.

Изучение любого из разделов начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующий год.

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

*Дидактическое обеспечение:*

- наглядные пособия (схемы, плакаты, таблицы, фотоматериалы, видеоматериалы), индивидуальные комплекты дидактического материала для каждого обучающегося (раздаточные карточки с индивидуальными заданиями, алгоритмом действий, таблицы-памятки), авторские и типовые наглядные пособия, методические разработки, памятки, и др.

*Кадровое обеспечение:* реализует программу педагог дополнительного образования данной направленности.

*Материально - техническое обеспечение*

1. Кабинет (зал) с ровным полом в соответствии с нормами СанПиН;
2. зеркала, закрепленные на стенах;
3. форма для занятий (рабочий костюм для занятий);
4. концертные костюмы для выступлений;
5. аудио-, видеоаппаратура.

## Список литературы

1. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих (+ DVD-ROM) / Н.А. Александрова, В.А. Голубева. - М.: Лань, Планета музыки, 2016. - 128 с.
2. Алексидзе, Георгий Школа балетмейстера / Георгий Алексидзе. - М.: ГИТИС, 2017. - 104 с.
3. Ансамбль песни и пляски имени В. С. Локтева Московского городского Дворца детского (юношеского) творчества. - М.: Пионер, 2016. - 298 с.
4. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2015. - 272 с.
5. Васильева-Рождественская, М. Историко-бытовой танец / М. Васильева-Рождественская. - М.: Искусство, 2015. - 392 с.
6. Видехина, Татьяна Танец живота. Уроки мастера. Продвинутый уровень / Татьяна Видехина. - М.: Питер, 2016. - 224 с.
7. Дешкова, И. Загадки Терпсихоры / И. Дешкова. - М.: Детская литература, 2015. - 825 с.
8. Жаки, Грин Хаас Анатомия танца / Жаки Грин Хаас. - М.: Попурри, 2014. - 200 с.
9. Карп, Поэль Младшая муза / Поэль Карп. - М.: Детская литература. Москва, 2014 - 190 с.
10. Костровицкая, В. 100 уроков классического танца / В. Костровицкая. - М.: Искусство, 2013. - 240 с.
11. Костровицкая, В. Школа классического танца / В. Костровицкая, А. Писарев. - М.: Искусство, 2014. - 272 с.
12. Крылов, В. Н. Памятка по современному танцу / В.Н. Крылов, Г.И. Беляев. - М.: ГосФилармония на КМВ, 2015. - 795 с.
13. Кюль, Торстен Энциклопедия танцев от А до Я + CD / Торстен Кюль. - М.: Мой мир, 2013. - 128 с.
14. Летягова, Т. В. Краткий словарь танцев / Т.В. Летягова. - М.: Флинта, 2014. - 272 с.
15. Матвеев, В. Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания / В.Ф. Матвеев. - М.: Планета музыки, Лань, 2013. - 256 с.

16. Модестов, В. С. Под сенью Терпсихоры / В.С. Модестов. - М.: Редакция журнала "Балет", 2015. - 192 с.
17. Сапогов, А. А. Школа музыкально-хореографического искусства / А.А. Сапогов. - М.: Лань, Планета музыки, 2014. - 264 с.
18. Сачакова, Валида Танец живота для начинающих. Я все смогу! / Валида Сачакова, Влада Швец. - М.: Олма Медиа Групп, 2014. - 144 с.
19. Сироткина, Ирина Шестое чувство авангарда. Танец, движение, кинестезия в жизни поэтов и художников / Ирина Сироткина. - М.: Издательство Европейского университета в Санкт-Петербурге, 2016. - 232 с.
20. Слонимский, Ю. В честь танца / Ю. Слонимский. - М.: Искусство, 2017. - 402 с.
21. Танец. Теория и практика. - Москва: РГГУ, 2016. - 309 с.
22. Танцевальный словарь. - М.: ЁЁ Медиа, 2013. - 412 с.
23. Ткаченко, Т. Народный танец / Т. Ткаченко. - М.: Искусство, 2016. - 684 с.
24. Феррари, Курция Танец - жизнь. "Божественная" Айседора Дункан / Курция Феррари. - М.: Петербург - XXI век, Крафт+, 2016. - 272 с.
25. Фокин, М. Против течения / М. Фокин. - М.: Искусство, 2015. - 640 с.
26. Цорн, А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А.Я. Цорн. - М.: Лань, Планета музыки, 2013. - 544 с.
27. Чайковская, Е. Узоры русского танца: Записки балетмейстера, ставшего тренером фигуристов / Е. Чайковская. - Москва: Высшая школа, 2016. - 156 с.
28. Чистякова, В. В мире танца / В. Чистякова. - М.: Искусство, 2017. - 180 с.



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабские танцы»

4 гол	3 гол	2 гол	1 гол	№ недели	Гол
4	4	3	2	1	Сентябрь
4	4	3	2	2	
4	4	3	2	3	
4	4	3	2	4	
4	4	3	2	5	Октябрь
4	4	3	2	6	
4	4	3	2	7	
4	4	3	2	8	
4	4	3	2	9	Ноябрь
4	4	3	2	10	
4	4	3	2	11	
4	4	3	2	12	
4	4	3	2	13	Декабрь
4	4	3	2	14	
4	4	3	2	15	
4	4	3	2	16	
4	4	3	2	17	Январь
4	4	3	2	18	
4	4	3	2	19	
4	4	3	2	20	
4	4	3	2	21	Февраль
4	4	3	2	22	
4	4	3	2	23	
4	4	3	2	24	
4	4	3	2	25	Март
4	4	3	2	26	
4	4	3	2	27	
4	4	3	2	28	
4	4	3	2	29	Апрель
4	4	3	2	30	
4	4	3	2	31	
4	4	3	2	32	
4	4	3	2	33	Май
4	4	3	2	34	
4	4	3	2	35	
4	4	3	2	36	
4	4	3	2	37	Июнь
4	4	3	2	38	
4	4	3	2	39	
4	4	3	2	40	
*	*	*	*	41	Июль
*	*	*	*	42	
*	*	*	*	43	
*	*	*	*	44	
*	*	*	*	45	Август
4	4	3	2	46	
4	4	3	2	47	
4	4	3	2	48	
168	168	126	84	Количество учебных	
42	42	42	42	Количество недель	

\*Дни отпуска педагога