


**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
– Центр детского творчества «Галактика»**

РАССМОТРЕНО
на методическом совете
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»
Протокол № 1
от « 28 » 08 20 15

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»
 Кузнецова С.А.
« 28 » 08 20 15

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЦДТ
«Галактика»
 Мирзаянц К.Е.
Приказ № 154
от « 28 » 08 20 15



**Образовательная программа
дополнительного образования детей
«Студия восточного танца «Навруз»
Направленность программы художественная
Возраст обучающихся 6 - 14 лет
Срок реализации 3 года**

Составитель:
Давлятова Гульчехра Бахромовна
педагог дополнительного образования
первая квалификационная категория

Екатеринбург
2015

Пояснительная записка.

Введение.

Восточные танцы очень популярны во всём мире. Изучая этот вид искусства, у обучающихся открываются индивидуальные творческие способности; танцы добавляют уверенности в себе, развивают координацию движений и музыкальный слух. Восточный танец позволяет улучшить осанку, походку, формируют красивую фигуру, гибкость и пластичность. Разучивая танцы в коллективе, ребенок становится более коммуникабельным. Таким образом, восточные танцы обладают огромной силой в воспитании всесторонне развитой личности. А их специфическая манера не оставит равнодушным любого зрителя.

Направленность – художественная.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном использовании трех методов: метода музыкального движения, метода хореокоррекции и методики партерного экзерсиса, а также в самой идее восточного танца, который предполагает импровизацию, дающую возможность ребенку самостоятельно решать какой танец будет создан сегодня, а какой завтра, в этом заключена свобода творчества.

Актуальность данной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится.

Современный социальный заказ на образование обусловлен и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественной направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах художественного направления привело нас к созданию образовательной программы «Студия восточного танца «Навруз».

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности.

Развивается также и познавательный интерес.

Педагогическая целесообразность образовательной программы «Студия восточного танца «Навруз» определена тем, что ориентирует каждого обучающегося на приобщение к восточной танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства востока.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы состоит в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных

партий ребенка в коллективном постановочном процессе танцевального номера, с другой стороны.

Уровень освоения программы общекультурный.

1 год - изучение и освоение базовых элементов восточного танца; развитие координационных способностей, гибкости, формирование правильной осанки; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.

2 и 3 года - умение грамотно и выразительно исполнять восточные танцы; коррекция осанки, укрепление мышц живота и спины, развитие гибкости, координации движений; проявление фантазии и творческих способностей, владение своим телом.

Цель программы - овладение искусством восточного танца, способствующего укреплению здоровья обучающихся и формированию целостной личности на основе высших гуманитарных ценностей.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- научить правильной постановке корпуса, рук, ног, головы;
- тренировать движения, характерные для восточных танцев;
- научить связывать отдельные движения в композицию;
- научить импровизировать под музыку;
- познакомить обучающихся с музыкой, историей костюма, художественным оформлением танца;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца и восточного танца;
- научить танцевать с предметами;
- разучить несколько танцев.

Развивающие:

- дать представление о культуре восточного танца, его специфике и манере исполнения;
- тренировать координацию рук, ног, корпуса;
- развивать гибкость тела, плавность движений;
- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- развивать музыкальный слух и ритмичность;
- развить выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие и целеустремленность;
- воспитать культуру поведения и общения;
- научить работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитать уважительное отношение к культурам разных народов;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности;
- воспитывать умение замечать свои ошибки и стремление их исправить;
- преодолеть страх выступлений перед большой аудиторией на концертах и конкурсах.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность развития природных данных;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца;
- доступность учебного материала;
- учёт возрастных особенностей детей;
- результативность обучения;

- комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

Ведущими методами обучения детей являются: - словесный (рассказ об истории восточного танца, стилях и направлениях, об основных принципах движений; объяснение танцевальных поз и движений);

- наглядный (показ танцевальных движений, наглядные пособия);
- практический (отработка танцевальных движений).

Данная образовательная программа рассчитана на 3 года и предполагает проведение занятий с детьми старшего дошкольного, младшего и среднего школьного возраста.

Условия реализации программы.

- Естественная для ребенка среда жизнедеятельности.
- Организация предметно-развивающего пространства.
- Изучение педагогом литературы по хореографии, истории танца и костюма, танцевальному искусству востока.
- Свободный доступ детей к рабочему материалу (музыкальные композиции, видеоматериалы и т. д.).
- Тесное взаимодействие с семьей, сотрудничество между педагогами, детьми и родителями.

Таким образом:

- происходит формирование нравственных ценностных ориентаций и социального интереса участников программы;
- обучающиеся включаются в социально-значимую деятельность и общение и приобретают знания, умения и навыки самообразования и самовоспитания;
- обеспечивается организация эффективной и целесообразной деятельности детского коллектива на основе ценностного подхода

Сроки реализации программы. Программа рассчитана на старший дошкольный, младший и средний школьный возраст, это дети 6-14 лет. Занятия проходят в группах по 10-15 человек. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

Срок реализации программы 3 года.

Режим занятий

1 год обучения (подготовительная группа) 2 раза в неделю по 1 часу, в год – 72 часа, продолжительность занятия 30 минут с 15 минутным перерывом.

1 год обучения (основная группа) 2 раза в неделю по 2 часа, в год – 144 часа;

2 год обучения 2 раза в неделю по 2 часа, в год – 144 часа;

3 год обучения 2 раза в неделю по 2 часа, в год – 144 часа.

Продолжительность занятия на 1 и последующих годах обучения 45 минут с 10 минутным перерывом.

Формы проведения занятий:

- обучающие занятия;
- комбинированные занятия;
- практические занятия;
- игры, праздники, конкурсы, фестивали;
- творческие встречи;
- концерты, открытые уроки.

Формы организации деятельности детей на занятии

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально – групповая;
- ансамблевая.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- танцы: парные, тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные, музыкально-дидактические;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: платками и др.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Методы, используемые для реализации программы.

Методы:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Ожидаемые результаты освоения программы

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

I год обучения.

Обучающиеся будут знать:

- единые требования к правилам поведения в хореографическом классе, на сцене;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- культуру арабских танцев;
- хореографические названия изученных элементов;
- названия построений в танце

Обучающиеся будут уметь:

- перестраиваться в различные рисунки танца;
- соединять отдельные движения в композиции;
- исполнять танцы в группе;
- координировать работу рук, ног и корпуса.

II год обучения

Обучающиеся будут знать:

- хореографические названия изученных элементов;
- ритмы арабской музыки;
- направления арабских танцев.

Обучающиеся будут уметь:

- танцевать импровизацию;
- соединять сложные движения в композиции;
- танцевать с атрибутикой;
- расшивать костюмы бисером.

III год обучения

Обучающиеся будут знать:

- стили арабских танцев, виды хореографии, музыки, костюмы;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

Обучающиеся будут уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- умение держаться на сцене;

- танцевать различные стили восточного танца.

При реализации программы у обучающихся будут сформированы следующие компетенции:

предметная компетентность:

- понимание роли и значения занятий Восточным танцем для укрепления здоровья и подготовки к дальнейшей жизни;
- улучшение состояния здоровья средствами двигательной активности, расширение двигательного диапазона;
- знание гигиенических требований и правил техники безопасности на занятиях.

здоровьесберегающая компетентность:

- соблюдение правил охраны и укрепления здоровья;
- умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность: режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, интерактивные игры;

познавательные компетентности:

- способность к самообразовательной деятельности;
- стремление к знаниям по хореографии; накопление опыта рациональной организации самообразовательной деятельности.

коммуникативные компетентности:

- умение высказывать и отстаивать свою точку зрения; овладение навыками без конфликтного общения;

компетентность в культурно-досуговой сфере:

- способность реализации полученных знаний, умений и навыков в разных сферах своей культурной деятельности;
- умение подобрать комбинацию, связку упражнений и движений под музыку. Знание национальных, культурных традиций.

Способы определения результативности

Используются следующие методы отслеживания результативности:

- Педагогическое наблюдение.
- Педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, зачётов, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия в мероприятиях (концертах, фестивалях и т.д.), активности обучающихся на занятиях.
- Мониторинг.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- начальный контроль (сентябрь);
- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- промежуточный контроль (I полугодие – открытое занятие);
- итоговый контроль (II полугодие - отчетный концерт).

Способами контроля над успешностью реализации программы являются:

- письменные небольшие контрольные задания (называть и различать движения восточного танца, различать ритмы);
- задания на проверку усвоения выученного материала связок движений, отдельных танцев путем повторения каждым учащимся;
- импровизационные задания по созданию небольшого танца индивидуально и группами;
- обратная связь между родителями воспитанниц и педагогом, личные беседы между воспитанницами и педагогом;
- метод наблюдения (педагог отслеживает наличие или отсутствие прогресса у группы, у каждого обучающегося отдельно);
- выступления на небольших концертах для родителей и открытых мероприятиях разного уровня;
- выступления на конкурсах и фестивалях;

- оценка коллег и зрителей.

II. Учебно-тематическое планирование

Учебно-тематический план 1 год обучения (подготовительная группа)

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-
2.	Особенности восточного женского танца. Из истории танца. Костюм восточного танца.	1	1	-
3.	Базовые ритмы в арабской музыке	22	5.5	16.5
3.1	Ритм «Максум»	2	0,30	1,5
3.2	Ритм «Балади»	2	0,30	1,5
3.3	Ритм «Саиди»	2	0,30	1,5
3.4	Ритм «Чифтетели»	2	0,30	1,5
3.5	Ритм «Масмуди»	2	0,30	1,5
3.6	Ритм «Фаллахи»	2	0,30	1,5
3.7	Ритм «Айюб»	2	0,30	1,5
3.8	Ритм «Байю»	2	0,30	1,5
3.9	Ритм «Мальфуф»	2	0,30	1,5
3.10	Ритм «Дарж»	2	0,30	1,5
3.11	Ритм «Карсилама»	2	0,30	1,5
4	Основные (простые) движения восточного танца.	47	9	38
4.1	Знакомство с основными движениями восточного танца.	27	9	18
4.1.1	Движения головой.	3	1	2
4.1.2	Движения шеей	3	1	2
4.1.3	Движения плечами	3	1	2
4.1.4	Движения грудью	3	1	2
4.1.5	Движения руками	3	1	2
4.1.6	Движения животом	3	1	2
4.1.7	Движения бедрами	3	1	2
4.1.8	Движения тазом	3	1	2

4.1.9	Движения ногами	3	1	2
4.2	Хореография движений	20	-	20
4.2.1	Хореография движений головой и шеей.	3	-	3
4.2.2	Хореография движений плечами и руками, грудью	3	-	3
4.2.3	Хореография движений животом	3	-	3
4.2.4	Хореография движений бедрами и тазом	3	-	3
4.2.5	Хореография движений ногами.	5	-	5
4.2.6	Музыкальные движения. Импровизация.	3	-	3
7.	Итоговое занятие	1	-	1
	Всего часов	72	16,5	55,5

Содержание программы (1 год обучения подготовительная группа)

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Беседа: Цели и задачи объединения, ожидаемые результаты. Важность соблюдения техники безопасности при проведении занятий.

2. Особенности восточного женского танца. Из истории танца. Костюм восточного танца.

Беседа: Роль движения в жизни человека. Танец – как искусство. Особенности восточного танца и восточной музыки. Демонстрация образцов костюмов для восточного танца. Презентация.

3. Базовые ритмы в арабской музыке.

Беседа: Для того, чтобы лучше чувствовать музыку, под которую танцуем, все, конечно же, должны знать правила, которым следует эта музыка. Чего ждать в следующем такте? Где нам встретится акцент? На эти вопросы будет легче ответить, если мы познакомимся с базовыми ритмами. Важность слушания ритма при исполнении танца. Виды ритмов: максум, балади, саиди, чифтетели, масмуди, фаллахи, айюб, байю, мальфуф, дарж, карсилама. Приложение 2
Практическое занятие – разучивание основных ритмов арабских танцев.

4. Знакомство с основными движениями восточного танца.

Беседа: Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.
Название, демонстрация основных простых движений: «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «тряска», «винт», «прогиб», «заброс», «подбив», «египетские руки», «домик», «бабочка».
Практическое занятие – разучивание основных простых движений: «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «тряска», «винт», «прогиб», «заброс», «подбив», «египетские руки», «домик», «бабочка».

5. Хореография движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами. – практическое занятие. Самостоятельная импровизация хореографическими движениями.

6. Итоговое занятие – открытое занятие – отчетный концерт.

По окончании I года обучения.

Обучающиеся знают:

- единые требования к правилам поведения в хореографическом классе;
- особенности восточного танца и восточной музыки;
- базовые ритмы арабской музыки;
- культуру арабских танцев;

- хореографические названия изученных элементов;
- основные движения восточного танца;
- хореографические движения.

Обучающиеся умеют:

- импровизировать в различные рисунки танца;
- соединять отдельные движения в композиции;
- координировать работу рук, ног и корпуса.

**Учебно-тематический план
1 год обучения (основная группа)**

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	1	1
2	Ритмическая гимнастика	28	4	24
2.1	Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии.	6	1	5
2.2	Виды музыкальных произведений. Зависимость движения от характера мелодии.	6	1	5
2.3	Ритмы музыки.	10	1	9
2.4	Характеристика музыкальных образов.	6	1	5
3	Азбука элементов восточного танца	52	6	46
3.1	Основные движения восточного танца.	16	2	14
3.2	Демонстрация и разучивание основных движений восточного танца.	18	2	16
3.3	Изучение шагов и повороты. Хореография движений.	18	2	16
4	Творческая деятельность	12	2	10
4.1	Игровые технологии	2	1	1
4.2	Создание костюма на бумаге	4	1	3
4.3	Подбор косметики и макияжа	2		2
4.4	Урок фантазия	4		4
5	Постановка танца.	48	6	42
5.1	Иранский танец	16	2	14
5.2	Турецкий танец	16	2	14
5.3	Арабский танец	16	2	14
6	Итоговое занятие	2		2
	Всего часов	144	19	125

Содержание программы (1 год обучения, основная группа)

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Беседа: Введение в программу. Содержание и форма занятий. Внешний вид обучающихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающиеся - педагог» и отношения между детьми.

Практическое занятие: игра «Давайте познакомимся».

2. Ритмическая гимнастика

Беседа: Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная. Виды музыкальных произведений. Зависимость движения от характера мелодии. Сильная и слабая доля. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритмы музыки. Характеристика музыкальных образов. *Практическое занятие:* Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях. Игры на развитие чувства ритма и слуха. Изучение различных построений и перестроений. Развитие движения по метру и ритму. Тренировка разученных связок под музыку, под счет, индивидуально, группой.

3. Азбука элементов восточного танца

Беседа: Основные (простые) движения восточного танца. Знакомство с основными движениями восточного танца. Основные позы в восточном танце: стоя, сидя, полусидя, полулежа.

Название, демонстрация и разучивание основных простых движений: «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «скрутка», «прогиб», «подбив», «египетские руки», «бабочка».

Практическое занятие: Изучение шагов (скрестный, шоссе, приставной, возвратный, сиртаки) и повороты. Хореография движений головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами. Развитие движений в пространстве (вперёд, назад, вправо, влево, по диагонали, в плие, по кругу)

4. Творческая деятельность

Беседа: Игровые технологии: Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам.

Практическое занятие: Создание костюма на бумаге, подбор цветовой гаммы для создания костюма. Подбор косметики и макияжа для создания образа восточной принцессы. Урок фантазия – в образе: снежинок, цветочков, рыбок, русалочек, восточной принцессы, ветра, робота, куколки, колокольчик, птички, балерины, кошечек, золушки и т. д. Игровые программы: «Восточный экспресс», «Танцевальный марафон», «Восточный бал маскарад».

5. Постановка танца. Иранский, турецкий, арабский танцы.

Беседа и презентация: Знакомство с музыкальным материалом постановки; изучение танцевальных движений; соединение движений в танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Репетиция: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений; выразительность и эмоциональность исполнения.

Форма работы: групповая; подгрупповая.

6. Итоговое занятие:

- подведение итогов, рекомендации на лето;
- выступление на отчетном концерте.

По окончании I года обучения.

Обучающиеся знают:

- единые требования к правилам поведения в хореографическом классе;
- особенности восточного танца и восточной музыки;
- базовые ритмы арабской музыки;
- культуру арабских танцев;

- хореографические названия изученных элементов;
- основные движения восточного танца;
- хореографические движения.

Обучающиеся будут уметь:

- импровизировать в различные рисунки танца;
- соединять отдельные движения в композиции;
- координировать работу рук, ног и корпуса.

**Учебно-тематический план
2 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	1	1
2	Ритмика	20	1	19
2.1	Связь музыкальных инструментов и движений в танце	4	1	3
2.2	Простые ритмы восточной музыки, похлопывание и простукивание.	6		6
2.3	Сложные ритмы, похлопывание и простукивание.	6		6
2.4	Игры на развитие чувства ритма и слуха.	4		4
3	Система танцевальных композиций	48	4	44
3.1	Основные сложные движения	16	1	15
3.2	Соединение элементов сложных движений.	16	1	15
3.3	Связки из сложных элементов.	16	2	14
4	Декорирование костюмов	19	3	16
4.1	Украшение бисером и паетками на лейсах, на тканях, простые композиции.	5	1	4
4.2	Создание бисерной, паеточной навески.	6	1	5
4.3	Украшение пояса и топа (лифа) для выступлений.	8	1	7
5	Импровизация	7	2	5
5.1	Умение импровизировать в танце.	2	1	1
5.2	Импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе.	2	1	1
5.3	Индивидуальная сложная импровизация	3	0	3
6	Танец	47	6	41
6.1	Афганский танец	16	2	14
6.2	Кулябский танец	15	2	13
6.3	Танец «Цветы»	16	2	14
7	Итоговое занятие	1		1
	Всего часов	144	17	127

Содержание программы (2 год обучения)

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Беседа: Цели и задачи объединения, ожидаемые результаты. Соблюдение техники безопасности на занятиях. Роль движения в жизни человека. Танец – как искусство. Особенности восточного танца и восточной музыки. *Практическое занятие:* Знакомство с новоприбывшими.

2. Ритмика.

Беседа: Связь музыкальных инструментов, используемых в музыке и движений в танце.

Практическое занятие: Ритмы восточной музыки: вспоминаем, повторяем, сравниваем и различаем. Прослушивание простых ритмов, похлопывание и простукивание. Прослушивание сложных ритмов, похлопывание и простукивание. Небольшая контрольная работа по узнаванию ритмов. Игры на развитие чувства ритма и слуха. Умение импровизировать под ритм.

3. Система танцевальных композиций

Беседа: Название, демонстрация и разучивание основных сложных движений: «подкова», «тройная подкова», «снежинка», «шаг с маятником», «шаг с волной», «сложный ключ», «крест», «арабески», «бочка». Соединение сложных элементов движений в отдельные связки. Принципы соединения сложных элементов движений в отдельные связки. Соединение элементов сложных движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной плоскости.

Практическое занятие: Разучивание связок из сложных элементов без музыки, под счет, под музыку. Демонстрация индивидуально, групповое. Повторение основных отличий от индивидуального танца, принципы зеркального отображения движений. Танец в паре синхронно, танец в паре зеркально под счет, под музыку, с преподавателем, без преподавателя. Учимся комбинировать проходки с различными движениями рук, работать «изолированными» частями тела вместе с движениями рук. Тряски, наложенные на основные элементы. Соединение ранее разученных элементов движений в горизонтальной плоскости, вертикальной, диагональной плоскости. Плавное перетекание одного элемента в другой. Партер для старшей группы. Работа с атрибутикой.

4. Декорирование костюма

Презентация: Костюм в восточном танце

Практическое занятие: Украшение бисером и паетками на лейсах, на тканях, простые композиции. Создание бисерной, паеточной навески. Украшение пояса и топа (лифа) для выступлений. Уметь подбирать бисер, паетки, бусины, стразы в соответствии с рисунком и цветом.

5. Импровизация

Беседа и презентация: Хореографические особенности использования костюма. История восточного костюма, виды костюма и назначение его элементов. Восточная прическа и макияж, как часть костюма. Чувство меры в создании образа.

Практическое занятие: Умение импровизировать в танце. Тренировка импровизации под различные виды музыки, без музыки, под счет, индивидуально, в группе. Индивидуальная сложная импровизация. Тренировка импровизации под знакомую, не знакомую музыку, без музыки. Поиск особого состояния для импровизации. Выбор музыки для сольной импровизации. Импровизация в публичном выступлении. Тренировка танца в разных костюмах. Возможности использования элементов костюма для подчеркивания своих достоинств и скрывания недостатков.

6. Танец (Афганский, Кулябский, «Цветы»)

Репетиция: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений; выразительность и эмоциональность исполнения. Форма работы: групповая; подгрупповая.

7. Итоговое занятие:

- подведение итогов, рекомендации на лето;
- выступление на отчетном концерте.

По окончании II года обучения

Обучающиеся знают:

- хореографические названия изученных элементов;
- ритмы арабской музыки;
- направления арабских танцев.

Обучающиеся умеют:

- танцевать импровизацию;
- соединять сложные движения в композиции;
- танцевать с атрибутикой;
- расшивать костюмы бисером.

**Учебно-тематический план
3 год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	1	1
2.	Музыкальная грамота	14	3	11
2.1	Знакомство с различными темпами и жанрами музыкального произведения.	4	1	3
2.2	Изучение комбинаций под разные музыкальные произведения.	6	1	5
2.3	Исполнение движений в стиле и ритме арабского танца.	4	1	3
3.	Хореография восточного танца	44	4	40
3.1	Изучение сложных элементов.	10	1	9
3.2	Изучение комбинаций стилей классики восточного танца.	12	1	11
3.3	Отработка шагов фольклорных танцев.	12	1	11
3.4	Работа с атрибутикой.	10	1	9
4.	Расшивка бисером по ткани	10	1	9
4.1	Расшить рисунками на восточную тематику на поясе, на самой юбке и топе (лифе).	6	1	5
4.2	Создание браслетов, повязки на голову	2	-	2
4.3	Создание навесок из бисера и бусинок, из бисера бусинок и паеток.	2	-	2
5.	Креативно-игровая деятельность	12	4	8
5.1	Создание своих собственных постановок и сценических образов.	4	-	4
5.2	Конкурсно-игровая программа «Восточная красавица».	4	2	2
5.3	Игровая программа путешествие на восток	4	2	2
6.	Актёрское мастерство	16	4	12
6.1	Жесты, используемые в танце.	8	2	6
6.2	Игры на развитие актёрского мастерства.	8	2	6
7.	Танцевальная практика	44	4	40
7.1	Арабский фольклор. Отработка синхронности.	6	1	5

7.2	Отработка элементов.	6	1	6
7.3	Работа над музыкальностью.	4	-	4
7.4	Развитие пластичности.	4	-	4
7.5	Синхронность в исполнении.	6	-	6
7.6	Работа над техникой танца.	6	1	6
7.7	Отработка четкости и чистоты рисунка.	6	-	6
7.8	Отработка элементов построений и перестроений.	6	1	5
8.	Итоговое занятие.	2	-	2
	Итого:	144	21	123

Содержание программы (3год обучения)

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Задачи на год. Перспективы и требования. Расписание занятий. Обсуждение и решение проблем: оформления танцевального зала, подготовки костюмов. Соблюдение техники безопасности на занятиях.

2. Музыкальная грамота

Важность слушания ритма при исполнении танца. Изучение повторение ритмов: максимум, баллада, саиди, чифтетели, масмуди, фаллахи, айюб, хагала, мальфуф и т. д.. Пробовать самим наигрывать ритм на арабском барабане, сагатах или отбивание хлопками. Танцевать в различном темпе, и под разный жанр музыкального произведения. Соответствие движений стилю и ритму арабского танца. Изучение комбинаций под разные музыкальные произведения. Знать какие элементы танца необходимо исполнять под тот или иной музыкальный инструмент, как необходимо выражать себя в танце зная перевод песен.

3. Хореография восточного танца

Изучение сложных элементов: восьмёрки с перемещениями, волны с перемещениями, тряски наложенные на основные элементы. Работа корпусом и волосами. Работа руками Расставляем акценты, учимся чувствовать музыку. Шлифуем технику - учимся исполнять основные движения чисто, красиво, тряски исполняем равномерно, комбинируя с такими элементами как круг, восьмерка, волна, маятник и т.д.

Танцуем в паре, трио, группой. Изучение комбинаций стилей классики восточного танца, табла, беледи, тараб, трайбл, фольклорных танцев (дабка, нубия, халиджи, александрия, саиди, шааби). Т.е. работа головой, плечами в партере и стоя. Танцы в коллективе. Определённые шаги фольклорных танцев. Умение работать с атрибутикой.

4. Расшивание бисером на ткани

С помощью паеток, бисера, бусинок, страз – расшивать рисунки на восточную тематику, как на поясе, так и на самой юбке или топе (лифе), создание браслетов, повязки на голову, а также создание спиралей к костюму с помощью проволоки, ткани, паеток и бисера. Создание навесок из бисера и бусинок, из бисера бусинок и паеток. Украшение костюмов для кукол.

5. Креативно-игровая деятельность.

Умение импровизировать под любую музыку и под живой звук (табла). Умение создавать костюм, моделировать его на бумаге. Под руководством преподавателя обучающиеся учатся создавать свои собственные постановки и сценический образ.

Конкурсно-игровая программа «Восточная красавица». Конкурсно- игровая программа с награждением участниц по нескольким номинациям: участницы готовят некоторые задания дома (творческий конкурс, визитка, общий танец. Проходки в костюмах) некоторые выполняют в виде импровизации в присутствии зрителей и жюри.

Игровая программа путешествие на восток (древний Египет – танец фараоник, нубия – нубийский танец, танец халиджи, танец александрийский – Александрия, Каир – межансе, саиди). Дефиле в восточных костюмах.

6. Актёрское мастерство.

Жесты используемые в танце их обозначения и в каких элементах применимы, а также в какой музыке используются. Игры на развитие актёрского мастерства.

7. Танцевальная практика:

Арабский фольклор – исполнение любого стиля (шааби, саиди, халиджи, нубия, бандари).

Соблюдение манеры исполняемого стиля. Отработка синхронности.

Репетиция: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунка, построений и перестроений; выразительность и эмоциональность исполнения. Форма работы: групповая; подгрупповая.

8. Итоговое занятие:

- подведение итогов, рекомендации на лето;
- выступление на отчетном концерте.

По окончанию III года обучения:

Обучающиеся знают:

- стили арабских танцев, виды хореографии, музыки, костюмы;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

Обучающиеся умеют:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- умение держаться на сцене;
- танцевать различные стили восточного танца.

Методическое обеспечение программы

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и завершающую. Подготовительная часть – разминка всех мышц тела (шеи, плеч, грудной клетки, спины, бёдер, ног). Разминка проходит под ритмичную музыку. Главная задача разминки — это разогрев тела, мышц и связок. Т.е. подготовка тела к освоению танцевальных движений. А, так же для того, чтобы избежать микротравм в суставах и мышцах. Основная часть – изучение материала. Завершающая часть – даётся растяжка на различные группы мышцы, для того чтобы привести мышцы в нормальный тонус, сбросив напряжение, а также создать красивый рельеф тела. Движения на пластику, придают грациозность и красоту Вашему телу, кроме того, пластические движения расслабляют и успокаивают психику человека! Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию. Одним из самых слабых мест в изучении восточных танцев является невыразительность лица и работа рук, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица и положение рук. Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер. Для успешной реализации данной программы необходима определенная материально-техническая база и методическое обеспечение.

Обеспечение программы методическими видами продукции:

- разработки занятий, игр,
- бесед,
- экскурсий,
- конкурсов,
- мероприятий.

Дидактические материалы:

- фотографии,
- видеозаписи (DVD диски с видеоматериалами по восточным танцам),
- аудиозаписи, фонотека (комплект CD – дисков с восточной музыкой и ритмами восточной музыки).

Техническое оснащение занятия:

- Танцевальный зал с зеркальной стенкой. Оборудованная костюмерная.
- Музыкальный центр с проигрывателем CD – дисков (mp3, wma).
- Проигрыватель DVD.
- Пояса для восточных танцев или набедренный платок – 15 штук.
- Платок для танца – 15 штук.

Список литературы:

1. Александрова Н.А. Балет, танец, хореография. Словарь танцевальных терминов. Санкт-Петербург - Москва - Краснодар. Издательство «Планета музыки». 2011-622с.
2. Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Санкт-Петербург- Москва - Краснодар. Издательство «Планета музыки». 2012-227.
3. Майстрова Л.Ф. Хореография Ребенок и Природа. Воспитание эмоционально-нравственного отношения к природе у детей 6-10 лет по программе «ЭКОТАНЦПЛАСТИКА». Издательство ГНОМ Москва, 2012-223с.
4. Матвеев В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. Санкт-Петербург- Москва - Краснодар. Издательство «Планета музыки». 2013-45с.
5. Сапогов А.А. Школа музыкально-хореографического искусства. Москва-Петербург- Краснодар. Издательство «Планета музыки».2014-262с.

Интернет ресурсы:

1. Анимированный самоучитель. Описание одежды для танца, музыки. Видео и схемы танца <http://www.bellydances.ru/>
2. Арабский фольклор и различные стили восточного танца [Электронный ресурс]/ Сайт Сании, танцовщицы и преподавательницы восточных танцев, – <http://www.saniya-bellydance.com.ua/article2.php>
3. Из истории восточного танца [Электронный ресурс]/ Латифа. Студия восточного танца, – <http://www.kam.ru/bellydance/history1/680>
4. Как шить восточный костюм [Электронный ресурс]/ Танцевальный коллектив восточных танцев «Belledy» г.Донецк, –http://belledy.narod.ru/files/oops_kost.html
5. Костюм для восточного танца [Электронный ресурс]/ Сайт «Костюм для восточного танца», – <http://hafla.name/>
6. Костюмы для танца живота [Электронный ресурс]/ Интернет-магазин «Клеопатра» – Всё для танца живота, – <http://www.kleopatra-dance.ru/>
7. Происхождение танца живота [Электронный ресурс]/ Танец живота, – <http://www.bellydance.ru/read/origins.shtml>
8. Сайт любителей и исполнителей восточного танца. На страницах сайта информация о танце, история и разновидности, советы по созданию костюма и сценического образа и много другой интересной информации <http://www.aini.com.ua/>
9. Стили восточного танца [Электронный ресурс]/ Fitness-Studio «Bagira-V», – <http://bagira-v.ucoz.ru/index/0-30>
10. Стили восточных танцев [Электронный ресурс]/ Форум портала «Танец живота», – <http://bellydance.webtalk.ru/viewtopic.php?id=31>
11. Танцевальный интернет портал о танце живота. Интересные статьи, видеоуроки, активный форум, интервью и обзоры фестивалей <http://www.bellydance.ru/>
12. Юбки для танца живота [Электронный ресурс]/ Танец живота – самоучитель, – <http://www.bellydances.ru/2d.php>

Сведения об авторах:

Степанова Надежда Борисовна,
образование высшее,
методист
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»,
высшая квалификационная категория.

Давлятова Гульчихра Бахромовна
образование
педагог дополнительного образования
МБУ ДО ЦДТ «Галактика»,
первая квалификационная категория.