

Управление образования администрации МР «Сосногорск»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» г. Сосногорска

РЕКОМЕНДОВАНА  
Методическим советом  
Протокол № 1  
от « 28 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 176  
от « 01 » сентября 2020 г.  
Директор Е.Ю. Борисова

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от « 31 » августа 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«СОГДИАНА»  
(студия шоу-танца)**

Возраст обучающихся: **6-18 лет**  
Уровень освоения: **базовый**  
Срок реализации: **7 лет**

Составитель:  
**Краева Лариса Ильинична,**  
педагог дополнительного образования

г. Сосногорск  
2020 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Согдиана» - художественной направленности. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-регламентирующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ.
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196).
- «Концепцией развития дополнительного образования детей».
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41.
- Уставом МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.
- Положением о разработке, структуре и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.

### **Актуальность программы.**

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движении. Увеличение объема двигательной деятельности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

### **Педагогическая целесообразность программы.**

Важнейшей задачей учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие ребенка. Приобщение к миру танца развивает и внутренне обогащает ребенка, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром. В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. «Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте, подчинилось ритму и музыке». Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», появились первые балеты.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XX век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни, танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...»

Как и многие тысячелетия назад, интерес к удивительным, магическим танцам Востока и сегодня не знает границ.

### **Новизна.**

Восточная музыка является не только последовательным гармоничным исполнением звуков на инструментах. Это средство выражения человеческих эмоций и страстей, чувств, настроений, размышлений, откровений, надежды и веры. Восточная музыка отражает в себе все стихии и вибрации, которые есть в людях и человеческом восприятии окружающего мира. Слушая прекрасные и древние восточные мелодии, понимаешь, насколько точно и глубоко они передают все проявления человеческой души.

Искусство танца востока неотделимо от восточной музыки. Тысячелетиями для танца выбирались мелодии и ритмы, которые лучше всего соответствовали настроению души. Восточные танцы, как никакие другие, открывают путь к ясности и душевному спокойствию, помогают справляться с повседневными заботами и смотреть на мир более радостно и оптимистично.

### **Отличительная особенность программы.**

Программа не ставит своей целью выучить и натренировать детей до профессионального уровня. Но открыть перед учащимися мир восточного танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства, научить элементарным основам танца, т.е. создать фундамент для более серьезного увлечения, представляется необходимым.

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку, устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье,
- Формирует выразительные двигательные навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать,
- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-метро-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения,
- Обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностного взаимодействия,
- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность,
- Развивает творческие способности детей,
- Воспитывает коммуникативные способности детей.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

Востребованность предлагаемой общеразвивающей программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития, материально-технические условия для реализации которых, имеются только на базе Дома детского творчества.

**Цель:** формирование художественно-творческих способностей обучающихся средствами ритмики и танца.

**Задачи:**

В воспитании:

- воспитание уважения к себе;
- воспитание потребности в творческом самовыражении;
- воспитание любви и уважения к хореографическому и музыкальному искусству разных стран;
- воспитание самодисциплины, ответственности, чувства коллективизма;
- воспитание сценической культуры.

В развитии:

- развитие пластичности мышц;
- развитие чувства ритма;
- развитие образного мышления;
- развитие женственности, грациозности;
- развитие чувства самодостаточности;
- формирование стойкого интереса к хореографическому искусству.

В обучении:

**1 год обучения:**

- освоение азов ритмики, азбуки танца;
- обучение основам танца, танцевальной культуры;
- формирование у детей танцевальных знаний, умений и навыков;
- изучение базовых движений.

**2 год обучения:**

- совершенствование полученных знаний;
- формирование умений и навыков сочетать между собой базовые движения;
- заучивание постановки группового танца.

**3 год обучения:**

- освоение техники работы с атрибутом;
- обучение основам актёрского мастерства;
- обучение принципам танцевально-музыкальной импровизации;
- постановка и заучивание группового танца.

**4 год обучения:**

- изучение различных музыкальных ритмов;
- освоение танцевальной техники, характерной для определенных музыкальных ритмов;

- постановка и заучивание группового танца под музыкальную композицию со сменой ритмов.

#### **5 год обучения –**

- освоение способам модификации базовых движений в более сложные путем их сочетания и наложения;
- обучение технике выполнения танцевальных движений с использованием тряски;
- постановка и заучивание группового танца под музыкальную композицию табла-соло.

#### **6 год обучения –**

- изучение различных фольклорных стилей танцевального искусства;
- обучение специфике и характерности исполнения различных стилей фольклора;
- постановка и заучивание группового танца в фольклорном стиле.

#### **7 год обучения –**

- умение использовать знания о принципах и способах постановки танцевальной композиции;
- освоение методов и приемов взаимодействия с аккомпанементов во время выступления с оркестром или табалем;
- приобретение опыта самостоятельной постановки танцевальной композиции;
- освоение техникой создания сценического макияжа.

Последовательная долгосрочная программа позволяет всесторонне представить основной курс восточного танца и хореографии в цикле художественно-эстетического воспитания. С каждым годом содержание занятий усложняется, но позволяет не форсировать конечные итоги, а предусматривает многократное повторение пройденного материала.

### **Характеристика программы**

Тип – дополнительная общеразвивающая

Вид – модифицированная

Направленность – художественная

По цели обучения – развивающая творческие способности

По возрасту – разновозрастная

### **Организационно-педагогические основы обучения**

- Срок реализации программы: 7 лет обучения
- Возраст обучающихся от 6 до 18 лет.
- Состав учащихся – разнополый, постоянный.
- Наличие специальной подготовки не предусмотрено.

Списочный состав объединения составляет: оптимальную наполняемость объединения -12 человек, допустимую -15 человек, а также в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14.

Прием и отчисление обучающихся в объединение производится в соответствии с Уставом учреждения.

### **Структура учебного процесса по годам обучения**

<i>Год обучения</i>	<i>Часов в неделю</i>	<i>Количество недель</i>	<i>Всего часов</i>
1	3	36	108

2	4	36	144
3	5	36	180
4	5	36	180
5	5	36	180
6	6	36	216
7	6	36	216

### **Режим занятий**

Год обучения	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю
1	1	3	3
2	1	3	4
3	2	3	5
4	2	3	5
5	2	3	5
6	2	3	6
7	2	3	6

В каникулярный период для учащихся организуются воспитательные мероприятия (беседы, экскурсии, совместные выходы, праздничные и познавательные мероприятия), творческие мастерские по изготовлению костюмов, атрибутов к танцам, сувениров и др.

### **Основные приёмы и методы обучения:**

- словесные: объяснение, рассказ, инструктаж, дискуссия, консультация, диалог;
- наглядно–демонстрационные: показ приёмов, движений;
- практические: упражнения, самостоятельная работа, творческие задания;
- метод игры: ролевые, развивающие;
- метод диагностики: мониторинг результатов освоения программы в соответствии с этапами педагогического контроля;
- методы стимулирования поведения и выполнения работы: похвала, поощрение;
- метод оценки: анализ, самооценка, взаимооценка, взаимоконтроль;
- метод информационно - коммуникативный поддержки: работа с интернет ресурсами;

### **Ожидаемые результаты и способы проверки результативности**

#### **Предметные результаты**

учащиеся смогут знать:

#### **1 год обучения:**

- позиции ног, позиции рук;
- базовые движения, выполняемые руками, верхним и нижним корпусом;
- способы и виды вращений;
- виды основных шагов, проходки;

#### **2 год обучения:**

- способы сочетания и чередования базовых движений;

- варианты сочетаний базовых движений с вращениями;
- терминологию и способы перестроений в групповом танце;

### **3 год обучения:**

- терминологию, значение и виды атрибутики;
- определенные приемы, связки движений, с различной атрибутикой;
- особенности актерского мастерства;

### **4 год обучения:**

- виды музыкальных ритмов и танцевальной стилистики;
- определенные приемы, связки движений, исполняемых под различные музыкальные ритмы;
- технику выполнения движений в зависимости от музыкального ритма;

### **5 год обучения:**

- варианты и способы модификации базовых движений из простых в сложные;
- как звучит в музыкальной композиции инструмент дарбука и какая музыка называется табла-соло;
- способы и техники импровизации с применением актерского мастерства;

### **6 год обучения:**

- различные стили фольклорного танцевального искусства;
- знать характерные особенности фольклорных стилей танца в движениях, манере и сценическом костюме;
- правила и особенности участия в танцевальных соревнованиях.

### **7 год обучения:**

- принципы и способы построения танцевальной композиции;
- методы взаимодействия с исполнителем музыкального сопровождения при выступлении с таббале или оркестром;
- основные правила сценического макияжа и законы закулисья..

### Учащиеся смогут уметь:

#### **1 год обучения:**

- выполнять базовые движения под музыкальное сопровождение;
- выполнять вращения и проходки;
- сочетать базовые движения в танцевальные связки.

#### **2 год обучения:**

- сочетать и разделять движения верхнего и нижнего корпуса;
- перестраиваться в группе в различные шеренги, колонны, круги.
- перемещаться с использованием различных видов проходов и вращений.

#### **3 год обучения:**

- применять и использовать в танце актерское мастерство;
- сочетать основные движения танца с использованием различной атрибутики;
- определять музыкальный стиль при прослушивании музыкальной композиции.

#### **4 год обучения:**

- определять музыкальные ритмы при прослушивании музыкальной композиции;
- импровизировать и составлять танцевальные комбинации, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки;
- выполнять танцевальные комбинации в стиле, соответствующей прослушиваемой музыкальной композиции.

### **5 год обучения:**

- модифицировать простые базовые движения в более сложные;
- выполнять различные виды трясок в сочетании и чередовании с базовыми движениями;
- манерой и подачей выражать характер музыкального произведения, через танцевальную комбинацию выражать смысл, вложенный постановщиком

### **6 год обучения:**

- различать фольклорные стили при прослушивании музыкальной композиции;
- исполнять танцевальные комбинации в различных стилях танцевального фольклора;
- использовать в импровизации более богатую манерой и артистизмом лексику движений.

### **7 год обучения:**

- осознанно создавать авторский сольный танцевальный проект от выбора музыки, определения стиля и характера танца, до построения танцевальной композиции;
- импровизировать под музыку соло-табла, такасим, под живой аккомпанемент таблаля или оркестра;
- в совершенстве исполнять базовые движения, их сочетание и чередования, модифицировать их с помощью техники трясок.

### **Личностные результаты**

- приобщение к национальным традициям и искусству других народов;
- формирование толерантности как основы жизни в поликультурном обществе;
- умение выявлять выраженные в музыке и танце настроения и чувства и передавать свои чувства и эмоции на основе творческого самовыражения;
- формирование эстетических ценностей и вкусов;
- формирование культуры здорового образа жизни;
- формирование позитивной самооценки и самоуважения.

### **Метапредметные результаты**

- умение ставить цель (при формировании замысла танца, импровизации, тренировочного занятия);
- умение планировать и строить деятельность в соответствии с целью;
- умение контролировать свою деятельность по достижению поставленной цели, вносить коррективы;
- умение взаимодействовать в коллективе, чувствовать партнёра;
- умение конструктивно разрешать конфликты, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других, вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.

**Диагностика результатов** обучения осуществляется в соответствии с этапами педагогического контроля программы.

**Основными формами контроля** являются: практические задания по изучаемым темам, просмотр и анализ выступлений учащихся на занятиях, участие в концертных мероприятиях Дома детского творчества, результативность участия в выездных фестивалях-конкурсах и соревнованиях.

**Итоговая аттестация** включает участие всех учащихся студии в традиционных открытых фестивалях-конкурсах, проводимых на базе Дома детского творчества: «Согдиана зажигает звёзды» и «Восточное сияние Севера».



## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>1 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Знакомство с культурой танца.	1		1
3	Основы хореографии. Позиции ног, рук.	1	9	10
4	Классический экзерсиз у станка.	1	19	20
5	Растяжка, ритмика.	1	19	20
6	Базовые движения. Руки	1	3	4
7	Базовые движения. Нижний корпус	1	3	4
8	Базовые движения. Верхний корпус	1	3	4
9	Базовые движения. Основные шаги.	1	3	4
10	Базовые движения. Вращения.	1	3	4
11	Связки. Базовые движения.	-	4	4
12	Связки. Базовые движения + вращения	-	4	4
13	Связки. Базовые движения + перемещения	-	4	4
14	Постановка группового танца, выступление.	1	19	20
15	Итоговое занятие.	1	2	3
	<b>Итого:</b>	<b>12</b>	<b>83</b>	<b>108</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Знакомство с детьми. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Форма одежды для занятий. Содержание работы объединения. Правила поведения на занятии, техника безопасности во время пользования техническими средствами, особенности внешнего вида обучающегося.

Практика: Просмотр имеющихся танцевальных навыков.

#### **2. Знакомство с культурой танца.**

Теория: Особенности восточной музыки, костюмов для исполнения танца, разнообразие стилей. Специфика техники исполнения восточного танца – изоляция, артистизм, мелкая техника.

#### **3. Основы хореографии. Позиции ног, рук.**

Теория: Постановка корпуса, выворотность, позиции рук 1,2,3, позиции ног 1,2,3,4,5,6.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность на середине, позиции ног 1,2,3,4,5, 6, позиции рук 1,2,3, пор де бра.

#### **4. Классический экзерсиз у станка.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

#### **5. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

### **6. Базовые движения. Руки**

Теория: Развитие пластичности рук.

Практика: Разработка всех суставов рук: плечи, локти, запястья, упражнение пальцами «веер», упражнение пальцами «змейка». Выполнение движения руками «волна».

### **7. Базовые движения. Нижний корпус.**

Теория: Виды движений, выполняемых нижним корпусом. Правила выполнения движений: сбросы, восьмерки, круги, удары, скрутки, качалка. Подробный разбор техники движений.

Практика: Выполнение движений: сбросы, восьмерки, круги, удары, скрутки, качалка.

### **8. Базовые движения. Верхний корпус.**

Теория: Значение развития пластичности мышц грудной клетки. Подробный разбор техники выполнения. Виды движений: круги, сбросы, удары, восьмерки, скрутки.

Практика: Выполнение движений: круги, сбросы, удары, восьмерки, скрутки.

### **9. Базовые движения. Основные шаги.**

Теория: Подвижность и выносливость голеностопа. Основные шаги: скрещенный шаг, египетский шаг, возвратный шаг, паде буре, приставной шаг.

Практика: разработка подвижности и выносливости голеностопа, растяжка мышц коленного сустава. Разучивание основных шагов: скрещенный шаг, египетский шаг, возвратный шаг, паде буре, приставной шаг. Практическое задание «Сочетание базовых движений». Просмотр.

### **10. Базовые движения. Вращения.**

Теория: Виды вращений: в движении, на месте. Техника выполнения вращений.

Практика: Разучивание техники вращений на месте и в движении.

### **11. Связки. Базовые движения.**

Практика: Чередование базовых движений рук, нижнего корпуса, верхнего корпуса.

### **12. Связки. Базовые движения + вращения**

Практика: Чередование базовых движений в различных вариациях, добавляя к связкам вращения.

### **13. Связки. Базовые движения + вращения + перемещения.**

Практика: Чередование базовых движений в различных вариациях, добавляя вращения и перемещения с использованием основных шагов.

### **14. Постановка, разучивание танца.**

Теория: Этапы постановки танца –выбор музыкальной композиции, определение стиля, рисунок танца, танцевальная композиция.

Практика: Постановка, изучение танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое. Отработка движений танца. Практическое задание: выступление.

### **15. Итоговое занятие.**

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Игра.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>2 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	2	3
3	Основы хореографии. Позиции ног, рук.	1	9	10
4	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
5	Растяжка, ритмика.	1	23	24
6	Сочетание базовых движений. Руки + нижний корпус	1	4	5
7	Сочетание базовых движений. Основные шаги + нижний корпус	1	4	5
8	Сочетание базовых движений. Руки + верхний корпус	1	4	5
9	Сочетание базовых движений. Основные шаги + верхний корпус	1	4	5
10	Сочетание базовых движений. Руки + основные шаги.	1	4	5
11	Связки. Сочетания базовых движений.	-	5	5
12	Связки. Сочетание базовых движений + вращения	-	5	5
13	Связки. Сочетание базовых движений + перемещения	-	5	5
14	Постановка группового танца, выступление.	1	35	36
15	Итоговое занятие.	1	2	3
	<b>Итого:</b>	<b>12</b>	<b>132</b>	<b>144</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Знакомство с детьми. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Форма одежды для занятий. Содержание работы объединения. Правила поведения на занятии, техника безопасности во время пользования техническими средствами, особенности внешнего вида обучающегося.

Практика: Просмотр сохранившихся танцевальных навыков после 1 года обучения.

#### **2. Повторение и закрепление изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение базовых движений, связок и танцевальной композиции.

#### **3. Основы хореографии. Позиции ног, рук.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность на середине, позиции ног 1,2,3,4,5, 6, позиции рук 1,2,3, пор де бра.

#### **4. Классический экзерсис у станка.**

Теория: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

#### **5. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

#### **6. Сочетание базовых движений. Руки + нижний корпус**

Теория: Одновременное выполнение нескольких базовых движений. Движений руками и нижним корпусом. Подробный разбор техники выполнения.

Практика: Сочетание в одновременном выполнении движений руками и движений нижним корпусом.

#### **7. Сочетание базовых движений. Основные шаги + нижний корпус**

Теория: Одновременное выполнение нескольких базовых движений. Сочетаем основные шаги и движения нижним корпусом. Подробный разбор техники выполнения.

Практика: Выполнение движений нижним корпусом: сбросы, восьмерки, круги, удары, скрутки, качалка, сочетая с основными шагами.

#### **8. Сочетание базовых движений. Руки + верхний корпус**

Теория: Одновременное выполнение нескольких базовых движений. Сочетаем движения рук и движения верхним корпусом. Подробный разбор техники выполнения.

Практика: Выполнение движений верхним корпусом: сбросы, восьмерки, круги, удары, скрутки, сочетая с движениями рук.

#### **9. Сочетание базовых движений. Основные шаги + верхний корпус**

Теория: Одновременное выполнение нескольких базовых движений. Сочетаем основные шаги и движения верхним корпусом. Подробный разбор техники выполнения.

Практика: Выполнение движений верхним корпусом: сбросы, восьмерки, круги, удары, скрутки, сочетая с основными шагами.

#### **10. Сочетание базовых движений. Руки + основные шаги.**

Теория: Одновременное выполнение нескольких базовых движений. Сочетаем основные шаги и движения руками. Подробный разбор техники выполнения.

Практика: Выполнение движений руками в сочетании с основными шагами.

#### **11. Связки. Сочетания базовых движений.**

Практика: Чередование сочетаний базовых движений рук, нижнего корпуса, верхнего корпуса.

#### **12. Связки. Сочетание базовых движений + вращения**

Практика: Чередование сочетаний базовых движений в различных вариациях, добавляя к связкам вращения.

#### **13. Связки. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения.**

Практика: Чередование сочетаний базовых движений в различных вариациях, добавляя вращения и перемещения с использованием основных шагов.

#### 14. Постановка, разучивание танца.

Теория: Этапы постановки танца –выбор музыкальной композиции, определение стиля, рисунок танца, танцевальная композиция.

Практика: Постановка, изучение танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое. Отработка движений танца. Практическое задание: выступление.

#### 15. Итоговое занятие.

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Игра.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>3 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	9	10
3	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
4	Растяжка, ритмика.	1	23	24
5	Техника работы с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	1	3	4
6	Сочетание базовых движений нижним корпусом + работа с атрибутом (трость, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	1	5	6
7	Сочетание базовых движений верхним корпусом + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	1	5	6
8	Сочетание вращений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	1	5	6
9	Сочетание основных шагов, перемещений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	1	5	6
10	Связки. Сочетание и чередование базовых движений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)	-	8	8
11	Актерское мастерство. Игры	1	2	3
12	Импровизация.	-	20	20
13	Постановка, разучивание группового танца с атрибутом.	1	45	46
14	Выступления.	-	10	10
15	Итоговое занятие.	1	2	3
	<b>Итого:</b>	<b>12</b>	<b>168</b>	<b>180</b>

## СОДЕРЖАНИЕ

### **1. Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Техника безопасности во время занятий, безопасные приёмы пользования техническими средствами. Особенности внешнего вида обучающегося, форма одежды для занятий. Содержание работы объединения.

Практика: Просмотр танцевальных навыков, сохранившихся после 2 года обучения.

### **2. Повторение изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение изученного материала за прошлые года обучения. Базовые движения, вращения, основные шаги, сочетания базовых движений.

### **3. Классический экзерсис у станка.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

### **4. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

### **5. Техника работы с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Теория: Терминология, предназначение атрибута, в каких стилях танца используется.

Практика: Техника, изучение и отработка движений, характерных для использования выбранного атрибута в танце (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)

### **6. Сочетание базовых движений нижним корпусом + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Теория: Техника работы с атрибутом при выполнении одновременно с базовыми движениями нижнего корпуса.

Практика: Выполнение базовых движений нижним корпусом в сочетании с использованием атрибута (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб).

### **7. Сочетание базовых движений верхним корпусом + работа с атрибутом (трость, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Теория: Техника работы с атрибутом при выполнении одновременно с базовыми движениями верхнего корпуса.

Практика: Выполнение базовых движений верхним корпусом в сочетании с использованием атрибута (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб).

### **8. Сочетание вращений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Теория: Техника работы с атрибутом при выполнении вращений.

Практика: Выполнение вращений в сочетании с использованием атрибута (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб).

### **9. Сочетание основных шагов, перемещений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Теория: Техника работы с атрибутом при выполнении основных шагов и перемещений

Практика: Выполнение основных шагов и перемещений в сочетании с использованием атрибута (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб).

#### **10. Связки. Сочетание и чередование базовых движений + работа с атрибутом (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб)**

Практика: Выполнение сочетания и чередования базовых движений при использовании атрибута (трость-асая, шаль, веера, вейлы, тахтиб).

#### **11. Актерское мастерство. Игры**

Теория: Причины и необходимость осваивания танцовщиками актерским мастерством. Вербальное и невербальное выражение чувств, эмоций и характера.

Практика: Игры на актерское мастерство. Упражнения на выражение чувств и эмоций с помощью мимики и жестов (грусть, радость, печаль, веселье, тоска, злость и т.д.)

#### **12. Импровизация.**

Теория: Основные принципы и особенности импровизации. Различие мелодии, темпа и ритма в музыке, прослушивание музыкальных композиций. Использование базовых движений и связок под соответствие ритму, мелодии или голосовому сопровождению музыкальной композиции.

Практика: Выполнение ранее изученных движений импровизационно под различные музыкальные композиции.

#### **13. Постановка, разучивание группового танца с атрибутом.**

Теория: Рисунок танца. Танцевальная композиция. Проходки. Особенности работы в группе.

Практика: Постановка, разучивание танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое, распределение проходок. Отработка движений танца.

#### **14. Выступления**

Практика: Участие в концертных программах учреждения, в конкурсах и фестивалях. Анализ выступлений.

#### **15. Итоговое занятие.**

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Игра.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>4 год обучения</i>				
<i>№ n/n</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	9	10
3	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
4	Растяжка, ритмика.	1	23	24
5	Основные музыкальные ритмы восточной музыки. Стилистика выполнения движений в соответствии с ритмами.	1	3	4
6	Ритм максум. Характерная техника выполнения движений.	1	5	6
7	Ритм саиди. Характерная техника выполнения движений.	1	5	6
8	Ритм баллади. Характерна техника выполнения движений.	1	5	6
9	Ритм мальфуф. Характерная техника выполнения движений.	1	5	6
10	Смена ритмов в музыкальной композиции. Распознавание ритмов. Выполнение характерных движения в соответствии с ритмом.	-	8	8
11	Актерское мастерство. Игры.	1	2	3
12	Импровизация.	-	20	20
13	Постановка, разучивание групповых танцев под музыкальные композиции со сменой ритмов.	1	45	46
14	Выступления.	-	10	10
15	Итоговое занятие.	1	2	3
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>168</b>	<b>180</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Техника безопасности во время занятий, безопасные приёмы пользования техническими средствами. Особенности внешнего вида обучающегося, форма одежды для занятий. Содержание работы объединения.

Практика: Просмотр танцевальных навыков, сохранившихся после 3 года обучения.

#### **2. Повторение изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение изученного материала за прошлые года обучения. Базовые движения, вращения, основные шаги, сочетания базовых движений.

#### **3. Классический экзерсиз у станка.**



Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

#### **4. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

#### **5. Основные музыкальные ритмы восточной музыки. Стилистика выполнения движений в соответствии с ритмами.**

Теория: Знакомство с основными ритмами ритмами максум, саиди, балади, мальфуф. Стилистика выполнения движений в соответствии с ритмами.

Практика: Прослушивание музыки, простукивание и проговаривание ритмов.

#### **6. Ритм максум. Характерная техника выполнения движений.**

Теория: Ритм максум «Дум-тек, тек-дум тек». В каких стилях музыкальных композиций чаще всего используется. Определение темпа и характеры выполнения движений.

Практика: Техника выполнения базовых движений, характерных для ритма максум. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения под музыкальное сопровождение в ритме максум.

#### **7. Ритм саиди. Характерная техника выполнения движений.**

Теория: Ритм саиди «Дум-тек, дум-дум тек». В каких стилях музыкальных композиций чаще всего используется. Определение темпа и характеры выполнения движений.

Практика: Техника выполнения базовых движений, характерных для ритма саиди. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения под музыкальное сопровождение в ритме саиди.

#### **8. Ритм балади. Характерная техника выполнения движений.**

Теория: Ритм балади «Дум-дум, тек-дум тек». В каких стилях музыкальных композиций чаще всего используется. Определение темпа и характеры выполнения движений.

Практика: Техника выполнения базовых движений, характерных для ритма балади. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения под музыкальное сопровождение в ритме балади.

#### **9. Ритм мальфуф. Характерная техника выполнения движений.**

Теория: Ритм мальфуф «Дум тек-тек, дум тек-тек». В каких стилях музыкальных композиций чаще всего используется. Определение темпа и характеры выполнения движений.

Практика: Техника выполнения базовых движений, характерных для ритма мальфуф. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения под музыкальное сопровождение в ритме мальфуф.

#### **10. Смена ритмов в музыкальной композиции. Распознавание ритмов. Выполнение характерных движений в соответствии с ритмом.**

Практика: Прослушивание различных музыкальных композиций, распознавание ритмов, выполнение движений в соответствии с ритмом. Сочетание базовых движений + вращения + перемещения. Изучение способов перехода с одного ритма на другой, освоение техники.

### **11. Актерское мастерство. Игры**

Теория: Вербальное и невербальное выражение чувств, эмоций и характера.

Практика: Игры на актерское мастерство. Упражнения на выражение чувств и эмоций с помощью мимики и жестов (грусть, радость, печаль, веселье, тоска, злость и т.д.)

### **12. Импровизация.**

Теория: Распознавание ритмов в музыкальной композиции со сменой ритмов.

Практика: Прослушивание музыкальных композиций с различными ритмами, определение ритма. Использование базовых движений и связей, характерных для исполнения под определенные ритмы.

### **13. Постановка, разучивание групповых танцев под музыкальные композиции со сменой ритмов.**

Теория: Ритмы. Рисунок танца. Танцевальная композиция. Проходки. Особенности работы в группе.

Практика: Выбор музыкальной композиции, определение ритмов. Постановка, разучивание танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое, распределение проходок. Отработка движений танца.

### **14. Выступления**

Практика: Участие в концертных программах учреждения, в конкурсах и фестивалях. Анализ выступлений.

### **15. Итоговое занятие.**

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Дискотека

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>5 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	9	10
3	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
4	Растяжка, ритмика.	1	23	24
5	Тряски. Табла-соло.	1	3	4
6	Модификация базовых движений нижним корпусом при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.	1	5	6
7	Модификация базовых движений верхним корпусом при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.	1	5	6
8	Модификация основных шагов и перемещений при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.	1	5	6
9	Связки. Сочетание и чередование базовых движений, включая в технику исполнения тряски при соответствующем музыкальном сопровождении.	1	5	6
10	Связки. Сочетание и чередование базовых движений, включая в технику исполнения тряски при соответствующем музыкальном сопровождении с использованием вращений и перемещений.	-	8	8
11	Актерское мастерство. Игры.	1	2	3
12	Импровизация.	-	20	20
13	Постановка, разучивание групповых танцев под музыкальные композиции «табла-соло»	1	45	46
14	Выступления.	-	10	10
15	Итоговое занятие.	1	2	3
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>168</b>	<b>180</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Техника безопасности во время занятий, безопасные приёмы пользования техническими средствами. Особенности внешнего вида обучающегося, форма одежды для занятий. Содержание работы объединения.

Практика: Просмотр танцевальных навыков, сохранившихся после 4 года обучения.

#### **2. Повторение изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение изученного материала за прошлые года обучения. Базовые движения, вращения, основные шаги, сочетания базовых движений.

### **3. Классический экзерсис у станка.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

### **4. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

### **5. Тряски. Табла-соло.**

Теория: При звучании в музыкальной композиции инструмента «дарбука» исполнения танцевальные движения используется тряска и акценты. Музыка, в которой используется только один инструмент дарбука, называется табла-соло.

Практика: Техника выполнения и виды движения трясок. Коленная тряска, крупная тряска, мелкая тряска.

### **6. Модификация базовых движений нижним корпусом при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.**

Теория: Усложнение техники базовых движений путем модификации с наложением трясок, амплитуды, акцентов.

Практика: Пошаговый разбор техники выполнения модифицированных движений нижним корпусом. Выполнение одновременно базовых движений нижним корпусом и трясок, увеличивая амплитуду и отмечая акценты.

### **7. Модификация базовых движений верхним корпусом при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.**

Теория: Усложнение техники базовых движений путем модификации с наложением трясок, амплитуды, акцентов.

Практика: Пошаговый разбор техники выполнения модифицированных движений верхним корпусом. Выполнение одновременно базовых движений верхним корпусом и трясок, увеличивая амплитуду и отмечая акценты.

### **8. Модификация основных шагов и перемещений при наложении трясок, амплитуды, пластики, акцентов.**

Теория: Усложнение техники базовых движений путем модификации с наложением трясок, амплитуды, акцентов.

Практика: Пошаговый разбор техники выполнения модифицированных основных шагов и проходов. Выполнение одновременно основных шагов, перемещений, совмещая с коленной тряской, увеличивая амплитуду и отмечая акценты.

### **9. Связки. Сочетание и чередование базовых движений, включая в технику исполнения тряски при соответствующем музыкальном сопровождении.**

Теория: Сложная техника. Танцевальные комбинации из модифицированных базовых движений с наложением трясок.

Практика: Прослушивание музыки, определение темпа и ритма, составление танцевальных комбинаций из модифицированных базовых движений с наложением трясок, соответствующих музыкальной композиции.

**10. Связки. Сочетание и чередование базовых движений, включая в технику исполнения тряски при соответствующем музыкальном сопровождении с использованием вращений и перемещений.**

Теория: Сложная техника. Танцевальные комбинации из модифицированных базовых движений с наложением трясок.

Практика: Прослушивание музыки, определение темпа, ритма, инструмента дарбука. Составление танцевальных комбинаций из сочетаний базовых движений с наложением трясок под инструмент дарбука, также сочетая с вращениями и перемещениями.

**11. Актерское мастерство. Игры**

Теория: Вербальное и невербальное выражение чувств, эмоций и характера.

Практика: Игры на актерское мастерство. Упражнения на выражение чувств и эмоций с помощью мимики и жестов (грусть, радость, печаль, веселье, тоска, злость и т.д.)

**12. Импровизация.**

Теория: Распознавание в музыкальной композиции звучание музыкального инструмента дарбука.

Практика: Прослушивание музыкальных композиций с звучанием инструмента дарбука, композиций табла-соло. Использование модифицированных базовых движений и связок, добавляя в движения технику трясок.

**13. Постановка, разучивание групповых танцев под музыкальные композиции табла-соло.**

Теория: Ритмы. Рисунок танца. Танцевальная композиция. Проходки. Особенности работы в группе.

Практика: Выбор музыкальной композиции, определение ритмов. Постановка, разучивание танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое, распределение проходок. Отработка движений танца.

**14. Выступления**

Практика: Участие в концертных программах учреждения, в конкурсах и фестивалях. Анализ выступлений.

**15. Итоговое занятие.**

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Дискотека

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>6 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	9	10
3	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
4	Растяжка, ритмика.	1	23	24
5	Знакомство с фольклорными танцевальными стилями стран ближнего востока.	1	3	4
6	Фольклорный стиль Египта. Балади.	1	7	8
7	Фольклорный стиль Египта. Саиди	1	7	8
8	Фольклорный стиль Ирака. Ирак	1	7	8
9	Фольклорный стиль Ирана. Бандари	1	7	8
10	Фольклорный стиль ОАЭ, стран Персидского залива. Халиджи.	1	7	8
11	Фольклорный стиль Ливана. Дабка.	1	7	8
12	Актерское мастерство. Арабизм	1	7	8
13	Импровизация.	-	30	30
14	Постановка, разучивание групповых танцев в фольклорном стиле стран ближнего востока.	1	56	57
15	Выступления.	-	8	8
16	Итоговое занятие.	1	2	3
	<b>Итого:</b>	<b>14</b>	<b>202</b>	<b>216</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Техника безопасности во время занятий, безопасные приёмы пользования техническими средствами. Особенности внешнего вида обучающегося, форма одежды для занятий. Содержание работы объединения.

Практика: Просмотр танцевальных навыков, сохранившихся после 5 года обучения.

#### **2. Повторение изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение изученного материала за прошлые года обучения. Базовые движения, вращения, основные шаги, сочетания базовых движений.

#### **3. Классический экзерсиз у станка.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

#### **4. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

### **5. Знакомство с фольклорными танцевальными стилями стран ближнего востока.**

Теория: История возникновения стилей восточного танца, в зависимости от географического месторасположения отдельных народностей стран, их обычаев и традиций.

Практика: Прослушивание фольклорной музыки, знакомство со стилями фольклора, особенностями танцевальной техники и манеры исполнения.

### **6. Фольклорный стиль Египта. Балади.**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля балади, видами костюмов для его исполнения, возможностями использования атрибута - трости или мелайи.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля балади. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль балади. Разучивание танцевальной комбинации в стиле балади.

### **7. Фольклорный стиль Египта. Саиди**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля саиди, видами костюмов для его исполнения, возможностями использования атрибута - трости или тахтиба.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля саиди. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль саиди. Разучивание танцевальной комбинации в стиле саиди.

### **8. Фольклорный стиль Ирака. Ирак.**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля ирак, видами костюмов для его исполнения, возможностями использования атрибута - кинжалы или столовые ножи.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля ирак. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль ирак. Разучивание танцевальной комбинации в стиле ирак.

### **9. Фольклорный стиль Ирана. Бандари.**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля бандари, видами костюмов для его исполнения.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля бандри. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль бандари. Разучивание танцевальной комбинации в стиле бандари.

### **10. Фольклорный стиль ОАЭ, стран Персидского залива. Халиджи.**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля халиджи, видами костюмов для его исполнения, возможностями использования атрибута – бухарница.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля халиджи. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль халиджи. Разучивание танцевальной комбинации в стиле халиджи.

### **11. Фольклорный стиль Ливана. Дабка.**

Теория: Знакомство с характерными особенностями танцевального стиля дабка, видами костюмов для его исполнения, возможностями использования атрибута – четки или платок.

Практика: Освоение техники и манеры исполнения фольклорного танцевального стиля дабка. Прослушивание музыкальных композиций, под которые исполняется стиль дабка. Разучивание танцевальной комбинации в стиле дабка.

### **11. Актерское мастерство. Арабизм.**

Теория: Вербальное и невербальное выражение чувств, эмоций и характера. Понятие арабизм.

Практика: Использование умений выражения чувств и эмоций в соответствии с ощущениями, вызываемыми прослушиваемой музыкальной композицией.

### **12. Импровизация.**

Теория: Распознавание в музыкальной композиции звучание характерного фольклорного стиля.

Практика: Прослушивание музыкальных композиций с фольклорными вставками. Использование полученных знаний о стилях фольклора, исполнение танцевальных комбинации в соответствии с звучащим фольклорным стилем.

### **13. Постановка, разучивание фольклорных групповых танцев.**

Теория: Ритмы. Рисунки танца. Танцевальная композиция. Проходки. Особенности работы в группе.

Практика: Выбор музыкальной композиции, определение ритмов. Постановка, разучивание танца: постановка и разучивание танцевальных композиций под определенную музыку, связывание их в одно целое, распределение проходок. Отработка движений танца.

### **14. Выступления**

Практика: Участие в концертных программах учреждения, в конкурсах и фестивалях. Анализ выступлений.

### **15. Итоговое занятие.**

Теория: Анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

Практика: Дискотека.



## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>7 год обучения</i>				
<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Всего</i>
1	Вводное занятие.	1	1	2
2	Повторение и закрепление изученного материала.	1	9	10
3	Классический экзерсиз у станка.	1	25	26
4	Растяжка, ритмика.	1	23	24
5	Принципы, секреты и основа постановки сольной танцевальной композиции.	3	10	13
6	Построение сольных авторских танцевальных композиций.	3	25	28
7	Особенности выступления под аккомпанемент оркестра или таббала.	3	13	16
8	Сценический образ.	1	2	3
9	Актерское мастерство. Арабизм	1	12	13
10	Импровизация.	-	20	20
11	Постановка, разучивание групповых танцев.	1	35	36
12	Выступления.	-	10	10
13	Итоговое занятие.	1	2	3
<b>Итого:</b>		<b>14</b>	<b>202</b>	<b>216</b>

### СОДЕРЖАНИЕ

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения в Доме детского творчества, на занятиях. Техника безопасности во время занятий, безопасные приёмы пользования техническими средствами. Особенности внешнего вида обучающегося, форма одежды для занятий. Содержание работы объединения.

Практика: Просмотр танцевальных навыков, сохранившихся после 5 года обучения.

#### **2. Повторение изученного материала.**

Теория: Терминология движений, техника выполнения.

Практика: Повторение изученного материала за прошлые года обучения. Базовые движения, вращения, основные шаги, сочетания базовых движений.

#### **3. Классический экзерсиз у станка.**

Теория: Комплекс тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца. Техника, полезность и правила выполнения.

Практика: Постановка корпуса, упражнения на выворотность у станка. Демиплие, гранд плие, батман, гранд батман, батман тондю. Растяжка.

#### **4. Растяжка. Ритмика.**

Теория: Растяжка мышц, разминка: значение, правила выполнения. Элементы гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д.

Практика: Разминка, упражнения на чувство ритма, растяжку мышц. Выполнение элементов гимнастики: мостик, шпагат, корзиночка, колечко, и т.д. Практические задания «Упражнение на чувство ритма», «Результаты растяжек».

### **5. Принципы, секреты и основа постановки сольной танцевальной композиции.**

Теория: Основные принципы построения танцевальной композиции. Пространственное ориентирование при постановке. Художественный образ – персонаж, танцевальный сюжет, музыка как опора танцевальной композиции.

Практика: Подробный разбор и практические примеры принципов построения танцевальной композиции – целостность, зрелищность, читаемость, законченность. Способы построения рисунка танца, геометрия сценического пространства – диагонали, квадраты, параллели, горизонтالي, уровни. Создание сценического образа – прослушивание музыки, продумывание образа героя танцевальной композиции и желаемого сюжетного развития. Поэтапное построение хореографии – пролог, завязка, кульминация, развязка, эпилог.

### **6. Построение сольных авторских танцевальных композиций.**

Теория: Задание обучающимся самостоятельно создать танцевальную композицию с учетом всех принципов, секретов и основ постановки.

Практика: Беседа с обучающимся о музыкальных и танцевальных предпочтениях. По выбранным предпочтениям танца и музыки – история выбранного стиля и особенности характера его исполнения и костюма. Постановка индивидуальных сольных танцевальных проектов обучающимися, просмотр, работа над техникой, обсуждение ошибок, помощь в поиске пути исправления ошибок.

### **7. Особенности выступления под аккомпанемент оркестра или таббала.**

Теория: Подготовка к выступлению с оркестром или таббалем.

Практика: Способы взаимодействия с аккомпаниатором во время выступления. Разбор языка взаимопонимания – жесты, движения. Методы и приемы передачи музыкантам желания закончить выступление. Техника умения подстроит оркестр или таббала под свою хореографию.

### **8. Сценический образ.**

Теория: Сценический образ – одна из важнейших частей выступления.

Практика: Особенности и различия создания сценического образа в зависимости от освещения сцены, от камерности выступления и предполагаемой публики. Основные штрихи и акценты сценического макияжа, прически.

### **9. Работа по подгруппам. Индивидуальные постановки конкурсных сольных танцевальных проектов.**

Теория: Беседы с обучающимися о музыкальных и танцевальных предпочтениях, требованиях и правилах конкурса. По выбранным предпочтениям танца и музыки – история выбранного стиля и особенности характера его исполнения и костюма.

Практика: Постановка конкурсных индивидуальных сольных танцевальных проектов с детьми, работа над техникой, изучение связок, соединение их в одно целое и работа над образом, идеей.

### **10. Выступления.**

Практика: выступления на концерте. Анализ выступлений.

### **11. Итоговое занятие**

Теория: Анализ выступлений, анализ работы объединения, поощрение лучших воспитанников.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
Этапы педагогического контроля

<i>1 год обучения</i>			
<i>№</i>	<i>Срок</i>	<i>Какие знания, умения и навыки контролируются</i>	<i>Форма подведения итогов</i>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек, степень пластичности мышц, выворотность	Практическое задание
3	ноябрь	Умение выполнять базовые движения руками, нижним корпусом	Просмотр
4	декабрь	Умение выполнять базовые движения верхним и нижним корпусом	Просмотр
5	январь	Вращения	Просмотр
6	февраль	Умение сочетать и чередовать базовые движения.	Практическое задание «Связки»
7	март	Основные шаги, проходки.	Просмотр
8	апрель	Умение сочетать связки с проходками и вращениями	Практическое задание «Связки»
9	май	Полученные умения в течение года, уровень сценической культуры, сплоченность коллектива	Выступление
<i>2 год обучения</i>			
<i>№</i>	<i>Срок</i>	<i>Какие знания, умения и навыки контролируются</i>	<i>Форма подведения итогов</i>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек	Практическое задание
3	ноябрь	Сочетание базовых движений рук и нижним корпусом	Просмотр
4	декабрь	Сочетание базовых движений нижним корпусом с основными шагами	Просмотр
5	январь	Сочетание базовых движений рук, верхним корпусом с основными шагами	
6	февраль	Умение сочетать базовые движения	Практическое задание «Сочетание базовых движений»
7	март	Вращения	Просмотр
8	апрель	Умение выполнять сложные сочетания базовых движений, используя вращения и проходки	Практическое задание «Перемещения»
9	май	Полученные умения в течение года, уровень	Выступление

		сценической культуры, сплоченность коллектива	
<b>3 год обучения</b>			
<b>№</b>	<b>Срок</b>	<b>Какие знания, умения и навыки контролируются</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек	Практическое задание
3	ноябрь	Техника работы с атрибутом	Просмотр
4	декабрь	Сочетание базовых движений при работе с атрибутом	Просмотр
5	январь	Сочетание базовых движений при работе с атрибутом	Просмотр
6	февраль	Умение сочетать базовые движения при использовании атрибута с вращениями и перемещениями	Практическое задание «Связки»
7	март	Артистичность, умение выражать различные чувства и эмоции с помощью жестов и мимики	Практическое задание «Актерское мастерство»
8	апрель	Умение импровизировать под незнакомую музыкальную композицию	Практическое задание «Импровизация»
9	май	Полученные умения в течение года, уровень самодисциплины, ответственности, умения работать в коллективе.	Выступление
<b>4 год обучения</b>			
<b>№</b>	<b>Срок</b>	<b>Какие знания, умения и навыки контролируются</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек	Практическое задание
3	ноябрь	Умение распознавать различные ритмы в музыкальной композиции	Прослушивание
4	декабрь	Знание ритма максум, исполняемых движений под этот ритм	Просмотр
5	январь	Знание ритма саиди, исполняемых движений под этот ритм	Просмотр
6	февраль	Знание ритма балادي, исполняемых движений под этот ритм	Просмотр
7	март	Знание ритма мальфуф, исполняемых движений под этот ритм	Просмотр
8	апрель	Умение распознать в музыкальной композиции различные ритмы и выполнять характерные для этого ритма движения	Практическое задание «Импровизация»
9	май	Полученные умения в течение года. Сценическая культура.	Выступление

<b>5 год обучения</b>			
<b>№</b>	<b>Срок</b>	<b>Какие знания, умения и навыки контролируются</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек	Практическое задание
3	ноябрь	Умение владеть техникой выполнения тряски, знание видов и умение слышать в музыкальной композиции инструмент «дарбука» для выполнения движений с трясками	Просмотр
4	декабрь	Умение выполнять сочетания базовых движений нижним и верхним корпусом, используя при этом технику выполнения трясок	Просмотр
5	январь	Умение выполнять сочетания базовых движений руками и нижним корпусом, используя при этом технику выполнения трясок	Просмотр
6	февраль	Умение выполнять сочетания базовых движений с элементами вращений и проходок, используя при этом технику выполнения трясок	Просмотр
7	март	Артистичность, умение выражать различные чувства и эмоции с помощью жестов и мимики	Практическое задание «Актерское мастерство»
8	апрель	Умение импровизировать под незнакомую музыкальную композицию, используя базовые движения, их сочетания, технику трясок, вращения и перемещения под музыкальную композицию табла-соло	Практическое задание «Импровизация»
9	май	Полученные умения в течение года. Уровень сценической культуры, умение работать в команде.	Выступление
<b>6 год обучения</b>			
<b>№</b>	<b>Срок</b>	<b>Какие знания, умения и навыки контролируются</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек	Практическое задание
3	ноябрь	Знание фольклорного стиля баллады, технику движений и манеру исполнения	Просмотр
4	декабрь	Знание фольклорного стиля саиди, технику движений и манеру исполнения	Просмотр
5	январь	Знание фольклорного стиля ирак, технику движений и манеру исполнения	Просмотр
6	февраль	Знание фольклорного стиля бандари, технику движений и манеру исполнения	Просмотр
7	март	Знание фольклорного стиля халиджи, технику	Просмотр

		движений и манеру исполнения	
8	апрель	Знание фольклорного стиля дабка, технику движений и манеру исполнения	Просмотр
9	май	Полученные умения в течение года. Уровень сценической культуры. Умение работать в команде.	Выступление
<b>7 год обучения</b>			
<b>№</b>	<b>Срок</b>	<b>Какие знания, умения и навыки контролируются</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
1	сентябрь	Чувство ритма	Практическое задание
2	октябрь	Результаты растяжек. Выворотность.	Практическое задание
3	ноябрь	Создание сценического макияжа	Практическое задание «Сценический макияж»
4	декабрь	Знание принципов построения хореографии, их использование, умение читать музыку и перевоплощать ее в танцевальную композицию	Просмотр
5	январь	Знание принципов построения хореографии, их использование, умение читать музыку и перевоплощать ее в танцевальную композицию	Просмотр
6	февраль	Знание принципов построения хореографии, их использование, умение читать музыку и перевоплощать ее в танцевальную композицию	Просмотр
7	март	Артистичность, умение выражать различные чувства и эмоции с помощью жестов и мимики	Практическое задание «Актерское мастерство»
8	апрель	Умение импровизировать под незнакомую музыкальную композицию, используя артистизм и все технические умения, полученные в период обучения.	Практическое задание «Импровизация»
9	май	Полученные умения в течение года. Уровень сценической культуры. Умение работать в команде	Выступление

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Дебора Корек. Танец живота. Лучший путь к идеальной фигуре / Пер. с исп. М.А. Мазии. – М.: ООО ТД «Издательство «Мир книги», 2007– 176 с.
2. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 4(6), осень 2006.
3. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 2(9), лето 2007.
4. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 1(8), весна 2007.

5. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 3(5), лето 2006.
6. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 5(7), зима 2006-2007.
7. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 4(11), зима 2007.
8. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 1(3), зима 2006.
9. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 1(12), весна 2008.
10. Ориенталь. Русский журнал о восточном танце. Издательство ООО «Ориенткс-Пресс». № 3(10), осень 2007.

#### Интернет-ресурсы:

- <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке. Также - музыка для фигурного катания и спорта)
- <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров)
- <http://www.balletmusic.ru> (балетная и танцевальная музыка)
- [ematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam](http://ematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam) (сборники по хореографии и танцам)