

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

## «Восточные танцы»

### 1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН на весь период

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	
		1 год	2 год
1	Вводное занятие	2	2
2	Ознакомление с культурой восточного танца	12	3
3	Учебно-тренировочная работа	84	91
4	Постановочно-репетиционная работа	38	33
5	Воспитательная работа	4	6
6	Концертная деятельность	2	6
7	Итоговое занятие	2	3
Всего часов по программе		144	144

1.

### 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	Входящая аттестация
2	Ознакомление с культурой восточного танца	12	5	7	Учебное занятие; открытое занятие; беседа; диалог; игра; просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций; музыкальное соревнование; занятие-праздник; концерт; конкурс; фестиваль.
3	Учебно-тренировочная работа	84	22	62	
	3.1. Основные элементы восточного танца	40	10	30	
	3.2. Отработка специальной танцевальной техники	20	8	12	
	3.3. Танцевальная импровизация	18	4	14	
	3.4. Актёрское мастерство	6		6	

<b>4</b>	<b>Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>38</b>	<b>13</b>	<b>25</b>	
<b>5</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	
<b>6</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
<b>7</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
<b>Итого часов</b>		<b>144</b>	<b>46</b>	<b>98</b>	

3.

#### 4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

<b>№ п/п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Общее кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Форма аттестации /контроля</b>
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Входящая аттестация
<b>2</b>	<b>Ознакомление с культурой восточного танца</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	учебное занятие; открытое занятие; беседа; диалог; игра; просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций; музыкальное соревнование; занятие-праздник; концерт; конкурс; фестиваль.
<b>3</b>	<b>Учебно-тренировочная работа</b>	<b>91</b>	<b>18</b>	<b>73</b>	
	3.1. Основы классического и народно-сценического танца	28	8	20	
	3.2. Основы восточного танца	38	8	30	
	3.3. Танцевальная импровизация	13	-	13	
	3.4. Ознакомление с техникой работы с аксессуарами	12	2	10	
<b>4</b>	<b>Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>33</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	
<b>5</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	
<b>6</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	
<b>7</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	
<b>Итого часов</b>		<b>144</b>	<b>33</b>	<b>111</b>	

5.

#### 6. 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### 7. Содержание программы 1 года обучения

**Тема 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.**

Теория: знакомство с правилами поведения в учреждении, прохождение инструктажа по технике безопасности; знакомство с планом работы кружка, репертуаром.

Изучение приветствия и поклона, изучение правильного дыхания во время выполнения движений на тренировках, знакомство с программой «Восточные танцы» и расписанием занятий.

## **Тема 2. ОЗНАКОМЛЕНИЕ С КУЛЬТУРОЙ ВОСТОЧНОГО ТАНЦА. – 14 часов.**

Теория (6 часов): беседы о зарождении танца в Древнем Египте, Турции, Персии, Саудовской Аравии, Древней Греции, Марокко и др. Виды восточных танцев; знакомство с понятиями: музыкальные размеры, темп и характер музыки.

Практика (8 часов): Изучение различных построений и перестроений. Развитие движения по метру и ритму. Тренировка разученных связок под музыку, под счет, индивидуально, группой.

## **Тема 3. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА. – 84 часа.**

Закрепление материала на основе изучения простого танца. Разложение танца на схему. Разучивание танца по частям (1,2,3 часть). Соединение разученных частей под счет, под музыку, с преподавателем, без преподавателя, индивидуально, в группе. *Пояснение:*

это просто танец, который танцуются небольшой группой танцовщиц, построенный фигурой «круг». Движения выполняются в небыстром темпе, под мелодичную восточную музыку, периодичность повторения движения – 2 или 4 счета.

### **3.1. Основные элементы восточного танца. – 40 часов.**

Теория (10 часов): Правила правильной осанки, положения рук и ног. Принципы движения головой, шеей, плечами, грудью, руками, животом, бедрами, тазом, ногами в восточных танцах. Четыре составляющих правила восточных танцев:

- а) части тела (корпус, руки, ноги, голова);
- б) песнь, речь;
- в) костюм, украшение;
- г) эстетика (настроение, чувства).

Практика (30 часов): Разучивание базовых элементов – «восьмерка», «круг», «полукруг», «качалка», «маятник», «ключ», «удар», «оттяжка», «волна», «тряска», «винт», «прогиб», «заброс», «подбив», «египетские руки», «домик», «бабочка».

### **3.2. Отработка специальной танцевальной техники. – 20 часов.**

Теория (8 часов): какие движения существуют для того, чтобы техника росла. Что для этого нужно делать.

Практика (12 часов): Разминка, растяжка, силовые упражнения на паркете. Упражнения для развития координации движения. Работа над отдельными композициями. Работа над образом.

### **3.3. Танцевальная импровизация. – 18 часов.**

Теория (4 часа): Что такое импровизация, для чего она нужна, зачем работать над ней.

Практика (14 часов): Импровизация как способ выражения себя в танце. В данном разделе занятия задача руководителя состоит в том, чтобы побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Очень важно создать на занятиях такую обстановку, чтобы как можно больше ребят было вовлечено в импровизационную деятельность. Учащимся дается возможность самим составлять новые комбинации из знакомых движений. При разучивании движений из известных танцев учащимся также предлагается внести какой-нибудь новый элемент, пусть самый маленький, в уже готовые композиции. Могут быть задания и другого плана. Дети прослушивают определенную музыку, заранее подобранную хореографом и

аккомпаниатором, и пытаются некоторое время «протанцевать» эту мелодию, передав при этом ее характер и настроение. Такого рода работу рекомендуется проводить не на каждом занятии. Но педагог, планируя импровизационные занятия, должен строго учитывать тему урока и степень подготовленности своих воспитанников.

#### **3.4. Актёрское мастерство. – 6 часов.**

Практика: Раскрепощение через игру. Работа над мышцами лица.

#### **Тема 4. ПОСТАНОВОЧНО-РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. – 36 часов.**

Теория (12 часов): Постановка сюжетных и бессюжетных концертных номеров. В работе используется характерная и эстрадная музыка. Повторение и отработка репертуара коллектива. Подготовка к конкурсам и концертам. Выступление и просмотр выступлений других коллективов. Разбор ошибок после выступления.

Практика (24 часа): Составление репертуара, работа над ним, постановка танцев и работа с аксессуарами. Подбор музыкального материала, видеоматериала и сама постановка. К концу года дети должны выучить два танца (массовых):

- 1.«Ракс шарки» – классический арабский танец;
- 2.«Фантазия» –восточный шоу танец.

#### **Тема 5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА. – 4 часа.**

Беседы на тему воспитания культуры общения и поведения в общественных местах, особенно на дорогах. Посещение кружковцами концертных мероприятий, фестивалей, конкурсов, отчетных концертов с целью обогащения знаний и вовлечения их в единый коллектив.

#### **Тема 6. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. – 2 часа.**

Участие в различных мероприятиях.

#### **Тема 7. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.**

Открытый показ. Демонстрация открытого занятия для родителей с целью повышения качества образования и исполнительского мастерства

### **8. Содержание программы 2 года обучения**

#### **Тема 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.**

Теория: Прохождение инструктажа по технике безопасности. Знакомство с планом работы кружка, репертуаром.

#### **Тема 2. ОЗНАКОМЛЕНИЕ С КУЛЬТУРОЙ ВОСТОЧНОГО ТАНЦА. – 3 часа.**

Теория: Ознакомление с формами танца, направлениями и стилями в восточных танцах, понятие атрибутика в восточных танцах и правила и техника использования аксессуаров в танце. Виды восточных костюмов и хореографические особенности использования костюма.

#### **Тема 3. УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ РАБОТА. – 91 часа.**

##### **3.1.Основы классического и народно-сценического танца. – 28 часов.**

Практика и теория:

А. Экзерсис у станка:

- 1)Позиции ног I, II, III, IV.
- 2)Подготовительное положение и позиции рук: I, II, III(вначале изучается на середине зала при неполной выворотности ног).
- 3)Demi-pliésв I, II, V позиции.
- 4) Grands pliésпо I, II, V позиции.

- 5) Relevé на полупальцах по I, II, V позиции, с вытянутых ног и с demi-pliés.
- 6) Battement tendus: – из I позиции в сторону, вперед, назад; – из V позиции в сторону, вперед и назад.
- 7) Battement tendus jetés:  
– из I, V позиции в сторону, вперед и назад;  
– demi-pliés по II и V позиции в сторону, вперед и назад;  
– piques в сторону, вперед и назад.
- 8) Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 9) Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).
- Б. Ознакомление с элементами народно-сценического танца.

### **3.2. Основы восточного танца. – 38 часов.**

Практика и теория: Принципы соединения элементов движения в отдельные связки. Соединение элементов сложных движений в горизонтальной, вертикальной, диагональной плоскости, пристраивание из одного рисунка в другое путем вращения. Разучивание связок из простых элементов без музыки, под счет, под музыку. Разложение танца по схеме. Разучивание танца по частям (1,2,3 части). Соединение разученных частей под счет, под музыку, с преподавателем, без преподавателя, индивидуально и в группе. Закрепление материала на основе изученного простого танца.

### **3.3. Танцевальная импровизация. – 13 часов.**

Практика: Импровизация под знакомую и незнакомую музыку на заданную тему, стиль.

### **3.4. Ознакомление с техникой работы с аксессуарами**

Теория (2 часа): Хореографические особенности использования аксессуаров. Правила техники безопасности в использовании аксессуаров. История появления аксессуаров для танца.

Практика (10 часов): Изучение различных движений с дополнительными аксессуарами на примере связок.

## **Тема 4. ПОСТАНОВОЧНО-РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. – 33 часа.**

Теория (4 часа): Подбор музыкального материала, видеоматериалов.

Практика (29 часов): Постановка сюжетных и бессюжетных концертных номеров. В работе используется характерная стилю музыка. Отработка танцев.

## **Тема 5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА. – 6 часов.**

Теория: Беседы на тему воспитания культуры общения и поведения. Посещение обучающимися концертных мероприятий, фестивалей, конкурсов, отчетных концертов с целью обогащения знаний и вовлечения их в единый коллектив.

## **Тема 6. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. – 6 часов.**

Участие в различных культурно-массовых мероприятиях.

## **Тема 7. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ. – 3 часа.**

К концу года обучающиеся должны продемонстрировать на открытом занятии: 4–5 массовых танцев, а более сильные учащиеся могут исполнить сольные номера. Допускается до 2–3-х сольных танцев, одного дуэта и трио.