

Администрация муниципального округа города Кировска
с подведомственной территорией Мурманской области

МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

Принята на заседании
педагогического совета
от «12» декабря 2023 г.
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОДО ЦДТ «Хибины»
Е.В. Караева
«12» декабря 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Восточные танцы»

Направленность: художественная
Уровень программы: базовый
Возраст учащихся: 5-7 лет
Срок реализации: 4 месяца (70 часов)

Автор составитель:
Подорога Анастасия Денисовна,
педагог дополнительного образования

г. Кировск
2023 г.

Содержание

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ	3
1.1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.2	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	6
1.3	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
1.3.1	УЧЕБНЫЙ ПЛАН на весь период.....	7
1.3.2	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА	8
1.4	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	10
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	11
2.1	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	11
2.2	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	11
2.3	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	12
2.4	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	13
	СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	15
	Приложение№1	16

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Восточный танец – это искусство, история которого насчитывает века, а может быть, и тысячелетия. Восточный танец – это яркое, захватывающее зрелище, которое дарит наслаждение и здоровье. Сложные движения танца приучают организм детей к длительным и разнообразным физическим нагрузкам, вместе с выносливостью тело приобретает гибкость и изящество. Танец заставляет работать весь организм «в усиленном режиме». После занятий у воспитанников заметно улучшается самочувствие, позвоночник становится гибким, исчезает сутулость, появляется грациозность движений. Также танец снимает стресс и депрессию, дарит детям радость. Танцуя, воспитанники приобретают новые качества – артистизм, коммуникабельность, умение преподнести себя, чувство коллективизма, развивают свои творческие способности и фантазию в процессе изготовления костюмов для выступлений.

Восточная культура стала неотъемлемой частью мировой культуры, вызывает желание детей и подростков изучать традиции, обычаи, обряды, танцы, песни народов Востока, что, в свою очередь, послужило причиной создания данной программы. Программа основана на анализе практик восточного танца, имеющихся материалов электронных образовательных ресурсов сети Интернет и личном опыте педагога. Направленность дополнительной образовательной программы: художественно-эстетическая (хореографическая). Направлена на формирование у обучающихся стремления видеть и создавать вокруг себя прекрасное, желание познавать свои физические и эмоциональные возможности, постигать основы пластики и хореографии.

«Восточный танец - это символ грации и пластики, он дарит красоту, силу, здоровье». 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 программы - художественная.

Уровень программы – базовый.

Тип программы: дополнительная общеразвивающая.

Программа «Восточный танец» вариативная, при необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала, в связи с ежегодной корректировкой репертуарного плана и способностью обучающихся. Возраст обучающихся: 5-7 лет.

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ

(включая разноуровневые программы));

- «Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

Актуальность данной программы связана с тем, что в последнее время восточные танцы и музыка стали очень популярными среди населения нашей страны, как среди взрослых, так и среди детей и подростков.

Обучением восточному танцу стали заниматься не только профессиональные танцоры, но и люди, далекие от танцев, получившие лишь основные базовые навыки, достаточные для обучения другим стандартному набору движений и связок. Но ведь особенности восточного танца - это не только красивые движения, это и развитие женственности, и умение владеть своим телом, и специфическое влияние особых ритмов на самочувствие и настроение, и развитие творческих способностей.

Для учащихся особенно важно учиться плавности, гибкости, умению подбирать одежду, подчеркивающую достоинства. Для любой, женщины важно умение владеть своим телом, расслабляться, сотрудничать, работать в парах, небольших коллективах-командах, выступать перед публикой, подать себя в наиболее выгодном свете. Кроме того, прослушивание мелодичной, ритмичной музыки, постановка танцев под разные виды музыки способствует формированию хорошего музыкального вкуса. А умение хорошо танцевать может пригодиться и далее в жизни.

Программа предполагает знакомство учащихся с особенностями восточного танца, ритмическим и разнообразием восточной музыки, восточным костюмом и его разновидностями. Направленность программы - художественная

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 физических и технологических возможностей;
- результативность обучения;

комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

Отличительная особенность программы заключается в том, что занятия по художественной, танцевальной гимнастике, общей физической подготовке ведутся параллельно с подготовкой к сценической деятельности: отдельные композиции с

элементами танца, гимнастики; хореографические композиции с тематической направленностью.

Новизну данной программы является введение в программу интегрированных занятий, занятий с элементами импровизации. Программа имеет дополнительный раздел

«Создание костюма для восточных танцев». Все это позволяет расширять поле реализации творческого потенциала обучающихся. Формированию общекультурных, познавательных, ценностно-смысловых компетенций способствует синтез двигательных действий восточного танца с элементами классической хореографии, что, безусловно, повышает уровень танцевальной грамотности будущих танцоров, а также изучение различных фольклорных (народных) стилей восточного танца, культуры, особенностей быта и костюмов.

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее ориентации на определенный возраст и физическую подготовленность обучающихся. Программа построена на использовании здоровьесберегающих технологий, которые реализуются за счет:

- проведения инструктажа по технике безопасности (по сезону);
- постепенного увеличения нагрузки в период всего курса обучения;
- начала занятий с разминки на каждую часть тела, на каждую группу мышц; - учета особенностей возраста, роста, веса учащегося в выполнении упражнения, танца;
- чередования интенсивных упражнений с плавными;
- возможности отдыха учащегося в любое время;
- отслеживания состояния и выявления возможных недомоганий всех участников студии одновременно за счет зеркал в хореографическом зале.

Кроме физиологического аспекта здоровьесберегающих технологий, важно отметить и психологический аспект:

- умение владеть своим телом дарит учащемуся положительные эмоции;
- работа в паре, в команде дает возможность развивать навыки конструктивного и позитивного диалога, что немаловажно для развития психологически здоровой личности;
- эстетическое воспитание, которое помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия;
- даёт детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности;
- положительное подкрепление успешного выполнения движений, танца от педагога также позитивно сказывается на эмоциональном состоянии ребенка.

Ритмы восточной музыки по исследованиям многих авторов имеют терапевтический эффект за счет особого чередования акцентов, сильных и слабых долей.

Особенности организации образовательного процесса:

Данная образовательная программа предполагает проведение занятий с детьми дошкольного возраста. Содержание программы распределено таким образом, что ребёнок в овладевает базовым уровнем знаний по восточным танцам и на его основе сумеет танцевать несложные танцы как в группе, так и сольно, овладеет атрибутикой используемой в танцах.

Адресат программы: дети 5-7 лет.

Форма обучения: очная.

Объем программы: 70 часов.

Занятия проводятся по подгруппам. 1 подгруппа: дети 5-6 лет. 2 подгруппа: дети 6-7 лет.

Дети 5-6 лет – Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу с перерывом в 10 минут. Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. (1 ак.ч-25 мин).

Дети 6-7 лет – Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу с перерывом в 10 минут. Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. (1 ак.ч-30 мин).

Соблюдается режим проветривания помещений, санитарное содержание

помещений и площадок проведения занятий.

Наполняемость группы – 15 человек по подгруппам.

Формы организации образовательного процесса.

- учебно-репетиционное занятие;
- открытое занятие;
- беседа; диалог;
- игра;
- просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций;
- музыкальное соревнование;
- занятие-праздник;
- концерт;
- конкурс;
- фестиваль.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение арабского танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

В программу вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Основные разделы программы

«Введение» – дети знакомятся с хореографией арабского танца, выделяя основные аспекты, с правилами поведения в танцевальном классе и формой одежды.

«Ритмика» – изучение музыки, ритмов.

«Хореография восточного танца» – изучение элементов восточного танца и связывание их в комбинации.

«Актёрское мастерство» – умение держаться на сцене, работа со зрителем, использование жестов в танце, создание рассказов под музыку, музыкальные ассоциации, сюжеты танцев, умение выразить мимикой лица смысл песни

«Творческая деятельность» – способствуют развитию творческого потенциала, учит исполнять импровизацию.

«Постановка» – умение танцевать различные стили арабских танцев для определенного возраста.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – создание условий для развития творческой личности и музыкально-двигательных способностей ребенка, способность к самореализации средствами восточной культуры, непосредственно танца.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с правилами и особенностями публичных выступлений. Развивающие:
- развивать интерес к занятиям хореографическим искусством;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- культуру арабских танцев. Воспитательные:
- воспитывать чувство ответственности, доброжелательности, взаимопомощи при постановке восточного танца в группе.

Цель базового уровня:

- отработка репертуара для подготовки учащихся к выступлениям на сценических площадках;
- перестраиваться в различные рисунки танца;
- соединять отдельные движения в композиции;
- исполнять танцы в группе;
- координировать работу рук, ног и корпуса;
- контролировать плавность движений, координацию.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН на весь период

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	
		5-6 лет	6-7 лет
1	Вводное занятие	1	1
2	Ознакомление с культурой восточного танца	1	1
3	Учебно-тренировочная работа	18	18
4	Постановочно-репетиционная работа	10	10
5	Воспитательная работа	3	3
6	Концертная деятельность	1	1
7	Итоговое занятие	1	1
Всего часов по программе		35	35

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
1	Вводное занятие	2	2	0	Входящая аттестация
2	Ознакомление с культурой восточного танца	2	2	0	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	36	10	26	
4	Постановочно-репетиционная работа	20	4	16	
5	Воспитательная работа	6	2	4	
6	Концертная деятельность	2	0	2	
7	Итоговое занятие	2	0	2	
Итого часов		70	20	50	

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1.3.3 Содержание программы (4 месяца)

Тема 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.

Теория: Особенности обучения по тематическому модулю. Правила поведения на занятии, во время работы в группе, во время релаксационных перерывов.

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. – 2 часа.